

“Tinha mais espinhos que flores”: o reconhecimento do relacionamento abusivo e suas consequências psicológicas

“It Had More Thorns Than Flowers”: The Recognition of Abusive Relationships and Their Psychological Consequences



Bruna Daiane da Luz¹, Thais Blankenheim²

RESUMO

O estudo aborda a temática do relacionamento abusivo, focando nas vivências de mulheres da cidade de Novo Hamburgo/RS. Por meio do "Projeto de Extensão Laços de Vida", foram conduzidas entrevistas com dez participantes, visando compreender como reconhecem as características desse tipo de relação e as consequências psicológicas associadas. Utilizando uma metodologia qualitativa e exploratória, fundamentada na análise de conteúdo proposta por Bardin (2020), foram identificadas e categorizadas quatro temáticas principais emergentes: "O homem como dono e proprietário da mulher: o entendimento das mulheres acerca do relacionamento abusivo", "Além do silêncio: relatos de vivências das mulheres", "Rompendo o ciclo: estratégias e recursos de auxílio" e "Cicatrizes invisíveis: as consequências psicológicas dos relacionamentos abusivos". Os resultados obtidos enfatizam não apenas a capacidade das entrevistadas em discernir os sinais de abuso, mas também a compreensão das consequências psicológicas desse tipo de relação. Além disso, evidenciam a importância crítica do suporte e dos recursos fornecidos pelas estratégias e recursos de auxílio. Este estudo representa um passo significativo na compreensão e na conscientização sobre os relacionamentos abusivos, apontando para a necessidade contínua de espaços inclusivos que valorizem e validem as narrativas das mulheres, promovendo saúde mental e acesso as políticas públicas.

Palavras-chave: Relacionamento abusivo. Mulheres. Saúde mental.

ABSTRACT

The study addresses the theme of abusive relationships, focusing on the experiences of women in the city of Novo Hamburgo/RS. Through the "Projeto de Extensão Laços de Vida", interviews were conducted with ten participants to understand how they recognize the characteristics of such relationships and the associated psychological consequences. Using a qualitative and exploratory methodology, based on Bardin's (2020) content analysis, four main emerging themes were identified and categorized: "The man as owner and proprietor of the woman: women's understanding of abusive relationships," "Beyond silence: women's lived experiences," "Breaking the cycle: strategies and support resources," and "Invisible scars: the psychological consequences of abusive relationships." The results emphasize not only the participants' ability to discern signs of abuse but also their understanding of the psychological consequences of such relationships. Additionally, they highlight the critical importance of support and resources provided by assistance strategies. This study represents a significant step in understanding and raising awareness about abusive relationships, pointing to the ongoing need for

¹ Bacharela em Psicologia. Universidade Feevale, Novo Hamburgo, RS, Brasil. E-mail: brunaluz65@hotmail.com. Orcid: <https://orcid.org/0009-0005-5475-3977>

² Doutora em Psicologia. Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (2021), Docente do Curso de Psicologia da Universidade Feevale, Novo Hamburgo, RS, Brasil. E-mail: blankenheim@feevale.br. Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-2761-1592>

inclusive spaces that value and validate women's narratives, promoting mental health and access to public policies.

Keywords: Abusive relationships. Women. Mental health.

INTRODUÇÃO

A temática da violência dentro de relacionamentos abusivos se faz cada vez mais necessária, uma vez que vivemos atualmente em um cenário onde, muitas vezes, agressores saem impunes de violências cometidas e nem mesmo reconhecem suas ações como violências, repetindo, assim, os mesmos comportamentos em outros relacionamentos. Considerando a forma como a nossa sociedade foi estruturada, conferindo voz e poder aos homens, as mulheres sempre foram impactadas pelo machismo (SAFFIOTI, 2015). Essa cultura, por sua vez, foi se tornando natural, enraizada e internalizada ao longo dos anos.

De acordo com a Central de Atendimento à Mulher no Brasil, o Ligue 180, foram registradas no primeiro semestre de 2023, 51.882 denúncias. No último balanço divulgado, referente a 2019, a violência doméstica e familiar representava quase 79% do total de queixas. A violência física aparece de maneira expressiva, compondo 61,11% dos casos, enquanto a violência psicológica ficou em 5,76% (BRASIL, 2020). Cabe ressaltar que existem mulheres em situação de violência que não denunciaram essa condição, portanto essa é apenas uma estimativa.

As estatísticas de violência revelam a extensão das consequências psicológicas infligidas em muitos relacionamentos, destacando a urgente necessidade de conscientização e ação. À medida que exploramos o território dos relacionamentos abusivos, onde a manipulação e o controle se entrelaçam, as cicatrizes invisíveis nas vítimas revelam a face sombria dessas relações. Segundo Zibenberg (2023, p. 2), o entendimento do termo relacionamento abusivo pode se dar a partir do desmembramento de suas partes. Este relacionamento é compreendido, de acordo com o autor, a partir do “ato de se relacionar-se”, ou seja, de criar vínculos e ligações, enquanto o verbo abusar é caracterizado por atitudes de “valer-se ou aproveitar-se” a partir de práticas que “causam ou podem causar dano”. Deste modo, o relacionamento abusivo seria aquele pautado em uma relação que causa prejuízos a um ou a ambos os sujeitos a partir da existência de um vínculo entre eles.

Relacionamentos abusivos que frequentemente envolvem controle psicológico, manipulação e violência física, são uma das principais causas de violência doméstica. A dinâmica de poder e controle nesses relacionamentos cria um ciclo vicioso de abuso, tornando difícil para as vítimas buscarem ajuda e proteção, o que agrava ainda mais a

questão da violência doméstica. Dados recentes, divulgados pelo Instituto DataSenado, em parceria com o Observatório da Mulher contra Violência (2023) revelam que 30% das brasileiras já sofreram algum tipo de violência doméstica ou familiar provocada por homem. Essa preocupação se intensifica ao considerarmos a violência psicológica, uma forma de agressão que muitas vezes passa despercebida por ser silenciosa e invisível, mas que é amplificada pela cultura e pela estrutura social (SCHWAB; MEIRELES, 2017).

Segundo Strey (2017), a violência de gênero é multifacetada, podendo apresentar-se na forma física, psicológica, patrimonial e sexual. A autora enfatiza também que a perpetuidade do patriarcado que sustenta a superioridade masculina, faz com que a violência no âmbito doméstico costume ser a mais invisibilizada. Existe uma condescendência social que faz relação com a permanência de mulheres em relações abusivas, onde um dos fatores contributivos é a normatização da hierarquia do homem, o que contribui para que elas, muitas vezes, nem se deem conta de que vivem subjugadas e oprimidas.

Para abordar o problema de pesquisa, optamos por coletar dados com mulheres de um grupo de expressividade, participantes do "Projeto de Extensão Laços de Vida" da Universidade Feevale, em Novo Hamburgo/RS. Foi realizada uma entrevista individual com cada participante, visando não apenas obter resultados, mas também criar um ambiente de escuta para promover reflexões.

Com base na premissa de que o discurso das mulheres poderia revelar uma variedade de experiências que se configuram como abusivas, juntamente com suas possíveis repercussões psicológicas, os objetivos desta pesquisa foram: investigar como as entrevistadas reconhecem as características de relacionamentos abusivos e identificar as consequências psicológicas decorrentes dessas relações.

MÉTODO

A metodologia empregada nesta pesquisa é de natureza exploratória e qualitativa (GIL, 2017). A coleta de dados foi conduzida entre março e abril de 2024, com a participação de dez mulheres adultas, com idades entre 46 e 77 anos, residentes na cidade de Novo Hamburgo/RS, integrantes do "Projeto de Extensão Laços de Vida".

O Projeto tem como objetivo promover a construção da autonomia de mulheres em situação de vulnerabilidade social, por meio de grupos de apoio e expressividade, trabalhando com temas como autoestima, violência, gênero e sexualidade. As mulheres chegam ao Projeto de forma espontânea, muitas vezes já participando de outras atividades no local onde o grupo acontece. Antes de ingressarem no Projeto, passam por uma entrevista individual de triagem. Os encontros ocorrem semanalmente no bairro Kephas

em Novo Hamburgo/RS e são conduzidos por uma equipe de acadêmicos extensionistas da Universidade Feevale, supervisionados regularmente.

Na Tabela 1, estão apresentadas as informações das dez participantes desta pesquisa. Para preservar o sigilo de suas identidades, optou-se por nomeá-las através de diferentes flores. Foram realizadas entrevistas semiestruturadas, constituídas por nove perguntas essenciais para esclarecer os aspectos abordados no estudo.

| Nome | Idade | Estado civil |
|-----------|---------|------------------|
| Rosa | 46 anos | Casada |
| Tulipa | 58 anos | Casada |
| Orquídea | 60 anos | Casada |
| Lírio | 62 anos | União Estável |
| Margarida | 63 anos | Casada |
| Girassol | 65 anos | Casada |
| Bromélia | 66 anos | Viúva* |
| Hibisco | 67 anos | Casada** |
| Dália | 75 anos | Divorciada |
| Petúnia | 77 anos | Casada |

*Participante com estado civil viúva, informou estar em um relacionamento atualmente.

**Participante com estado civil casada, informou estar separada há 20 anos, mas não realizou processo de divórcio.

Fonte: elaborado pela autora, com base nos dados das entrevistas individuais (2024).

Este estudo seguiu os princípios éticos da pesquisa com seres humanos, conforme estabelecido na Resolução nº 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde (CNS). Todas as entrevistas foram conduzidas individualmente e presencialmente, realizadas em dois dias no turno da tarde, ao mesmo tempo em que ocorria o encontro do Projeto. As participantes forneceram seu consentimento informado ao assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), autorizando o uso dos dados para a elaboração deste artigo. As entrevistas foram gravadas e transcritas posteriormente, a fim de possibilitar o registro dos dados e a análise do conteúdo.

Para a análise dos dados foi empregada a análise de conteúdo de Bardin (2020), utilizada para examinar as falas das participantes. Essa abordagem permitiu a leitura e compreensão das entrevistas, facilitando a separação dos achados em categorias de análise. As categorias foram elaboradas após a leitura de todo o material, o qual deu origem as análises apresentadas e discutidas a seguir.

RESULTADOS DAS DISCUSSÕES

A análise dos dados coletados por meio das entrevistas com as participantes deste estudo permitiu abordar o problema de pesquisa proposto. Nossa objetivo foi investigar

como as entrevistadas reconhecem as características de relacionamentos abusivos, incluindo sua capacidade de identificar as consequências psicológicas ocasionadas por esta relação.

Após a análise detalhada do conteúdo, foram identificadas e organizadas quatro categorias, as quais serviram como base para a discussão dos resultados. Essas categorias foram desenvolvidas com embasamento em referenciais de estudos sociais e de gênero, violência contra as mulheres e de abordagem psicológica, permitindo uma discussão abrangente e fundamentada dos dados obtidos. Sendo assim, as quatro categorias expostas a seguir estão nomeadas como: “O homem como dono e proprietário da mulher: o entendimento das mulheres acerca do relacionamento abusivo”, “Além do silêncio: relatos de vivências das mulheres”, “Rompendo o ciclo: estratégias e recursos de auxílio” e “Cicatrizes invisíveis: as consequências psicológicas dos relacionamentos abusivos”.

O homem como dono e proprietário da mulher: o entendimento das mulheres acerca do relacionamento abusivo

Esta categoria foi elaborada com base nos dados que refletem o entendimento das mulheres participantes da pesquisa sobre o conceito de relacionamento abusivo e descrevem as características presentes nessas relações. O estudo se dedicou a compreender a percepção das mulheres sobre relacionamentos abusivos, destacando a importância crucial de abordar as questões de gênero.

Zibenberg (2023), ressalta que frequentemente ocorre um atravessamento de gênero nos relacionamentos abusivos. Muitas vezes, esses relacionamentos são tidos como comuns dentro da dinâmica conjugal, onde a assimetria de poder leva em conta a cultura machista, representando o homem como dominador e a mulher como passiva. A cultura machista e patriarcal impõe a desigualdade entre os gêneros. Nessa visão, é o homem quem assume as posições de poder: no trabalho, em cargos políticos, até repercutir na família como chefe da mesma, e na relação conjugal, como quem “manda”.

Apesar dos inúmeros mecanismos que contribuem para a banalização do relacionamento abusivo, conforme os estudos de gênero indicam, em nossa pesquisa foi possível constatar que cinco das dez entrevistadas demonstram um entendimento do que é uma relação abusiva. As seguintes falas evidenciam essa percepção das ocorrências:

Agora eu entendo mais, mas era uma violência que a gente tinha anos atrás com o atual marido, é maus tratos, hoje eu entendo que eu fiquei 28 anos com aquela pessoa, e a gente deveria ter denunciado. Hoje eu teria liberdade de denunciar, aquela vez não né. Com palavrões, ele bebia, a gente era insultada, a gente era escorraçada sabe [...] eu não desejo pra ninguém (Dália).

[...] Então é assim, eu para mim basta se o homem ele fala brabo com a mulher, ou não quer, pra mim isso é falta de respeito o marido fazendo isso com a mulher né, e por abusos também. Meu marido me maltratava, ele dizia coisas pra mim que ele não devia dizer, eu passei muito trabalho com o meu marido (Hibisco).

[...] quando o homem ele pega teu salário, ele que decide, ele que decide aonde tu vai, a roupa que tu usa, o que tu vai fazer da tua vida, te prende em casa, ele que decide a tua vida em si né, ele que tem controle da situação. Tu casou com ele, tu pertence a ele. Tudo que tu for fazer, primeiro tu conversa com ele, tu não decide tua vida (Lírio).

A violência psicológica, segundo Queiroz e Cunha (2018) é uma violência que se caracteriza como toda ação ou omissão destinada a produzir sofrimento moral ou dano psicológico em alguém e que acontece, principalmente, no domicílio da vítima, fato que facilita a invisibilidade. Essa violência se expressa por meio de ameaças, medo, controle, humilhação, indiferença, ciúme patológico, desqualificação, intimidação e tortura. Podemos ver estes exemplos nas falas a seguir:

[...] ele me batia, me atropelava de casa e dizia que ia pegar minha filha e ia sumir, que eu nunca mais ia ver ela, essas coisas. [...] Só socos assim, empurrões e socos, nada assim de machucar. Me machucava com palavras mesmo, que é pior que soco eu acho, tapa (Bromélia).

[...] Ele nunca foi de trabalhar, até hoje ele é vadio, ele não trabalha. E ele me culpava ainda que ele não era rico por causa de mim. Antes de nós se separar ele me culpou, que ele não era rico por causa de mim. Eu era a culpada (Hibisco).

Lopes et al. (2020) destacam que, mesmo diante de profundos abusos, o ideal do amor romântico persiste como padrão de relacionamento. O abusador inicialmente encanta a vítima com demonstrações de afinidade e fascínio mútuo, induzindo a idealização do relacionamento. No entanto, após conquistar a confiança da vítima, o abusador revela seu verdadeiro comportamento, desencadeando desvalorização, desrespeito e abusos físicos e psicológicos. As vítimas, muitas vezes, permanecem em relacionamentos abusivos devido à dependência financeira, psicológica ou emocional, mantendo a esperança de que o agressor mudará. Isso resulta em violência psicológica, que pode ser tão prejudicial quanto a física, mas frequentemente passa despercebida. As vítimas, ainda idealizando a relação como normal, acabam silenciando sobre seu sofrimento, deixando de buscar ajuda ou denunciar por medo ou pela preservação do relacionamento. A seguir, vemos o relato de uma das entrevistadas, que compartilha sua percepção de que seu marido a agride apenas verbalmente, levando-a a acreditar que não necessita de ajuda.

[...] Eu mesma assim não sei se é abusiva. Negócio de casal, a gente briga bastante, por isso estamos assim, meio distante sabe. Mas em palavras, só palavras, agressão em palavras assim, mas física nada feito. [...] Ele acusa, faz comparações, não confia na gente né. [...] Não procurei ajuda ainda, porque a gente sempre consegue ir amenizando. Nem sei se um dia preciso acionar a Lei, acho que não. [...] Mas eu tenho um apoio muito grande da minha filha, daí ela me apoia bastante, ela me ajuda né (Margarida).

Apesar dos avanços nas políticas públicas e do crescente diálogo na sociedade sobre a violência psicológica, muitas mulheres ainda não conseguem reconhecer que estão sendo vítimas desse tipo de abuso. Durante a análise dos dados, percebeu-se que pelo menos metade da nossa amostra de entrevistadas reconhece as características de um relacionamento abusivo. Esse entendimento é atribuído, em parte, ao acesso à informação proporcionado pelos grupos de expressividade atualmente disponíveis. A fala da entrevistada Margarida representa este sentimento: “Olha, agora que a gente entrou nesses grupos aqui, a gente entendeu muita coisa que a gente não sabia né, que poderia ser abusivo”.

Enfatizando a importância de fornecer informações por meio de iniciativas em comunidades vulneráveis, Bispo et al. (2022) observam que, embora as mulheres possuam algum conhecimento sobre seus direitos, espaços educativos oferecem uma compreensão mais aprofundada e, consequentemente, uma melhor identificação de comportamentos violentos. Portanto, essas ações promovem a prevenção e ajudam a reduzir a violência contra a mulher.

A partir do que se pôde ver nesta categoria, sobre o entendimento das mulheres acerca do relacionamento abusivo, vamos aprofundar as experiências que elas presenciaram e viveram durante sua vida, fatos estes que serão transcorridos na categoria a seguir.

Além do silêncio: relatos de vivências das mulheres

Por meio da análise de conteúdo, foram identificados diversos relatos abusivos nos quais as mulheres entrevistadas compartilharam os múltiplos sofrimentos que experimentaram.

No modelo patriarcal é fundamentado que o homem tem o poder sobre a mulher, possuindo domínio dos seus comportamentos, exercendo manipulações através de violências psicológicas e físicas. Rosseto et al. (2020) entendem que a violência afeta a saúde da mulher de forma bidimensional, ou seja, tanto emocionalmente quanto também fisicamente. A convivência com a violência, resulta em questões emocionais difíceis de lidar que refletem sobre o comportamento da mulher quando exposta à sociedade. Além disso, o físico da mulher também é afetado quando essa sofre escoriações e marcas

perceptíveis, também é comum a falta de cuidado íntimos e pessoais que a mulher enfrenta nesse período. Nas falas a seguir, estão expostas as situações abusivas que as entrevistadas vivenciaram:

[...] eu não podia sair de casa, nada ele deixava. [...] que eu sabia, o meu marido me traia. Ele mentia para os outros que eu tinha morrido para ele ficar com uma mulher que ele queria né, eu pra mim isso foi abusivo né, porque o que ele fazia comigo era abusivo. As vezes ele me batia, e quando ele me batia me pegava a força, ele não respeitava meus filhos. Eu apanhava (Hibisco).

[...] ele bebia, jogava tudo fora, quebrava tv, quebrava tudo. [...] Ele abusava. Tinha que fazer tudo como ele queria né, se não o pau pegava. Muitas ameaças (Bromélia).

Lenore Walker (2009), psicóloga clínica estadunidense, desenvolveu um modelo teórico que chama de “ciclo de violência”. Esse estudo foi desenvolvido para entender melhor a dinâmica das relações abusivas e de violência doméstica. Segundo Walker, o ciclo de violência é composto por três fases: a fase de tensão, onde o relacionamento pode estar passando por problemas de comunicação, estresse, conflitos cotidianos ou questões financeiras, fazendo com que se gere uma tensão entre o casal. Nesta fase, a vítima começa a perceber o agressor mais irritado e agressivo e tenta acalmá-lo constantemente. A fase de explosão (violência), onde acaba se acumulando toda a tensão do relacionamento e ocorre a violência. O agressor pode cometer violência física, sexual ou psicológica e é o ponto crítico da relação. Por fim, têm-se a fase da lua de mel, onde após o ato de violência, o agressor pede desculpas e busca a reconciliação. Normalmente é cheia de promessas de mudanças e tentativas de recuperar a confiança da vítima.

O ciclo de violência de Walker (2009) não é uma sequência linear e pode se repetir inúmeras vezes em uma relação abusiva. A cada repetição, a fase de explosão tende a ser mais grave e a fase de lua de mel pode se tornar mais intensa para manter a vítima na relação. Desta forma cria-se um padrão de abuso e reconciliação que pode ser extremamente difícil de quebrar. A seguir podemos ver um exemplo de promessas de mudanças por parte do companheiro:

[...] Aí depois ele continuou bebendo igual. Aí um dia ele chegou bêbado, fez umas coisas que eu não gostei, daí outro dia eu falei pra ele que foi a última gota e que eu ia embora, nem vou falar o que ele fez porque não vou perdoar nunca. Daí ele se ajoelhou e chorou, e disse que nunca mais ia botar bebida na boca, nunca mais (Bromélia).

Pensando que as escolhas amorosas podem ser feitas a partir de experiências que perpassam as gerações, estudos vêm sendo realizados sob a perspectiva transgeracional.

Colossi, Marasca e Falcke (2015) estabeleceram uma relação significativa entre a violência conjugal e situações de agressão entre ascendentes familiares. As autoras apontam que as experiências enquanto testemunhas ou vítimas na infância, mesmo sendo traumáticas e permeadas por sofrimento, acabam se reproduzindo em algum momento da vida adulta, especialmente na escolha de parceiros íntimos. As pesquisadoras ainda ressaltam a importância de promover a prevenção e consequentemente o rompimento desse ciclo de violência, para que outros modos de convivência familiar possam se sobrepor, como um fator protetivo para futuras gerações. Na fala a seguir, da entrevistada Lírio, podemos ver um exemplo dessa transgeracionalidade:

[...] meu pai faleceu quando eu tinha 4 anos, o que minha mãe conta é que se ele visse uma pedra na rua ele ia achar que era uma mulher e ele ia atrás, meu pai era bem mulherengo, sabe. Ele saia e ficava dias fora, quando ele voltava minha mãe era obrigada a ceder né, porque era mulher dele. Ele tinha mulheres na rua, e minha mãe era obrigada a aguentar. Ele não respeitava ela como mulher (Lírio).

No que tange as questões psíquicas transgeracionais, Padilha e Barbieri (2020) se debruçaram sobre os estudos que vem sendo realizados a esse respeito. As autoras puderam considerar que poucas pesquisas conseguiram investigar pelo menos três gerações e a maior parte delas direcionou seu olhar para a estirpe feminina. Apesar das brechas, as investigações para compreender historicamente as famílias e seus sofrimentos psíquicos, por um viés psicanalítico, propiciam o entendimento de que lugares de fala e escuta são importantes dispositivos para que haja uma ressignificação das vivências traumáticas. Sendo possível, dessa forma, a desconstrução de conteúdos herdados psiquicamente e a abertura para que novos conteúdos geracionais possam prevalecer.

Uma das entrevistadas, aborda como vem sendo tratado sobre estes e outros assuntos entre a sua família e entre ela e sua filha, para que futuramente ela não se submeta a estas relações. Segue relato:

[...] Eu sempre sou bem aberta né. Eu tenho uma família que tinha bastante irmãos, e a gente sempre uns passava para os outros né. Nossa mãe passava pra nós, tudo que a gente respeitava a gente, que a gente só fazia o que a gente permitia no nosso corpo, em nós, tudo. E eu tenho uma filha também, passo pra ela o que passaram pra mim né, é importante. Ela tem 16 anos, sempre estou conversando com ela. O que eu aprendi, estou passando pra ela (Rosa).

Nesta categoria, através da análise de conteúdo, podemos observar as experiências dessas mulheres em relacionamentos abusivos e como essas relações se desenvolveram dentro de seus núcleos familiares. A partir disso, também foram estudados os recursos

disponíveis para auxiliar as mulheres neste momento tão delicado e sensível, tópico que será abordado na categoria a seguir.

Rompendo o ciclo: estratégias e recursos de auxílio

Por meio da análise do relato das entrevistadas, foi possível identificar uma escassez de recursos de auxílio em situações de violência em relacionamentos abusivos. Vamos analisar a seguir de que forma aparece essa escassez e quais os motivos que levaram a maioria delas a ficarem em silêncio e minimizarem a sua situação de violência.

Maria da Penha Maia Fernandes, uma biofarmacêutica cearense, passou anos buscando justiça para os crimes de violência doméstica que sofreu. Sua luta e dor resultou em um marco importante, em setembro de 2006, quando foi homenageada através da Lei 11.340/06, conhecida como Lei Maria da Penha. Essa lei tornou a violência contra a mulher uma infração penal inafiançável, além de definir os tipos de violência e conceder medidas protetivas de urgência para mulheres em situação de vulnerabilidade ou perigo (IMP, 2022).

Mesmo com os avanços na legislação, na pesquisa acadêmica e nas conquistas de direitos, os corpos femininos continuam vulneráveis à violência. Em 2015, foi promulgada a Lei 13.104/15, conhecida como Lei do Feminicídio, em resposta às estatísticas alarmantes de assassinatos de mulheres, cometidos com motivação baseada no gênero. A utilização do termo "feminicídio" é fundamental, pois diferencia e enfatiza que o assassinato foi perpetrado por um homem, motivado por ódio, desprezo, discriminação e, por vezes, até prazer, simplesmente por a vítima ser uma mulher (ROICHMAN, 2020).

Apesar da existência da Lei Maria da Penha e da Lei do Feminicídio, as entrevistadas nesta pesquisa não puderam contar com esses recursos, uma vez que, quando foram vítimas de violência, tais legislações ainda não estavam em vigor. Consequentemente, enfrentaram uma escassez de alternativas, como descrito nos relatos a seguir:

[...] Não procurei ajuda. A única pessoa que sabia o que ele fazia para mim era minha sogra. Na época nem existia essas leis moça. Naquele tempo nem votar a gente podia, era outra realidade (Hibisco).

[...] Não, não tinha ninguém. Não tinha ninguém aqui para me apoiar, e a lei não existia (Bromélia).

Bromélia e Hibisco, ambas têm 66 e 67 anos respectivamente, e vivenciaram estas situações a partir da década de 1960. Nesta época, as mulheres eram amplamente consideradas como propriedade de seus maridos após o casamento, inclusive carregando o sobrenome deles. Durante esse período, o divórcio era chamado de "desquite", e uma

mulher que se divorciasse era obrigada a retirar o sobrenome do marido. Aquelas que passaram por esse processo eram frequentemente chamadas de "desquitadas" e enfrentavam o estigma de serem vistas como uma má influência para as mulheres casadas. As mulheres "desquitadas" viviam sob constante vigilância e muitas vezes, tinham que se limitar a cuidar dos filhos, pois temiam perder a guarda deles caso buscassem ter uma vida amorosa após o divórcio. (PRIORE, 2020).

Essas mulheres presenciaram uma época em que os relacionamentos abusivos eram muitas vezes invisibilizados pela sociedade e não haviam leis específicas para proteger as vítimas de violência doméstica. Além disso, a repressão aos direitos das mulheres era prevalente, limitando ainda mais suas possibilidades de buscar ajuda e justiça. Esse contexto histórico não só perpetuou o sofrimento de muitas, como também deixou marcas profundas que ainda influenciam suas vidas e a forma como encaram suas experiências passadas.

Segundo Nieves (2017), a religião surge como um dos mecanismos de apoio e estabilidade. Enquanto facilitadora de significado, pode oferecer auxílio às mulheres que enfrentam ou já enfrentaram violência. O processo de resiliência pode ser concebido como uma forma de transcendência do cotidiano, onde a realidade pode ser reinterpretada com foco na salvação da alma ou na construção de um mundo social mais saudável. Nesse contexto, a religião pode se tornar uma fonte crucial para o processo de resiliência dessas mulheres, desde que elas escolham adotá-la como um reservatório de significado. A partir disso, podemos observar que a religião aparece fortemente em algumas falas das entrevistadas, como uma forma de buscar força e de se ter alguma resposta para o que está acontecendo. Segue abaixo alguns exemplos:

[...] Olha, eu sempre pedia a Deus, eu rezava muito. Eu sou bem religiosa né, mas é assim, através de Deus que eu consegui. Eu achei que eu nunca ia me libertar dele sabe (Dália).

[...] Sempre pedi força pra Deus, que era pra mim poder enfrentar todos os obstáculos, que eu sei que não to fazendo as coisas erradas, eu sei que to fazendo certo (Margarida).

Nessa categoria, foi possível observar a escassez de recursos legais disponíveis para essas mulheres, devido a época em que vivenciaram seus relacionamentos abusivos, além de expor os recursos que elas próprias desenvolveram para fortalecer-se dentro dessas relações ou para se desvincular delas. A partir dessas observações, surge a necessidade de analisar as consequências psicológicas que essas relações acarretaram para as mulheres, um tópico que será abordado na categoria subsequente.

Cicatrizes invisíveis: as consequências psicológicas dos relacionamentos abusivos

A análise de conteúdo revelou uma variedade de desdobramentos psicológicos, os quais as mulheres entrevistadas compartilharam ao descrever os diversos tipos de sofrimento que experimentaram. As entrevistadas identificaram uma série de consequências resultantes dos relacionamentos abusivos que vivenciaram ao longo de suas vidas. Essa categoria emergiu da identificação de vários sintomas distintos relatados pelas participantes do estudo.

Segundo Queiroz e Cunha (2018), a violência psicológica deixa cicatrizes imperceptíveis, tornando-se gradualmente tão sutil que a vítima muitas vezes nem consegue identificá-la como tal, embora ela impacte diretamente seu bem-estar e autoestima. Essa forma de abuso, que não envolve violência física, explora a confiança da mulher no que ela interpreta como amor em um relacionamento.

Lidar com um relacionamento abusivo traz à mulher sentimentos intensos de inutilidade e frustração, é uma tarefa difícil para a mulher sair do relacionamento pois ao mesmo tempo que se sente inútil e frustrada, possui uma ligação de dependência emocional ao parceiro e, em muitos casos, encontra-se dependente financeiramente, o que se torna mais agravante quando possui filhos com o seu cônjuge (GUIMARÃES et al. 2018).

Damasceno (2018) comenta que é necessário entendermos o conceito de dependência emocional para compreendermos o porquê de muitas mulheres ainda permanecerem na relação. De acordo com a autora, a dependência vai além do amor e manifesta-se quando a pessoa, para se sentir segura, precisa da presença do outro, seja ele parceiro, namorado ou marido. É como se ela se anulasse e só conseguisse viver se existir o outro para lhe dar suporte. Os principais fatores que podem ser identificados na relação de dependência é a tristeza e a incapacidade de viver sozinha. São comuns relatos de que a mulher não tem vida própria, que todos os seus afazeres têm que girar em torno do companheiro, que não consegue viver sem ele e tem a idealização de que algum dia ele irá mudar.

Alguns destes sentimentos aparecem nas falas das entrevistadas, tais como a tristeza, impotência, a mágoa de que estão sozinhas nesta situação, conforme a seguir:

[...] Tristeza, muita tristeza. E pena da minha filha por ter presenciado tudo na época. Eu não queria mais chegar em casa, no meu primeiro casamento eu sofri muito. Tinha mais espinhos que flores. [...] Eu sentia muita raiva, todo dia eu chorava (Bromélia).

[...] Eu não perdoo ele pelo que ele fez, não perdoou mesmo. Eu tenho muita mágoa dele, sentimento de tristeza né, de dor (Hibisco).

Corroborando com este sentimento de angústia gerado a partir desta relação abusiva, é possível revelar que Freud ([1926]1976) já discorria sobre a ontologia da angústia, destacando que ela emerge a partir de experiências traumáticas na vida dos indivíduos. O autor ressalta que tais traumas podem ser reprimidos, porém, permanecem na memória. Ele argumenta que uma das maneiras de abordar o sofrimento decorrente desses traumas e de dar voz a dores que foram mantidas em segredo, é por meio da manifestação de sintomas somáticos, que são inconscientes e necessitam encontrar alguma forma de expressão.

Para além da angústia, a constante exposição a comportamentos abusivos pode diminuir a autoestima e a autoconfiança da pessoa, levando-a a duvidar de si mesma e de suas próprias capacidades. Além disso, as vítimas podem experimentar sentimentos de culpa, vergonha e isolamento, muitas vezes mantendo o abuso em segredo por medo de represálias ou de não serem acreditadas. Com isso, o abuso dentro da relação também pode acarretar o risco de a mulher desenvolver algum problema de saúde mental, como ansiedade e depressão. Conforme afirmado por Bittar e Kohlsdorf (2017), a depressão é uma das principais consequências da violência doméstica para as mulheres, uma vez que é notável que as parceiras que permanecem em relacionamentos abusivos têm maior propensão a desenvolvê-la.

Segundo Silva et al. (2021), após saírem de relacionamentos abusivos, muitas vezes sofrem pressão psicológica intensa de ex-parceiros, o que pode desencadear diversos distúrbios emocionais, como medo, angústia, nervosismo, lapsos de memória, melancolia e distúrbios do sono. O diagnóstico costuma ser tardio, resultando em danos irreversíveis, e as consequências psicológicas podem persistir mesmo após o término do relacionamento.

Os trechos das falas a seguir evidenciam questões psicológicas que podem surgir da convivência diária dentro de um relacionamento abusivo, caracterizado pela presença do machismo e da cultura patriarcal:

[...] Porque eu tive que tomar muito remédio né, e agora eu tenho que continuar tomando os remédios. Eu não dormia de noite, só pensando o que ia acontecer no outro dia (Bromélia).

[...] A trouxe. Eu só já não entrei em depressão porque eu sou uma pessoa bem forte. Eu tenho muito problema de saúde, eu tenho pressão alta, tenho problema de coração, tenho diabetes, tudo eu tenho (Hibisco).

[...] É só mesmo emocional. Eu fico triste por de repente não confiar na gente. Eu já tentei, pensei em procurar um psicólogo, pra fazer o trabalho

certo sabe, pra me abrir totalmente né, mas eu vou ver ainda. Mas pelo menos pra me aliviar né, aliviar um pouco por dentro (Margarida).

Nota-se, portanto, a partir das entrevistas realizadas, que a vulnerabilidade das mulheres em relacionamentos abusivos e violentos está profundamente enraizada em uma construção histórica e cultural do amor romântico, que exerce uma forte influência sobre suas vidas. É de suma importância refletir não apenas sobre os métodos de intervenção para combater a violência, mas também, e principalmente, sobre como criar e oferecer novas trajetórias e formas de subjetivação que se afastem do roteiro tradicional de beleza, cuidado e amor para essas mulheres. As consequências dessas experiências são tão impactantes que, mesmo não sendo visíveis externamente, deixam marcas por toda a vida.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao longo deste artigo, discutimos os aspectos multifacetados dos relacionamentos abusivos, abordando suas manifestações emocionais, físicas e psicológicas. Analisamos as dinâmicas de poder e controle que perpetuam esses relacionamentos e os fatores que dificultam a saída das vítimas. Os dados apresentados revelam a gravidade e a complexidade desse fenômeno, evidenciando a necessidade de uma abordagem multidisciplinar para o seu enfrentamento.

A pesquisa, cujo objetivo foi investigar como as mulheres participantes do “Projeto de Extensão Laços de Vida”, na cidade de Novo Hamburgo/RS, reconhecem as características de relacionamentos abusivos e identificar as consequências psicológicas decorrentes destas relações, concluiu, através da análise das falas das participantes, que metade delas não apenas percebem as diversas formas e momentos da vida em que estiveram em relacionamentos abusivos, mas também as consequências psicológicas que estas relações deixaram em suas vidas. Já a outra metade das participantes relataram não ter tido nenhuma experiência abusiva na sua vida.

Reconhecer os sinais de um relacionamento abusivo e compreender suas consequências devastadoras são passos cruciais para a prevenção e intervenção eficaz. A conscientização e a educação da sociedade, juntamente com o fortalecimento das redes de apoio e o aprimoramento das políticas públicas, emergem como pilares fundamentais para a proteção e o empoderamento das vítimas.

Deste modo, foi possível perceber que metade das participantes desta pesquisa passaram por um relacionamento abusivo na sua vida, além de citarem situações que foram muito presentes nesta relação, tais como xingamentos, violência física, controle financeiro, ameaças, humilhações e manipulações. Ainda, em relação as consequências psicológicas decorrentes da relação abusiva, os sentimentos de tristeza e mágoa foram fortemente citados, além de problemas para dormir e uso contínuo de psicofármacos.

Enfatizamos a importância de um suporte contínuo e sensível, que valorize a autonomia e a dignidade das pessoas afetadas. As estratégias de intervenção devem ser ajustadas às necessidades individuais, garantindo segurança e promovendo a reconstrução da autoestima e da independência.

Portanto, concluímos que o combate aos relacionamentos abusivos exige um compromisso coletivo e sustentado, que envolva não apenas profissionais da saúde, mas toda a comunidade. Somente assim poderemos avançar na construção de relações mais saudáveis e justas, onde o respeito e a igualdade prevaleçam, permitindo que existam, nos relacionamentos, mais flores do que espinhos.

REFERÊNCIAS

- BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo.** 5. ed. São Paulo: Edições 70, 2020.
- BISPO, Joicielly França et al. **Violência contra a mulher: educação em saúde em uma Unidade Básica de Saúde em Maceió.** Extensão em Foco, Palotina, PR, v. 26, n. 1, p. 249-258, 2022. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/extensao/article/view/76350>. Acesso em: 03 jun. 2024
- BITTAR, Danielle; KOHLSDORF, Marina. **Ansiedade e depressão em mulheres vítimas de violência doméstica.** Psicologia Argumento, [S.L.], v. 31, n. 74, p. 447-456, 24 nov. 2017. Pontifícia Universidade Católica do Paraná - PUCPR. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.7213/psicol.argum.31.074.ds08>. Acesso em 06 jun. 2024
- BRASIL. Ministério da Mulher, da Família e dos Direitos Humanos. **Balanço anual: Ligue 180 registra 1,3 milhão de ligações em 2019.** Brasília, DF, 2020. Disponível em: <https://www.gov.br/mdh/pt-br/assuntos/noticias/2020-2/maio/balanco-anual-ligue-180-registra-1-3-milhao-de-ligacoes-em-2019/BalancoLigue180.pdf>. Acesso em: 18 mai. 2024
- BRASIL. Senado Federal. Instituto de Pesquisa DataSenado. Observatório da Mulher contra a Violência. **Pesquisa DataSenado: Pesquisa nacional de violência contra a mulher.** Brasília: Senado Federal, nov. 2023. Disponível em: <https://www12.senado.leg.br/institucional/datasenado/arquivos/pesquisa-nacional-de-violencia-contra-a-mulher-datasenado-2023>. Acesso em 25 mai. 2024
- COLOSSI, Patrícia Manozzo; MARASCA, Aline Riboli; FALCKE, Denise. **De Geração em Geração: A Violência Conjugal e as Experiências na Família de Origem.** Psico, Porto Alegre, v. 46, n. 4, p. 493-502, 2015. Disponível em: <https://revistaseletronicas.pucrs.br/index.php/revistapsico/article/view/20979>. Acesso em: 18 mai. 2024
- DAMASCENO, Cátia. **Dependência emocional ou amor? Você vive que tipo de relacionamento?** Mulheres bem resolvidas, 2018. Disponível em: <https://www.mulheresbemresolvidas.com.br/dependencia-emocional>. Acesso em: 18 mai. 2024

FREUD, Sigmund. (1976). **Inibições, sintomas e ansiedade.** In S. Freud, Edição standard brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud (Vol. 20). Rio de Janeiro: Imago.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa.** 6. Ed. São Paulo, SP: Atlas, 2017.

GUIMARÃES, Renata Cavalcante Santos et al. **Impacto na autoestima de mulheres em situação de violência doméstica atendidas em Campina Grande, Brasil.** Revista Cuidarte, v. 9, n. 1, p. 1988-1997, 2018. Disponível em: <https://revistas.udes.edu.co/cuidarte/article/view/438>. Acesso em: 18 mai. 2024

IMP - INSTITUTO MARIA DA PENHA. Disponível em: <https://www.institutomariadapenha.org.br/>. Acesso em: 25 mai. 2024

LOPES, Vitória de Fátima Barros; DE SOUZA SILVA, Déborah Cargnelutti; MACHADO, Mariele. **A idealização do relacionamento abusivo e a Lei Maria da Penha.** Brazilian Journal of Development, v. 6, n. 9, p. 72949-72953, 2020. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/17427>. Acesso em: 19 mai. 2024

NIEVES. Katiuska F. Serafim. **O sentido da religião na construção de resiliência em contextos de violência contra mulheres.** Dissertação (Mestrado em Ciências da Religião) – Pontifícia Universidade Católica de Goiás, Goiânia, 2017. Disponível em: <https://tede2.pucgoias.edu.br/handle/tede/3922>. Acesso em: 03 jun. 2024

PADILHA, Carolina Rizzato Martins; BARBIERI, Valeria. **Transmissão psíquica transgeracional: uma revisão da literatura.** Tempo psicanalítico, Rio de Janeiro, v. 52, n. 1, p. 243-270, 2020. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-48382020000100010. Acesso em: 19 mai. 2024

PRIORE, Mary Del. **Sobreviventes e guerreiras: uma breve história da mulher no Brasil de 1500 a 2000.** Planeta Estratégia, 2020.

QUEIROZ, R. A. de; CUNHA, T. A. R. **A Violência psicológica sofrida pelas mulheres: invisibilidade e memória.** Revista NUPEM, v.10, n. 20, p. 86-95, 2018. Disponível em: <https://periodicos.unespar.edu.br/index.php/nupem/article/view/5564>. Acesso em: 19 mai. 2024

ROICHMAN, Carlos Barreto Campello. **Faca, peixeira, canivete: uma análise da lei do feminicídio no Brasil.** Revista Katálysis, Florianópolis, v. 23, n. 2, p. 357-365, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rk/a/7zQRkyKBpyYKHP6JXbKXrPr/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 19 mai. 2024

ROSSETTO, B. G.; ANDRADE, J. R. de.; MOREIRA, J. A. R.; FERREIRA, C. L. **Consequências da Violência Psicológica em Mulheres em Relacionamento Abusivo.** 2020. Disponível em: <https://unisalesiano.com.br/aracatuba/wp->

content/uploads/2021/06/Artigo-Consequencias-da-Violencia-Psicologica-em-Mulheres-em-Relacionamento-Abusivo-Pronto.pdf. Acesso em: 19 mai. 2024.

SAFFIOTI, Heleith. **Gênero, Patriarcado, Violência.** São Paulo: Editora Fundação Perseu Abramo, 2015.

SCHWAB, Beatriz; MEIRELES, Wilza. **Um soco na alma: Relatos e análises sobre violência psicológica.** Brasília: Pergunta Fixar Editora Produtora de Arte, Educação e Cultura, 2017.

SILVA, Kelliane Vieira da et al. **Experiências de violência e desordens psicológicas sofridas por mulheres violentadas pelo ex-parceiro.** Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental, p. 92-108, 2021. Disponível em: http://www.scielo.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1647-21602021000200092&lang=pt. Acesso em: 25 mai. 2024

STREY, Marlene Neves. **A violência de gênero é um dos fenômenos mais democráticos que existem.** Instituto Humanitas UNISINOS. São Leopoldo, 2017. Disponível em: <https://www.ihu.unisinos.br/159-noticias/entrevistas/569341-a-violencia-de-genero-e-um-dos-fenomenos-mais-democraticos-que-existem>. Acesso em: 25 mai. 2024

WALKER, Lenore. **The battered woman syndrome.** 3. ed. Nova York: Springer Publishing Company, 2009.

ZIBENBERG, D. **O que é abusivo: Uma revisão sobre relacionamentos abusivos.** Publicações, 2023. Disponível em: <https://editorapublicar.com.br/ojs/index.php/publicacoes/article/view/670/377>. Acesso em: 25 mai. 2024

Recebido em: 12 de julho de 2025.

Aceito em: 28 de novembro de 2025.