

SAÚDE MENTAL

Desafios da Prevenção, Diagnóstico, Tratamento
e Cuidado na Sociedade Moderna

Edição XXVI

Capítulo 10

IMPACTOS DA VIOLÊNCIA DOMÉSTICA: UMA COMPREENSÃO GESTÁLTICA

JUSCISLAYNE BIANCA TAVARES DE MORAIS¹
AURICELIA DA SILVA MARTINS²
YASMIM MARRY ALVES MOURA²

¹Docente- Mestre em Políticas Públicas UFPI

²Discente- Psicologia do UNINTA

Palavras-Chave: Violência Doméstica; Psicoterapia; Gestalt Terapia.

DOI:

10.59290/9243205052

EDITORIA
P PASTEUR

INTRODUÇÃO

A palavra violência vem do termo latino *vis*, que significa força, portanto a violência é considerada o abuso da força, usar a violência contra alguém ou fazê-lo agir contra sua vontade. Esse fenômeno expressa o ato de violar outrem ou de se violar, sendo um comportamento que está relacionado com a força, se torna uma atitude que acaba produzindo danos físicos, como por exemplo: tortura, ferimentos, lesões no corpo e que por sua vez acarreta danos psíquicos. Em suma, a violência existe desde os tempos pré-históricos resistindo até aos dias atuais (VERONESE; COSTA, 2006).

O fenômeno da violência é complexo e ambíguo, cujas formas de manifestação são muito variadas e numerosas o que torna mais difícil numerá-la com precisão. Nessa proposta de trabalho, enfatiza-se principalmente outro tipo de violência, a mais silenciada por vários séculos, que resiste dentro de vários lares, cujo termo caracteriza-se por todo ato violento que é praticado entre os membros que habitam um ambiente familiar em comum (pais e filhos). Esse fenômeno pode acontecer entre pessoas com laços de sangue, ou unidas de forma civil (marido e esposa ou genro e sogra), namorados dentre outros, nisto estamos falando sobre a violência doméstica (VERONESE; COSTA, 2006).

A lei nº 11.340/06, conhecida como “Lei Maria da Penha”, refere-se à violência doméstica e familiar contra a mulher, vigente desde 22 de setembro de 2006. Esta Lei ficou conhecida como Lei Maria da Penha em virtude da grave violência de que foi vítima Maria da Penha Maia Fernandes em 29 de maio de 1983, na cidade de Fortaleza, Estado do Ceará. A Lei Maria da Penha pode ser aplicada para qualquer mulher que seja vítima de abusos ou agressões e que esteja em condição de fragilidade em relação ao seu agressor. A aplicação da lei também englo-

ba as mulheres transexuais que são vítimas de violência. Grandes mudanças surgiram desde então no fenômeno violência doméstica, isso porque a Lei conceitua as várias formas de violência doméstica e traz uma punição para o agressor.

De acordo com o artigo 5 da Lei Maria da Penha, violência doméstica consiste:

Para os efeitos desta Lei, configura violência doméstica e familiar contra a mulher qualquer ação ou omissão baseada no gênero que lhe cause morte, lesão, sofrimento físico, sexual ou psicológico e dano moral ou patrimonial. (Lei nº 11.340. Art.5º)

Opta-se neste trabalho, pela busca da compreensão do tema em questão à luz da Gestalt terapia (GT), pois a psicologia fenomenológica existencial nos traz a apreensão de fenômenos relacionais e complexos e dentro dessa compreensão. Neste ínterim, a Gestalt terapia é uma abordagem psicoterápica, que tem como objetivo promover a consciência plena (PERLS, 1969). A referida corrente trata-se de uma proposta terapêutica que fomenta a consciência plena, a experiência e a expressão de sentimentos, a criatividade, a autonomia e a responsabilidade.

A violência doméstica é um assunto de grande relevância, pois afeta milhões de pessoas em todo o mundo e é uma das principais causas de morte entre mulheres. Além disso, a violência doméstica também afeta a saúde mental e física de todos os envolvidos e pode ter efeitos devastadores nas famílias e na sociedade como um todo. Por isso, o tema da violência doméstica deve ser abordado de forma abrangente, de modo a garantir que as pessoas tenham acesso às informações e ajuda para lidar com essa questão. É fundamental que haja uma conscientização sobre a violência doméstica para que possamos trabalhar para a erradicação des-

se problema e para que as vítimas possam buscar ajuda.

É difícil uma mulher se ver como vítima, culpar um relacionamento abusivo dentro de casa. Ela tem medo de ser mal interpretada na família e vergonha de revelar sua privacidade em público e enfrentar uma má reputação. No entanto, é importante que as mulheres saibam que há serviços de ajuda disponíveis para elas, como conselheiros especializados, grupos de apoio e, se for o caso, até mesmo serviços legais para ajudá-las a lidar com o abuso em seu relacionamento. Ter o apoio profissional pode dar à mulher a força e conhecimento necessários para tomar as medidas corretas para se livrar de um relacionamento abusivo.

CONFIGURAÇÕES DA VIOLÊNCIA DOMÉSTICA

A violência é um fenômeno intrigante, pois sua origem está ligada à existência humana, já que toda a conjuntura violenta já foi utilizada como mecanismos de defesa e sobrevivência por sociedades ao longo da história. Por outro lado, a violência tem sido também um meio de disseminação de sofrimento e destruição, que se manifesta de muitas formas, ao longo da história.

Segundo a OMS, violência se caracteriza por:

Violência, para a organização Mundial da saúde caracteriza-se pelo uso intencional de violência física ou força, real ou em ameaça, contra si mesmo, contra outra pessoa, ou contra um grupo ou comunidade, que resulte ou tenha potencial para resultar em lesão, morte, dano psicológico, mau desenvolvimento ou privação (KRUG *et al.*, 2002).

Segundo Lozano (KRUG *et al.*, 2002), existem várias teorias para entender o fenômeno da violência. No entanto, essa pesquisa ainda se direciona a compreensão da dinâmica de violência doméstica numa perspectiva gestáltica. Du-

rante muito tempo, acreditou-se que não se podia interferir nas relações pessoais, nos conflitos que aconteciam na intimidade de cada família. A vida familiar era privada e o provedor tinha o poder de manter a ordem, mesmo que para isso aplicasse a violência. Neste escopo, verifica-se a forte influência da cultura patriarcal que acaba por influenciar a forma como a sociedade compreende o papel da mulher.

O patriarcado é uma criação histórica formada por homens e mulheres em um processo que durou aproximadamente 2.500 anos e reverbera atualmente. Em sua forma inicial, o patriarcado apareceu como um estado arcaico. A unidade básica da organização era a família patriarcal, que, constantemente, expressava e dava origem às suas regras e valores. O patriarcado é basicamente um sistema de hierarquia social baseado na autoridade masculina. O homem é visto como o líder da família, bem como o responsável por fornecer liderança e direção. O sistema patriarcal acabou relegando as mulheres a um papel de submissão ao longo da história. No passado, a posição das mulheres era extremamente limitada. Elas eram vistas como propriedade dos homens e não tinham direito a votar ou a serem ouvidas em decisões importantes. Elas também eram constantemente discriminadas no trabalho, na educação e na sociedade em geral (LERNER, 2019).

Verifica-se que, ao longo da história, a mulher enfrentou inúmeros desafios quando se trata da conquista de direitos. Desde a antiguidade, a mulher é vítima de discriminação, sendo esta tratada como um objeto, tendo seus direitos limitados e suas vontades e liberdades tolhidas, resultados de uma discriminação sociocultural envolta ao machismo exacerbado, havendo uma dominação dos homens que desde o início dos tempos, sempre teve a liderança e a autonomia, sendo considerado o dono da casa, a mulher, em contrapartida, era obrigada a respeitar o seu ma-

rido, obedecendo-o em tudo, mesmo que este não tivesse razão, tendo que se submeter aos seus caprichos e ordens, sem questionar, mesmo que isso a fizesse sofrer, por isso, a mulher sempre foi obrigada a ficar em casa e cuidar da família, mantendo a casa sempre limpa e arrumada, cuidando da limpeza e das tarefas domésticas (PEDRO; GUEDES, 2010)

Por quase quatro mil anos, as mulheres moldaram suas vidas e operaram sob o patriarcado, especificamente, uma forma de patriarcado mais bem descrita como dominação paternalista. Sendo estas, portanto, desprivilegiadas e marginalizadas em comparação com os homens. Todavia, ao longo dos anos, as mulheres têm lutado para conquistar mais direitos e respeito. A luta das mulheres por igualdade de direitos e oportunidades tem sido um movimento histórico global que teve grande sucesso. Diante do exposto, apesar de todo esse movimento feminista por resistência e sobrevivência, vimos que a cultura patriarcal contribuiu para que a mulher seja um segmento que vem sendo vitimizado pela violência. A violência contra a mulher, historicamente, foi naturalizada na sociedade, de tal forma que, ainda hoje, é possível encontrar mulheres que sofrem constantemente com esse tipo de violência (BANDEIRA, 2014).

A violência doméstica é a violência cometida por pessoas de uma mesma família, independente do parentesco consanguíneo, é estudada como um fenômeno social, e composta por diversos motivos. Infelizmente, é comum que as mulheres não denunciem as agressões sofridas, elas ficam em silêncio por um longo tempo. Quando decidem denunciar, observa-se que essas mulheres acumulam um histórico de agressões que começou há muito tempo (VERARDO, 2004).

Assim, não é a primeira agressão que suscita a denúncia e, geralmente, não é a mesma

agressão que causou lesões corporais mais graves. Por ser difícil perceber que a mesma está vivenciando uma situação de violência, quando a vítima chega ao limite máximo e já não suporta o tratamento que está recebendo, e faz consciente que a mesma está vivendo uma situação de violência, infelizmente, muitas acabam se iludindo e fazendo de conta que toda a violência não está acontecendo de verdade. Isso faz parte do próprio relacionamento de poder, onde uma mulher introjeta a percepção de seu parceiro sobre si mesma, espelhando ainda mais seus sentimentos de inferioridade e piorando uma situação já ruim. Essas mulheres não apenas internalizam o que seus parceiros pensam delas, mas esquecem de si e anulam-se cada vez mais (VERARDO, 2004).

De acordo com o Programa de Evidências Científicas da Organização Mundial da Saúde para Políticas de Saúde, a violência contra a mulher é generalizada em todo o mundo, independentemente de classe, idade, raça, origem ou religião. Neste escopo, considera-se a existência de vários tipos de violência: física, psicológica, sexual, patrimonial entre outros. Enquanto estratégia para lidar com o fenômeno da violência doméstica, evidencia-se ainda neste capítulo, a importância da lei Maria da Penha (Nº 11.340).

A Lei Maria da Penha foi um grande avanço na luta contra a violência de gênero, ela tem ajudado a dar voz às mulheres, a protegê-las e a garantir que as vítimas possam buscar justiça.

A violência física é caracterizada como qualquer comportamento que viole a integridade ou a segurança física da mulher. Esse tipo de violência é mais evidente à medida que os sinais da agressão ficam claros. Normalmente, um homem usará força física para agredir uma mulher, no entanto, alguns homens estão cientes de que o contato físico com mulheres não será tolerado porque pode resultar em processo crimi-

nal, então, eles usam outras formas de violência. Globalmente, é estimado que 27 % das mulheres entre 15 e 49 anos sofreram algum tipo de violência doméstica pelo menos uma vez na vida desde os 15 anos de idade. 24% das mulheres entre 15 e 19 anos já foram violentadas pelos parceiros. Ainda em 2018, até 492 milhões de mulheres de 15 a 49 anos sofreram violência de parceiros - 13% para ser mais preciso.

A violência psicológica ou invisível, como é chamada, é a mais difícil de ser detectada, pois não deixa marcas visíveis, a vítima pode não perceber que está sendo agredida, pois o agressor costuma ser muito manipulador e consegue convencê-la de que ela é a culpada pelos problemas do casal. A violência psicológica pode se manifestar de diversas formas e, às vezes, é difícil identificá-la, alguns exemplos são: ameaças; insultos; humilhação; isolamento social; controle obsessivo; manipulação.

São inúmeras as consequências desse tipo de violência no sistema neurológico da mulher, que podem incluir ansiedade, depressão, baixa autoestima, e até mesmo suicídio. A violência psicológica também pode causar problemas de saúde física, como dores de cabeça, problemas digestivos e alterações no sono. A longo prazo, a violência psicológica pode levar às vítimas desenvolverem problemas de saúde mental, como transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) e transtorno de ansiedade generalizada (TAG) (14º ANUÁRIO BRASILEIRO DE SEGURANÇA PÚBLICA, FBSP, 2020).

A violência patrimonial é um tipo de violência que é pouco conhecida pela população, levando a poucas vítimas perceberem como um ato de violência. E, por não compreenderem esse ato como uma violência ou submissão ao agressor, principalmente quando este é o provedor financeiro da família, as mulheres passam por situações em que o parceiro pode reter o dinheiro, controlar os gastos e submeter a parceira as situações de humilhação, por meio de agres-

sões morais e psicológicas, provocando a perda de sua autonomia, ou impedindo que está use o dinheiro em benefício próprio. É necessário destacar também a retenção ou destruição de documentos pessoais, bem como impedimento que está se desenvolva economicamente quando a impede de se desenvolver no âmbito educacional (DELGADO, 2016).

A violência sexual, de acordo com os Artigos 7º e 3º da lei 11.340, é entendida como qualquer conduta que a constranja a presenciar, a manter ou a participar de relação sexual não desejada, mediante intimidação, ameaça, coação ou uso da força; que a induza a comercializar ou a utilizar, de qualquer modo, a sua sexualidade, que a impeça de usar qualquer método contraceptivo ou que a force ao matrimônio, à gravidez, ao aborto ou à prostituição, mediante coação, chantagem, suborno ou manipulação; ou que limite ou anule o exercício de seus direitos sexuais e reprodutivos. Muitos parceiros recorrem à violência sexual doméstica contra sua companheira. Infelizmente, muitas vezes, relataram o uso de força física para fazer sexo e até sexo anal compelido, que causam danos físicos e danos psicológicos.

A Violência moral considerada contra a mulher, é qualquer conduta que configure calúnia, difamação ou injúria. Exemplos de violência moral: Expor a vítima a situações constrangedoras, desvalorizar a vítima pelo modo de se vestir, ou acusar a mulher de traição sem nenhuma prova. A Lei Maria da Penha pune os crimes de violência moral contra a mulher cometidos em ambiente doméstico ou familiar. Sempre que o agressor praticar ação que configure calúnia, difamação ou injúria, ou seja, sempre que ele infringir o art. 7º, inciso V, da Lei n.º 11.340/2006, estará sujeito às penalidades descritas na lei. (BRASIL, 2006.)

Com o aprofundamento das discussões e caracterizações dos tipos de violências que uma mulher pode sofrer no seu contexto doméstico,

nota-se que o patriarcado é um sistema no qual poder e masculinidade são sinônimos e impregnam o ambiente social de misoginia, e consequentemente, de ódio e desprezo pelo corpo feminino e aos atributos do feminino. Dentro desse sistema de opressão, os homens se autorizam a sujeitar as mulheres a demonstrações de comando e poder, de forma a ameaçar a vida, a integridade e a dignidade das mulheres (NIELSSON, 2020).

MÉTODO

Essa pesquisa qualitativa tem o intuito de elaborar um estudo sobre a perspectiva gestáltica em relação à violência doméstica contra a mulher. O objetivo da pesquisa é compreender como a abordagem da Gestalt pode contribuir para o tratamento de mulheres vítimas de violência doméstica. Os autores também demonstraram que a abordagem da Gestalt pode ajudar as vítimas a desenvolver autoconsciência e a se conectar com os seus próprios sentimentos, para que possam identificar e reconhecer os seus comportamentos e reações à violência doméstica e assim lidar melhor com as situações. Além disso, essa abordagem incentiva o autodescobrimento e a identificação de padrões de reação, bem como a criação de estratégias para lidar com a violência doméstica.

O objetivo de uma pesquisa exploratória de materiais coletados entre a visão gestáltica e a violência doméstica é examinar os vários aspectos da violência, bem como os mecanismos que a mantêm. Isso inclui investigar os fatores sociais, culturais e psicológicos que estão envolvidos, junto ao papel que as relações interpessoais desempenham na perpetuação desse comportamento. Também é importante investigar as experiências de vítimas de violência doméstica e a maneira como elas são impactadas, além das estratégias que essas vítimas utilizam quando são expostas à violência doméstica. A pesquisa

também pode analisar os mecanismos de controle e as estruturas de poder que permitem que a violência doméstica ocorra. Além disso, é importante investigar como os serviços de saúde, bem como os serviços públicos e governamentais, podem ajudar as vítimas de violência doméstica.

Referindo-se à violência doméstica, é importante valorizar as singularidades de cada mulher, como forma de promover o cuidado integral à vítima, bem como a circunstância que envolve o agressor. Esta abordagem permite o reconhecimento dos direitos e oportunidades de cada vítima, bem como o enfrentamento dos padrões de violência e o cumprimento de medidas protetivas cabíveis. É importante que sejam identificadas as necessidades de cada mulher, reconhecendo as singularidades de cada uma e que sejam priorizadas as ações de prevenção, de modo a garantir a segurança e o cuidado integral às vítimas.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Compreensão da violência na perspectiva gestáltica

A Gestalt Terapia é um modelo de psicoterapia cuja proposta teórica foi desenvolvida na década de 50 por Fritz Perls. Trata-se de uma abordagem fenomenológica existencial balizada numa compreensão holística do ser humano. Neste sentido, compreender a dinâmica de violência doméstica implica em compreender o sujeito que é atravessado por essa experiência numa perspectiva holística.

Do ponto de vista da Gestalt, primeiro é necessário compreender a experiência da mulher no campo, ou seja, a relação de seu organismo com o meio. Essa interação ocorre por meio do contato. É a partir dele que se estabelece a relação entre o indivíduo e o meio e a maneira como ele percebe e organiza a experiência. Segundo Frazão (2013), “contato é a capacidade de esta-

belecer relações entre o organismo e o meio ambiente, numa interação contínua e dinâmica”. Segundo a autora, o contato é compreendido como um processo contínuo no qual o indivíduo interage com o meio mutuamente, sendo a qualidade dessa exposição determinante para sua saúde mental.

Fração (2013), afirma que “o contato é a base para a autorregulação e o crescimento pessoal, e quando esse processo é interrompido, a pessoa pode desenvolver sintomas como ansiedade, depressão e problemas de relacionamento”. Na Gestalt, o contato é entendido como uma experiência holística, ou seja, vivenciada como um todo. Assim, o contato envolve não apenas as ações físicas que ocorrem, mas também as emoções, pensamentos e sentimentos envolvidos. É a constante troca de informações entre o indivíduo e o meio que permite que essa associação entre os dois ocorra.

Portanto, estabelecendo essa correlação entre o conceito de contato e a violência doméstica, para GT, o contato é a base da relação entre as pessoas por meio da qual pode ser compreendida a relação entre vítima e agressor. Nesse sentido, analisando o estudo “Desistindo da denúncia ao agressor: relato de mulheres vítimas de violência doméstica”, realizado por Jong, Sandala e Tanaka, as autoras entrevistaram doze mulheres que haviam desistido de denunciar seus agressores. Através das entrevistas, as autoras identificaram alguns padrões no relacionamento entre as vítimas e seus agressores (JONG; SANDALA; TANAKA Desistindo da denúncia ao agressor: relato de mulheres vítimas de violência doméstica. Revista de Enfermagem Referência, v. 5, n. 4, p. 121-128, 2014.)

Compreendendo esse comportamento, nos estágios iniciais de um relacionamento, os agressores tendem a ser atenciosos e afetuosos, porém, muitas vezes, exibem um comporta-

mento controlador, por mais sutil que seja. Esse tipo de comportamento inicial pode ser entendido como uma espécie de proteção, para que a vítima tenha uma sensação de segurança desde o princípio. Porém, com o passar do tempo, o comportamento do agressor torna-se mais violento e agressivo, incluindo ameaças, humilhações e agressões físicas (JONG; SADALA; TANAKA, 2008).

Nessas situações, a vítima sente-se cada vez mais acuada e apavorada, incapaz de escapar da situação de violência. Essa dinâmica de relacionamento é conhecida como "ciclo da violência" e consiste em três fases: a fase de tensão, a fase de explosão e a fase de lua de mel. Durante a fase de tensão, o agressor começa a fazer ameaças e a vítima se sente cada vez mais estressada. Durante a fase explosiva, ocorre agressão física ou verbal. E durante o período de lua de mel, o perpetrador é carinhoso e arrependido, garantindo à vítima que a situação nunca mais acontecerá (JONG; SADALA; TANAKA, 2008).

Ainda no referido artigo supracitado, existe um enfoque maior ao terceiro estágio do ciclo de violência doméstica. A pesquisa teve como objetivo descobrir as razões pelas quais algumas mulheres acabam desistindo de denunciar a violência sofrida pelos parceiros. As autoras entrevistaram 12 mulheres que registraram queixa na delegacia entre 2003 e 2004 e identificaram quatro categorias de motivos: medo do agressor ou represálias; dependência financeira ou emocional do agressor; esperança na mudança do agressor; pressão familiar ou social para perdoar o agressor (JONG; SANDALA; TANAKA. Desistindo da denúncia ao agressor: relato de mulheres vítimas de violência doméstica. Revista de Enfermagem Referência, v. 5, n. 4, p. 121-128, 2014.)

As autoras concluem que as mulheres que desistem da denúncia estão inseridas no ciclo da violência doméstica e sofrem de uma “síndro-

me do trauma complexo”, que afeta sua capacidade de romper com o agressor. Elas também ressaltam a necessidade de políticas públicas que garantam a proteção das vítimas e seu acompanhamento psicossocial. De acordo com os resultados, concluiu-se que, mesmo após episódios graves de violência, muitas mulheres se sentiam envergonhadas de denunciar o agressor. Geralmente, as vítimas acreditavam que suas famílias e amigos não iriam entender os motivos do agressor e acabariam machucando-as ainda mais. Outra razão apontada pelas entrevistadas é o medo excessivo de retaliação por parte do agressor, que pode se tornar ainda mais violento e ameaçador após a denúncia (JONG; SANDALA; TANAKA. Desistindo da denúncia ao agressor: relato de mulheres vítimas de violência doméstica. *Revista de Enfermagem Referência*, v. 5, n. 4, p. 121-128, 2014.)

A gestalt terapia parte também do princípio de que na relação organismo-campo, existe uma fronteira do contato, esse termo é um dos conceitos fundamentais da Gestalt terapia, e se refere ao limite entre o organismo e meio ambiente, onde ocorrem as interações e as trocas entre ambos (ALVIM,2019).

O contato é um fenômeno psíquico fundamental para o desenvolvimento saudável da pessoa. Através do contato, o indivíduo pode se sentir parte do seu ambiente e desenvolver-se como um todo. Segundo Alvim (2019), "o contato é uma necessidade vital do organismo, que só pode ser vivido por meio de sua fronteira, e se mantido a partir dela" (p. 883). A fronteira de contato é dinâmica e está sempre em movimento, e pode se alargar ou se estreitar, a depender das condições internas e externas do indivíduo. A GT enfatiza que a qualidade desse contato é extremamente importante. O contato saudável é aquele que se dá de forma autêntica e consciente, permitindo que o indivíduo se adapte e cresça a partir das suas experiências. A autora tam-

bém destaca que a fronteira de contato é um lugar de encontro de alteridades, onde o indivíduo encontra o outro e o outro encontra o indivíduo. Nesse sentido, é um espaço de reconhecimento mútuo, onde o cuidado com o outro é fundamental para o cuidado de si mesmo.

Diante do exposto, também é necessário falar sobre os tipos de fronteira de contato que são citados pela GT. Dentro da referida abordagem, os conceitos de figura e fundo e de fronteiras de contato são fundamentais para entendermos como percebemos o mundo ao nosso redor.

No artigo "Violência doméstica contra a mulher: Realidades e representações sociais", as autoras Denire Holanda da Fonseca, Cristiane Galvão Ribeiro e Noêmia Soares Barbosa Leal discutem as diferentes formas de fronteiras de contato na relação entre a violência doméstica e a percepção social sobre ela. Para elas, as fronteiras de contato representam a demarcação entre o que é percebido como figura e o que é percebido como fundo. Segundo as autoras, existem três tipos de fronteiras de contato na Gestalt: fechada, semiaberta e aberta. Cada uma dessas fronteiras pode ser observada na compreensão social sobre a violência doméstica contra a mulher (FONSECA, RIBEIRO e LEAL, 2012).

Quando nos referimos à fronteira de contato fechada, estamos mencionando que se trata daquela em que há uma separação clara entre figura e fundo. Nessa separação, a figura se destaca do fundo e ganha maior importância. De acordo com o artigo, essa fronteira de contato é observada quando se coloca a violência doméstica contra a mulher como uma questão individual, em que a responsabilidade recai apenas sobre a vítima e o agressor, essa visão individualista da violência doméstica torna invisíveis fatores sociais, culturais e políticos que contribuem para a perpetuação desse tipo de violência.

As autoras afirmam que "a cultura machista e sexista, que admite a subordinação da mulher, em uma sociedade que valoriza a masculinidade, a revestem de um caráter silencioso, invisível, complexo e naturalizado" (FONSECA, RIBEIRO e LEAL, 2012), ou seja, quando há uma fronteira de contato fechada na compreensão da violência doméstica, a figura da vítima torna-se isolada do contexto social em que está inserida, transformando-se em invisível o papel da cultura machista na perpetuação da violência.

A fronteira de contato semiaberta é um limite no qual há uma interação parcial entre a figura e o fundo. Nessa interação, as duas partes interagem e se influenciam, mas não há uma união completa entre elas. No contexto da violência doméstica contra a mulher, essa fronteira de contato é observada quando o papel da vítima é enfatizado no processo de denúncia e busca por ajuda, "a vítima aparece como figura, que busca ajuda e denuncia o agressor, mas tem que enfrentar os obstáculos sociais, culturais, políticos e econômicos, que se destacam como fundo da situação" (FONSECA, RIBEIRO e LEAL, 2012). Ou seja, nesse tipo de fronteira de contato, a vítima é vista como personagem, mas não isolada do contexto social em que está inserida. No entanto, a importância dos fatores externos que contribuem para a perpetuação dessa violência está diminuindo.

Já a fronteira de contato aberta é aquela em que a figura e o fundo se unem completamente, formando uma totalidade perceptiva. Segundo as autoras, essa fronteira de contato é observada quando se realiza uma compreensão mais complexa da violência doméstica contra a mulher, levando em conta os fatores sociais, culturais, políticos e econômicos. Nessa compreensão mais ampla, "a violência doméstica contra a mulher não é uma questão de relação de poder entre homens e mulheres, mas sim de um pro-

blema estrutural que permeia o conjunto da sociedade" (FONSECA, RIBEIRO e LEAL, 2012). Ou seja, a violência doméstica é percebida como uma questão que não se limita à esfera individual, mas sim como um problema que envolve toda a sociedade e suas estruturas de poder, por exemplo: a cultura, a política e a economia.

Ao analisar as diferentes fronteiras de contato na compreensão da violência doméstica contra a mulher, as autoras destacam a importância de se considerar não apenas a figura do agressor e da vítima, mas sim o contexto social em que essa violência ocorre. "É necessário entender a violência doméstica contra a mulher como um fenômeno complexo, de múltiplas determinações, que perpassa o conjunto social" (FONSECA, RIBEIRO e LEAL, 2012).

Assim, a GT pode nos ajudar a entender como a percepção humana é influenciada pelos contextos sociais em que estamos inseridos. A análise das diferentes fronteiras de contato na compreensão da violência doméstica contra a mulher mostra a importância de se considerar não apenas os indivíduos envolvidos, mas sim a complexidade do contexto social em que essa violência vem se perpetuando.

O conceito explorado na terapia Gestalt é o conceito de self, que pode ser definido como o todo de uma pessoa, incluindo aspectos físicos, mentais, emocionais e espirituais e para Frazão (2013), o conceito de Self na GT é baseado na ideia de que uma pessoa é um todo integrado e que sua experiência se organiza em torno de uma figura central, que é o *Self*. Para a autora, o *Self* é entendido como uma "organização dinâmica e constante dos processos biológicos, psicológicos e sociais que constituem a pessoa" (p. 21). Dessa forma, o conceito de *Self* na GT é bastante amplo e abrange tanto aspectos internos quanto externos do indivíduo.

Dentre os componentes do *self*, podemos destacar o corpo, as emoções, os pensamentos, as crenças, os valores e as relações interpessoais. Cada um desses aspectos é importante para a formação do *Self*, e sua integração é fundamental para que o indivíduo possa se sentir completo e satisfeito consigo mesmo. Segundo Frazão (2013), a GT entende que o *Self* (o eu) é uma construção contínua, que se desenvolve ao longo da vida, a partir de nossas experiências e interações com o ambiente. Nesse sentido, o *Self* é visto como um processo dinâmico, que está em constante transformação e adaptação às mudanças que surgem no ambiente.

Quando avaliamos a percepção que essas mulheres vítimas de violência têm de si mesmas, como elas reagem ao serem confrontadas com a própria autoimagem, podemos entender que não há uma regulação desse *Self*. Isso é o reflexo de uma das violências mais insidiosas e sutis dentro dessa relação abusiva contra a mulher, a violência psicológica, podendo causar danos emocionais profundos e duradouros. A autoestima da vítima é um dos aspectos mais afetados pelo abuso emocional, pois o agressor utiliza estratégias que a desqualificam e a fazem se sentir inferior e sem valor.

De acordo com o artigo Postura e intervenções do gestalt-terapeuta frente à violência psicológica contra a mulher por parceiro íntimo, publicado na Revista Brasileira de Gestalt-terapia (2021), a violência psicológica pode ser ainda mais prejudicial do que a violência física, porque não deixa rastros visíveis, mas cria feridas invisíveis na autoestima da vítima, pois o agressor usa estratégias que a desqualificam, e a vítima sente-se cada vez menos capaz de tomar decisões, em casos extremos temos também a privação dessa mulher em manter contato com amigos, família, trabalhar e até mesmo sair sozinha.

Outro ponto interessante é sobre o ajustamento criativo dessas mulheres frente à situação de violência vivenciada por elas. O ajustamento criativo é outra terminologia comum em GT, que descreve esse processo de adaptação do indivíduo como a habilidade de busca por autossatisfação em um processo contínuo do relacionamento do indivíduo com o ambiente e as pessoas, isso implica na elaboração de ciclos de percepção, emoção e comportamento. De acordo com o livro "A clínica, a relação psicoterapêutica e o manejo em Gestalt-terapia" (2015), o ajustamento criativo refere-se à habilidade de se adaptar a novas situações em um processo criativo, espontâneo e efetivo, por meio da autorregulação e do desenvolvimento de relações saudáveis com o ambiente e com as pessoas.

No livro "A clínica, a relação psicoterapêutica e o manejo em Gestalt-terapia" (2015), a Gestalt terapia enfatiza a importância do "Aqui e Agora" no ajustamento criativo. Isso significa estar presentemente aberto ao momento e às experiências que surgem a partir dele, sentindo e experimentando emoções e sensações em tempo real. A interpretação desses sentimentos e emoções é amplamente conduzida pela teoria de campo da Gestalt, que enfatiza a singularidade de cada indivíduo e a interação deste com o ambiente. Em outras palavras, o ajustamento criativo depende principalmente do ambiente e das relações. À medida que o mesmo tem a percepção do campo (lugar ou situação), há um esforço para atender às necessidades que estão implícitas ou explícitas e ele tende a adaptar-se criativamente para atender a demanda de cada situação que lhe apresenta.

Segundo Frazão (2013), existem dois tipos de ajustamentos criativos: funcionais e disfuncionais. O ajustamento criativo funcional é o que permite aos indivíduos responder de forma eficiente e adaptativa às demandas de seu ambiente, mantendo sua integridade pessoal e psi-

cológica. Esse tipo de adaptação envolve a capacidade de perceber as demandas ambientais, desenvolver estratégias para abordá-las e praticá-las de maneira criativa e eficaz.

O ajustamento criativo disfuncional, por outro lado, ocorre quando os indivíduos não conseguem se adaptar às demandas ambientais de maneira saudável, o que pode levar a problemas emocionais e comportamentais. Esse tipo de ajustamento pode envolver comportamentos defensivos como negação, projeção e repressão de emoções que prejudicam a capacidade do indivíduo de lidar adequadamente com a situação.

Quando existe um cenário de violência doméstica, existe uma tendência em muitas das vítimas manter o ajustamento criativo de maneira disfuncional, isso implica em comportamentos e estratégias adotadas por elas para lidar com a situação traumática em que se encontram. Nesse padrão podemos incluir a negação, quando tentam minimizar os abusos sofridos, repressão quando escondem emoções como dor, angústia e sensação de desespero. Também ocorre a submissão ao agressor e padrões de comportamentos agressivos. Esses padrões disfuncionais emergem como mecanismos inconscientes de defesa, que protegem a integridade psicológica e emocional da mulher. Porém, a longo prazo, podem prolongar a violência e dificultar o processo de cura e a reconstrução da vida dessas vítimas, visto que as mesmas introjetam que é seu dever fazer o relacionamento funcionar, elas tendem a aceitar todas as situações de violência, o que dificulta mais ainda o processo de rompimento desse ciclo (ZANELLO,2018; PERLS, 1969).

Ainda sobre os conceitos que são norteados pela GT, temos o autossuporte e heterossuporte que também são fundamentais para a compreensão da dinâmica do processo terapêutico e da relação entre o indivíduo e o ambiente. Esses conceitos referem-se à capacidade do indivíduo

de encontrar recursos internos para lidar com desafios e dificuldades (autossuporte) e a capacidade de receber suporte externo de outra pessoa ou de um terapeuta (heterossuporte). Frazão (2013) descreve autossuporte como a capacidade de encontrar dentro de si os recursos e habilidades que atendam às demandas de uma situação. O heterossuporte, por outro lado, refere-se à possibilidade de receber apoio externo.

Quando há equilíbrio entre ambos é crucial para o crescimento pessoal e bem-estar emocional dessas mulheres vítimas de violência. Quando as mesmas entendem a importância de equilibrar essa capacidade interna de enfrentar desafios e a capacidade de receber apoio externo, ocorre uma ampliação da averennas, fator fundamental para promover o crescimento pessoal, aumentar a autonomia e construir conexões significativas com os outros (FRAZÃO,2013).

Intervenção do gestalt terapeuta frente à violência doméstica

A Gestalt terapia em situações de violência, principalmente a psicológica, praticada pelo parceiro íntimo contra a mulher, pode ser uma ferramenta valiosa para ajudar a desenvolver uma atitude positiva, proporcionando que as vítimas se tornem mais independentes e capazes de lidar com a vida. Isso pode auxiliar na reconstrução da autoestima, desenvolver relacionamentos mais saudáveis e positivos, tornando-as mais capazes de lidar com suas próprias situações. Contribuindo para que as mulheres vítimas de violência adquiram o autoconhecimento, bem como a compreensão dos efeitos emocionais da violência em suas vidas.

É importante ressaltar que a Gestalt Terapia é uma abordagem que enfatiza o autoconhecimento e o desenvolvimento pessoal e relacional do indivíduo. A psicoterapia gestáltica é uma ferramenta valiosa que auxilia os clientes a desenvolverem uma atitude confiante e a se tornarem mais autônomos na gestão de suas vidas.

De acordo com Frazão (2015), a abordagem gestáltica abre novas perspectivas para compreensão das experiências traumáticas dessas mulheres, o que permite o desenvolvimento de estratégias terapêuticas mais eficazes.

A Gestalt terapia é uma abordagem humanística e existencial que visa aumentar a consciência dos clientes sobre si mesmos, suas emoções, comportamentos e relacionamentos com o mundo. Portanto, também é importante que os terapeutas compreendam o contexto sociocultural em que a violência ocorre, a fim de possibilitar intervenções mais efetivas e adaptadas à realidade da cliente. (FARIA; SOUZA; MARTINELLI, 2013)

A GT sugere que o terapeuta colabore por meio da consciência corporal da mulher vítima, valorizando seu senso de identidade e integrando os aspectos que compõem sua personalidade. Ajudar as mulheres a compreender e expressar suas emoções adequadamente é fundamental para emponderá-las e lidar com o fator da violência com sucesso. As intervenções voltadas para trabalhar a cognição e a emoção que abordam a fisicalidade, a interação social e o potencial humano, porque promovem a autonomia e possibilitam mudanças no ciclo da violência, constituindo a base de uma abordagem terapêutica à mulher (MARTINELLI, 2017).

Juliano (1999) considera um privilégio para o terapeuta receber uma licença para ter um alto grau de intimidade com o cliente, acompanhando-o na busca do seu caminho e percebendo que cada um tem uma personalidade única, um caminho próprio, ao mesmo tempo em que se posiciona nos bastidores para incentivar o trabalho feito pelos próprios clientes. Dessa forma, o cliente é levado a descobrir novas formas de conhecer, crescer e se integrar ao mundo, assim também como o psicoterapeuta pode sair transformado por esse encontro. Perls (1969) afirma que através do encontro entre o cliente e o psi-

coterapeuta proporcionado pela relação psicoterapêutica, ambos se modificam.

O gestalt terapeuta busca compreender as vivências das mulheres em situação de violência doméstica, respeitando sua singularidade e ritmo. O objetivo é promover a conscientização, ou seja, a consciência de si mesmo, dos outros e das situações. Segundo Frazão (2013), a Gestalt terapia pode ajudar mulheres vítimas de violência doméstica de três maneiras principais:

- 1) Reconhecer e expressar emoções reprimidas ou negadas, como raiva, tristeza, medo e vergonha, emoções que podem produzir sintomas psicóticos ou comportamentos autodestrutivos;
- 2) Identificar e desafiar crenças limitantes ou distorcidas que perpetuam um relacionamento abusivo, como dependência emocional, culpa pela violência, idealização do agressor ou esperança de mudança;
- 3) Desenvolver a autoestima, a confiança e o autocontrole para tomar decisões e buscar alternativas para sair de uma situação de violência.

Para isso, o Gestalt-terapeuta utiliza diversas técnicas e recursos, como: redução fenomenológica, incluindo focar a atenção na experiência direta do aqui e agora; Diálogo socrático, que envolve fazer perguntas abertas e ponderadas para estimular o pensamento crítico; trabalhar as polaridades, inclusive integrando os próprios aspectos conflitantes ou fragmentados do self; o experimento vivencial, incluindo a sugestão de situações criativas para expandir a percepção e a expressão; e apoio ao heterossuporte, inclusive estimulando a busca por redes de apoio. (MACHADO; MACEDO, 2019).

Para facilitar esse entendimento, a GT também se utiliza da experimentação como uma forma de intervenção para ajudar os indivíduos a se tornarem conscientes de suas emoções, pensamentos, comportamentos e interações com seu ambiente (JOYCE & SILIS, 2016).

Essas intervenções visam ajudar os clientes a viver e explorar seus sentimentos e pensamentos no momento presente, expandindo a consciência e a compreensão de suas experiências (JOYCE & SALIS, 2016). Essas experiências podem ser feitas em diferentes situações, como em grupos, individualmente ou em situações ambientais. Dentro do contexto de mulheres vítimas de violências, experimentos possibilitam que as mesmas entrem em contato com suas próprias emoções e sensações corporais, permitindo assim, a tomada de consciência (*awerences*) de seus pensamentos e comportamentos relacionados à violência sofrida.

Um dos experimentos é o "exercício da cadeira vazia", no qual o cliente é solicitado a imaginar que a cadeira vazia representa uma pessoa importante em sua vida. Como afirmado por Yontef (1998), "A cadeira vazia é uma maneira poderosa de trazer partes fragmentadas da personalidade à consciência. Consiste em uma técnica onde essa mulher é convidada a imaginar que nessa cadeira vazia está seu agressor, ela direciona-se e expõe seus sentimentos para aquela figura imaginária à sua frente. Nesse momento, ela é livre para falar o que nunca teve coragem para seu agressor, muitas vezes, reprimida pelo medo de ser agredida novamente. Esse experimento ajuda a cliente a descobrir e compreender sua relação com essa pessoa e, assim, promover maior autoconhecimento e crescimento pessoal.

Outro experimento interessante mencionado no livro é o "exercício de retroprojeção", que envolve projetar uma imagem selecionada pela cliente em uma tela e, em seguida, trabalhar com as emoções e associações que surgem dela. Além destes, existe também o "experimento do diálogo corporal" em que a cliente é solicitada a realizar movimentos corporais que expressem seus sentimentos e sensações, permitindo uma

boa consciência corporal e integração (JOYCE & SILIS, 2016).

O experimento do imaginário, onde se propõe ao cliente imaginar-se conversando com a pessoa que a magoou, expressando suas necessidades e sentimentos não atendidos. Muito semelhante à cadeira vazia, porém sem o objeto à sua frente. Como afirmou Perls (1969), "o diálogo imaginário pode ser uma ferramenta poderosa para a reintegração e a cura do self".

O experimento da polaridade, é uma técnica usada para aumentar a consciência corporal e promover a integração emocional. Durante essa prática, o cliente é convidado a vivenciar a polarização entre duas sensações opostas, como por exemplo, estresse e relaxamento. De acordo com Perls (1969), a polaridade é uma característica intrínseca da experiência humana. Tais experiências são exemplos do cuidado que a Gestalt terapia tem com a pessoa como um todo, considerando não apenas seus problemas cognitivos, mas também suas emoções, sentimentos e comportamentos. O gestalt terapeuta pode proporcionar um espaço de escuta diferente, baseando-se na empatia e na não diretividade.

Suspendendo suas *aprioris*, o que permite que o cliente consiga gerir as suas emoções e expressá-las de forma saudável. As mulheres que sofrem algum tipo de violência, muitas vezes, sentem-se presas na sua própria história. Perceber o que isso significa para a mulher e o que a mesma deseja é um passo fundamental no setting terapêutico. Em muitos casos, essas vítimas apresentam problemas emocionais graves e durante a terapia as mulheres são direcionadas à busca por uma reconexão da integridade entre corpo, mente e espírito em uma vivência focada no aqui agora, podendo a partir de então ampliar a percepção como um ser dotado de potencialidades (AUGUSTIN, LUIZA WILLE; BANDEIRA, 2020).

CONCLUSÃO

Diante dos efeitos da violência doméstica analisados à luz da abordagem gestáltica, podemos dizer que é preciso reconhecer a complexidade do fenômeno e a necessidade de atenção integral à mulher vítima de violência. Esclarecer a dinâmica relacional e os mecanismos de defesa empregados pelos envolvidos é fundamental para uma intervenção efetiva dos profissionais de saúde e assistência social. Além disso, compreender a dinâmica permite ver as consequências da violência doméstica não só para as mulheres, mas também para os grupos familiares e para a sociedade como um todo. É necessária essa continuidade em investimentos das políticas públicas voltadas ao cuidado e proteção das mulheres, a fim de reduzir os índices de violência doméstica e contribuir para a construção de uma cultura de paz e respeito às diferenças.

Ao discutir os termos *Self*, evoca-se uma reflexão sobre a influência percebida do ambiente no comportamento das vítimas de violência. É a partir desta “consciência” que se abre a possibilidade do novo, de novas formas de escolher e de ser. O processo pode ser doloroso, e por isso é necessária a redução fenomenológica, que não exige respeito à escolha da mulher para poder aceitar o sofrimento sem impor meios para lidar com ele, observando o fenômeno como se fosse para ele apresentar-se. Assim, trabalhar com as emoções exige uma atitude de aceitação e disponibilidade para o trabalho experiencial (através da experimentação), permitindo uma abertura à novidade.

Em última análise, a reconstrução da autoestima de uma mulher vítima de violência realizada por meio da abordagem gestáltica, mostra-se muito eficaz e relevante. Nesse contexto, o foco está no momento presente, e as emoções e sentimentos da cliente são explorados no aqui

agora, ou seja, no exato momento da sessão. Isso permite que as vítimas de violência doméstica se sintam seguras o suficiente para compartilhar seus sentimentos, pensamentos e experiências pessoais sem julgamento. Além disso, a Gestalt terapia encoraja as clientes a se sentirem no controle de suas vidas, reconhecerem seus próprios pensamentos e sentimentos e tomarem decisões positivas. A psicoterapia baseada na Gestalt pode ajudar as vítimas de violência doméstica a desenvolver habilidades de comunicação interpessoal, identificar suas necessidades e sentimentos e tomar decisões mais saudáveis por meio da autoestima, gerenciamento e automonitoramento. Isso promove confiança e melhora a qualidade de vida geral.

Ao discutir sobre violência doméstica, nos referimos ao sofrimento silencioso que perpetrado diversos lares por gerações, significa ecoar a voz dessas mulheres que já se foram, mas que viveram dentro de um relacionamento sofrendo abusos caladas, com os filhos de testemunha. Muitas, sem instrução alguma, sem terem a quem recorrer e precisaram engolir o choro e mascarar a dor com um sorriso dolorido no rosto, para manter a imagem de um bom esposo e “pai de família”, é desmistificar o ditado popular “que em briga de mulher, ninguém mete a colher” e trazer a reflexão sobre o verdadeiro significado de resistência e resiliência. Resistência das que conseguiram sobreviver há um relacionamento abusivo, mesmo em muitos casos, após uma tentativa de feminicídio. Resiliência das que ressignificaram sua existência, entenderam o potencial humano que são e mesmo com marcas profundas ou até mesmo na própria pele, reescreveram sua história e hoje são livres.

O presente estudo foi feito a partir de uma revisão sobre Gestalt terapia e violência doméstica e por meio de outros trabalhos que renderam contribuições sobre o tema. Os artigos dis-

cutidos foram os que trouxeram mais relevância nas publicações dos autores sobre a temática. Para ampliar ainda mais essa discussão, são necessários estudos exploratórios com mulheres em situação de violência psicológica, agressores, profissionais envolvidos no apoio a essas

mulheres, entre outros. Dessa forma, é possível ampliar os conceitos iniciais discutidos neste artigo e enriquecer a teoria. Daí a importância de haver mais estudos sobre esse tema e incluí-los na formação de profissionais que enfrentarão tais demandas.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALVIM, M. B. O fundo estético da Gestalt-Terapia. *Revista da Abordagem Gestáltica*, v. 13, (1), p. 24, 2007. DOI: <https://doi.org/10.18065/2020v26ne.9>.

AUGUSTIN, L. W.; BANDEIRA, C. C. DE A. Postura e Intervenções do Gestalt- Terapeuta frente à Violência Psicológica contra a Mulher por Parceiro Íntimo. *Revista da Abordagem Gestáltica*, v. 26, (2), p. 20, 2020. DOI: <https://doi.org/10.18065/2020v26ne.9>.

BANDEIRA, L. M. Violência de gênero: a construção de um campo teórico e de investigação. *Artigos do Dôssie Soc. Estado*, v. 29, (2), 2014. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0102-69922014000200008>.

BRASIL. Lei nº. 11.340 de 7 de agosto de 2006. Coíbe a violência doméstica e familiar contra a mulher. Brasília: Secretaria Especial de Políticas para as Mulheres. Brasília, 2006. Disponível em: <https://www2.senado.leg.br/bdsf/bitstream/handle/id/496319/000925795.pdf>. Acesso em: 02/02/2025.

FRAZÃO, L. M., & FUKUMITSU, K. O. (Orgs.). *Gestalt-terapia: fundamentos epistemológicos e influências filosóficas*. São Paulo: Summus Editorial, 2013.

FRAZÃO, L. M. *Gestalt-terapia: conceitos fundamentais*. São Paulo: Summus, 2013.

JONG, L.C.; SANDALA, M.L.A.; TANAKA, A.C. D'A. Desistindo da denúncia ao agressor: relato de mulheres vítimas de violência doméstica. *Revista de Enfermagem Referência*, v. 5, n. 4, p. 12, 2014. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0080-62342008000400018>.

JULIANO, J. C. *A arte de restaurar histórias*. São Paulo: Summus, 1999.

KRUG, E. G. *et al.* Lozano R. Relatório mundial sobre v.iolência e saúde. Geneva: World Health Organization, 2002. p. 380.

LERNER, G. *História da opressão das mulheres pelos homens*. São Paulo: Cultrix, 2019.

PERLS, F. *Escarafunchando Fritz: dentro e fora da lata do lixo*. São Paulo: Summus, 1969/1979.

PERLS, F.; HEFFERLINE, R.; GOODMAN, P. (1951). *Gestalt-Terapia*. Trad. Fernando Rosa Ribeiro. São Paulo: Summus, 1997.

YONTEF, G.M. *Processo, diálogo e awareness*. Tradução de Eli Stern. São Paulo: Summus, 1998.