

Título: “NINGUÉM VAI TE QUERER”: REFLEXÕES SOBRE A AUTOESTIMA DE MULHERES EM SITUAÇÃO DE VIOLÊNCIA DOMÉSTICA

Autoras: Ana Paula Medeiros¹

Jhenifer Souza Ceccato

Resumo: A prática da violência contra a mulher é uma adversidade social que tem se repetido ao longo da história humana e que atinge todas as camadas da sociedade. Nesse sentido, o presente estudo objetivou analisar como as mulheres expressam a sua autoestima e os reflexos da violência nesta autoestima. Para isso, foram selecionadas três mulheres com idades entre 22 e 58 anos, as quais concederam entrevistas semiestruturadas visando a coleta de dados. Os métodos empregados seguiram os pressupostos da pesquisa qualitativa e a apuração dos dados pautou-se na análise de conteúdo. Constatou-se que a violência doméstica reflete significativamente na autoestima das mulheres, contribuindo para a manutenção delas no relacionamento, bem como a diminuição da autonomia. Outras pesquisas deverão ser realizadas, visando, sobretudo, propostas de intervenção junto às mulheres para melhora da autoestima e autonomia.

Palavras-chave: violência doméstica; autoestima; psicologia; mulher

¹ E-mail para contato: anamedeiros@fho.edu.br

INTRODUÇÃO

Atualmente, tem-se conhecimento do quando a violência doméstica compreende uma problemática grave e que afeta em diversos aspectos a vida da mulher que a sofre. Além disso, entende-se que a violência praticada por um parceiro ocorre de diversas formas e intensidades. De acordo com Almeida *et al.* (2020), esse fenômeno ocorre de cinco diferentes maneiras, sendo elas a violência moral, psicológica, física, sexual e patrimonial. Tais violências compõem o que a psicóloga norte-americana Lenore Walker (2009) denominou como ciclo da violência contra a mulher.

Através deste ciclo, é possível visualizar comportamentos frequentemente emitidos por vitimizadores nas situações de violência experienciadas por mulheres em suas relações conjugais. Além disso, a teórica também notou semelhanças nos entraves vividos pelas participantes de seu estudo quando estas buscavam sair do contexto de abuso.

Nessa toada, Walker (2009) postulou que o referido ciclo é composto por três fases distintas que se repetem sucessivamente ao longo do tempo, sendo elas: 1) tensão: o vitimizador começa a apresentar comportamentos de vigilância e de controle sobre a mulher, sendo que as opiniões negativas referentes à companheira passam a ser mais frequentes, evoluindo para ofensas verbais. A mulher tende a evitar qualquer ação que “irrite” seu parceiro, além de buscar por justificativas para os comportamentos violentos deste (Walker, 2009). 2) episódio agudo/ato de violência: a tensão previamente acumulada na fase anterior se manifesta por meio de um ato de violência, seja ele físico, verbal, psicológico, moral ou patrimonial. Todavia, a violência que mais ocorre nesta fase é a violência física. A mulher percebe que não tem mais nenhum poder sobre o comportamento do parceiro, que este possui em suas mãos um poder destrutivo e que pode atentar contra a sua vida (Walker, 2009); 3) lua de mel: o vitimizador pede desculpas pelo ato violento, prometendo que o referido comportamento nunca mais vai ocorrer. Em muitos casos, os vitimizadores voltam a agir com o romantismo do início da relação, as mulheres recordam dos momentos bons do relacionamento e passam a acreditar que a ação violenta foi um episódio isolado. Ainda assim, é comum que a mulher tenha sentimentos de culpa, medo e confusão (Walker, 2009).

Lenore Walker (2009) sinaliza que muitas mulheres compreendem a necessidade de denunciar e de se protegerem dos companheiros ao notarem que o romantismo e o arrependimento destes são esporádicos, não representando uma mudança concreta de comportamento. Outras mulheres, por sua vez, mesmo após perceberem a repetição dos comportamentos agressivos de seus parceiros, seguem na relação na esperança de que ela melhore, pois, de certa forma, entendem que o sucesso do relacionamento depende majoritariamente delas (Walker, 2009).

Neste sentido, verifica-se que os episódios de violência não acarretam “apenas” em prejuízos isolados às mulheres, ou seja, os efeitos adversos não estão presentes somente durante a violência. Um dos efeitos em longo prazo dos episódios de violência refere-se às dificuldades no âmbito emocional destas mulheres. Sabe-se que a compreensão de que não são mais pessoas resilientes e autônomas é um reflexo de episódios de violência, em que elas entendem que a realidade com o companheiro é menos sofrida do que se terminarem o relacionamento.

Com isso, o reflexo na autoestima destas mulheres é significativo, de maneira que elas se sentem incapazes, dependentes do companheiro e entendem que não poderiam estabelecer relacionamentos saudáveis, inclusive por não acreditarem mais em suas qualidades, sejam físicas ou de personalidade. Deste modo, faz-se necessário investigar – sendo este o objetivo deste trabalho – como se encontra a autoestima das mulheres que sofrem violência doméstica, visando, assim, identificar estratégias de intervenção e acolhimento a estas mulheres, sabendo que o desenvolvimento da autoestima poderá estar relacionado a uma melhora no quadro emocional delas.

MÉTODO

Este trabalho realiza um estudo qualitativo de investigação, que, segundo Godoy (1995), propõe-se a estudar a manifestação dos fenômenos humanos e suas relações de maneira integrada, a partir da captação dos dados fornecidos pelos participantes, o que proporciona ao pesquisador a visualização das representações simbólicas, culturais e históricas dos sujeitos. Já André (1983), aponta que a pesquisa qualitativa permite ao pesquisador ter uma visão multidimensional dos fenômenos, isto é, estabelecer acesso aos

significados da experiência vivenciada, visto que o sujeito adentra seu subjetivo e reflete sobre sua realidade.

Para atender aos pressupostos empíricos, foi utilizada a entrevista como ferramenta metodológica para coleta dos dados. Esta técnica permite que o pesquisador apreenda, através das informações fornecidas pelo entrevistado, sua cultura e subcultura, ou seja, suas crenças, suas opiniões, suas condutas e seus valores. Além disso, tal procedimento faz com que o entrevistado, ao entrar em contato com as informações apresentadas por ele, realize reflexões acerca de suas vivências e experiências (Minayo, 2000).

Segundo Minayo (2000), existem cinco diferentes tipos de entrevistas: a entrevista estruturada, a entrevista semiestruturada, a entrevista aberta, a entrevista focalizada e a entrevista projetiva, sendo que o tipo de entrevista utilizada nesta pesquisa foi a semiestruturada. A entrevista semiestruturada abrange perguntas que criam a possibilidade de o sujeito discorrer sobre o que está posto, podendo ir além da pergunta feita inicialmente. Esse tipo de entrevista se pauta na formulação de um roteiro de perguntas que apoiam o entrevistador na hora da aplicação empírica da ferramenta metodológica, facilitando, assim, a condução da entrevista e assegurando que as hipóteses e os pressupostos pré-definidos pela pesquisadora sejam contemplados (Minayo, 2000).

Portanto, para a concretização das entrevistas semiestruturadas, foi elaborado um roteiro com 15 perguntas para compreender como as violências sofridas pelas participantes afetaram suas respectivas subjetividades. Os nomes utilizados nesta pesquisa são fictícios e o trabalho foi aprovado na Plataforma Brasil de Ética em Pesquisa, sendo que o número CAAE do documento é 58493722.90000.5385.

O público alvo do presente estudo foram mulheres que sofreram um ou mais episódios de violência doméstica durante um relacionamento amoroso, sejam elas físicas, psicológicas, sexuais, patrimoniais ou morais. Destarte, as entrevistas foram realizadas com três mulheres diferentes, sendo adotado também como critério de seleção a idade das participantes, que deveriam variar entre 18 e 25 anos, 30 a 45 anos e 50 a 65 anos, sendo que tal critério permitiu que a pesquisa abarcasse toda a fase adulta e início da velhice da mulher.

A primeira participante é Adriana (nome fictício), de 22 anos, mulher que sofreu diversos tipos de violência em mais de um relacionamento amoroso, além de violência

sexual durante a infância e a adolescência por parte de seu genitor. A segunda entrevistada é Cecília (nome fictício), de 58 anos, que relatou ter vivenciado violência sexual, ameaça e tentativa de feminicídio por parte de seu ex-marido quando ela solicitou o divórcio. Já a última entrevista foi realizada com Gabriela (nome fictício), de 45 anos, mulher que vivenciou situações de violências físicas e psicológicas por parte de seu ex-marido durante os 22 anos em que estiveram juntos.

Todas as participantes da pesquisa assinaram, antes da coleta dos dados, o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), no qual concordaram que as entrevistas fossem gravadas e transcritas, para que a análise dos dados fosse efetivada. Posteriormente as transcrições das referidas entrevistas, estas foram encaminhadas para as participantes, que tiveram a oportunidade de retirar trechos que elas não gostariam que aparecessem no estudo.

Os dados coletados nas entrevistas semiestruturadas foram analisados por meio da análise de conteúdo que, segundo Minayo (2000, p. 303), “diz respeito a técnicas de pesquisas que permitem tornar replicáveis e válidas inferências sobre dados de um determinado contexto, por meio de processos especializados e científicos”. Nesse sentido, este método analisa as comunicações baseando-se em um conjunto de etapas e critérios que se destinam à criação de categorias, auxiliando na compreensão dos aspectos latentes do discurso. Ainda de acordo com a autora, a análise de conteúdo permite também a compreensão do contextosocial, cultural, político, econômico e simbólico do sujeito.

A categoria de análise selecionada para apresentação neste momento corresponde à investigação sobre a autoestima da participante. Importante destacar que as respostas foram obtidas por meio de uma pergunta direcionada às mulheres a respeito da temática, sendo: “As situações de violência afetaram sua autoestima?”. Além disso, foram incluídos na análise outros momentos das entrevistas que as mulheres retomaram essa temática.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

A PERDA DA AUTOESTIMA: QUEM SOU EU?

Saavedra, Trujillo e Reyes (2018) definem que a autoestima é a maneira como nós nos valorizamos, é a forma como o indivíduo se sente a respeito de sua aparência, seus valores, suas habilidades, a forma como atua e como se sente estimulado pelas pessoas ao seu redor. Esse sentimento advém das experiências vividas, desenvolvendo-se a partir do amor e da segurança ofertadas desde o momento de seu nascimento.

Freire e Carneiro (2015, p. 37) estabelecem também que a autoestima é o apreço e a consideração que uma pessoa pode sentir por si mesma, ou seja, “o quanto ela gosta de si, como ela se vê e o que pensa sobre ela mesma”. Outras literaturas especializadas apontam que a autoestima é composta de cinco componentes principais: o autorrespeito, a autoaceitação, a autoavaliação, o autoconceito e o autoconhecimento, todos convergindo para uma visão mais positiva ou mais negativa do indivíduo sobre si.

Ao discutir a autoestima no contexto da violência doméstica, nota-se que esta é fortemente impactada, uma vez que a maioria das vítimas exibe uma autopercepção desvalorizada, bem como apresenta desesperança e impotência frente à situação vivida, o que as leva a se entenderem enquanto pessoas sem direitos, sem poder, sem acesso à intimidade e até mesmo à sexualidade (PAIVA; PIMENTEL; MOURA, 2017). Nos trechos abaixo, podemos observar como as autoestimas das entrevistadas foram impactadas pela vivência da violência doméstica:

Adriana: Tem hora que eu me sinto com a autoestima embaixo, que nem, nessa época eu estava com ele, antes de eu ir embora pra Pirassununga, eu tava muito mal da autoestima por conta dele. Porque daí eu não podia, tipo, se eu fizesse uma sobranceira para ir no centro, ele, mas tá se arrumando pra que? Vai ver quem? Sabe, assim? Era um ciúme muito doentio.

Cecília: Eu sempre fui uma pessoa muito alegre, tá? Até contida quando precisava, quando era necessário, mas uma pessoa divertida, uma pessoa alegre [...]. Gostava de me cuidar, vaidosa, muito vaidosa, era uma pessoa que eu fazia a unha todos os finais de semana, arrumava o cabelo, é... as roupas, sabe? Assim, eu gostava de me vestir bem, é... Salto alto... Então eu sempre fui uma mulher muito vaidosa e... Ele, até isso ele cerceou de mim, né? É... Houve períodos em que eu andava, ninguém nem me conhecia, o cabelo, sabe, sem arrumar, sem cortes, sem cuidados, é... as unhas para fazer...

Gabriela: Então, meu ex-marido é... Era aquela coisa assim, né... Porque, me chamava de gorda, é.... Você para de comer porque você tá gorda,... E isso até minha sogra falava, a mãe dele, sabe, que geralmente todo domingo nós ia almoçar na casa dela [...]. Ele começava a falar, e ela falava também, para de comer, que não sei o que, que você tá gorda [...] Sempre foi nessa tecla, assim.

Percebe-se que os companheiros de Adriana, Cecília e Gabriela fizeram uso das violências morais e psicológicas para cerceá-las, tendo sido reforçados pela sociedade patriarcal na qual vivemos. Na medida em que estes parceiros foram instituindo a elas as roupas que deveriam ser vestidas para não chamar a atenção de outros homens e até mesmo a comida que deveria ser ingerida para manter o corpo por eles desejado, estes companheiros foram impactando paulatinamente a autoestima das participantes. Essa visão é reforçada na seguinte fala de Adriana:

*Adriana: No meu relacionamento com Lucca, por conta do ciúmes dele, no começo, por isso que a gente largou. Depois que eu sai da cadeia que **ele começou a, tipo assim, em questão da minha roupa.** [...] Só que ele me desrespeitava, tipo, ele olhava para outras mulheres e eu respeitava ele. **E mesmo com as roupas compridas.***

Apesar de atender às exigências do companheiro, o fragmento exposto revela que o desrespeito do parceiro para com a mulher pode permanecer independentemente da vítima seguir ou não as regras impostas por ele, ficando essa sem garantias de que a fase de tensão do ciclo da violência não irá evoluir para a fase do episódio agudo. Walker (2009) aponta que a fase de tensão se inicia justamente quando o vitimizador passa a apresentar comportamentos frequentemente emitidos de raiva, controle e vigilância, que podem incluir opiniões negativas e até mesmo ofensivas sobre as companheiras. É nesse ponto que essas mulheres tendem a ter atitudes diversas para evitarem aumentar o grau de tensão da situação, como pode ser observado, por exemplo, nas seguintes falas de Cecília:

Cecília: sempre eu arrumava uma maneira, um meio de conciliar.
Cecília: E eu acabava deixando e tomando a frente para evitar até um conflito, né? Uma desavença.

Como reforça Walker (2009), a fase de tensão faz eclodir diversos sentimentos negativos na mulher, tais como ansiedade e apreensão. Além disso, relembra a autora que a passividade da mulher não assegura que o homem mudará seu comportamento no relacionamento, muito menos que ele deixará de violar seu psicológico e sua moralidade, o que retira das vítimas até mesmo garantias simples de segurança.

Guimarães *et al.* (2018, p. 1995) indicam que os danos à autoestima da vítima podem ser causados também pela “privação da liberdade de realizar atividades cotidianas como trabalho, estudo e contato com a família e amigos, humilhações, ameaças de agressões e xingamentos”, todos contribuindo para a diminuição da imagem da mulher. Essa perspectiva pode ser identificada na seguinte fala de Cecília:

Cecília: Eu me senti um objeto de posse. [...] Ele não queria que eu trabalhasse, ele não queria que eu estudasse, ele não... Ele não queria nada, então não importava, então que amor é esse? [...] Que tipo de amor é esse que você não pode sair de casa, que você não pode se arrumar, que você não pode vestir a roupa que você quer, que não pode sair, que não pode estudar, que não pode trabalhar....

Que amor é esse? Questionou-se a entrevistada após 23 anos de casamento. Quem sou eu? Nas próprias palavras dela: “um objeto de posse”. Nem todas as mulheres conseguem realizar reflexões sobre a realidade na qual estão inseridas e as situações às quais estão sendo submetidas, mas outras mulheres, como Cecília, conseguem olhar para dentro de si e perceberem os impactos causados pela violência doméstica durante os anos em que estiveram casadas ou em um relacionamento amoroso.

É possível observar, ainda, que os impactos promovidos na autoestima das mulheres vítimas de violência doméstica podem estar associados também à perda da identidade, que muitas vezes se cristaliza para atender às normativas socialmente impostas. Nas palavras de Cecília, participante que mais profundamente abordou a questão da perda da autoestima e de sua própria identidade:

Cecília: Eu perdi a minha identidade, eu não sabia mais quem eu era, isso... É... Muito impactante. Foi muito impactante na minha vida, porque na verdade eu não era aquela pessoa, né? Eu me vestia de uma maneira, eu tinha uma carcaça, vamos dizer, é... Diferente daquilo que eu era. Eu não demonstrava, né? É... eu tinha uma tristeza no olhar.

A entrevistada complementa também que:

Cecília: Eu estava muito machucada. Eu estava muito ferida, eu perdi minha identidade, eu não podia fazer o que eu gostaria de fazer, eu fazia para eles e por eles e eu, assim, não pensava em mim, né? Nem um pouco. E eu via também, eu conseguia perceber, que ele também não pensava em mim, porque eu tinha que fazer, tinha que executar os sonhos dele, né?

O reencontro de si mesma não é simples, e assim como mencionado anteriormente na presente pesquisa, necessita da implicação da vítima, da rede de proteção à mulher e da presença de sua rede de apoio (CRP, 2012). Isso porque, assim como ocorre com o sentimento de culpa, os

impactos na autoestima não afetam apenas o passado da vítima, mas seu presente e futuro, como pode ser observado na seguinte fala de Adriana:

Pesquisadora: E hoje, como você se sente, Adriana? Sua autoestima é boa? Você tem altos e baixos, como é que é essa parte da Adriana?

*Adriana: [...] tem vez que eu me sinto feia, sim. **É, tem hora que eu me sinto um lixo imprestável, de verdade.** Que nem hoje, eu estava chorando, eu falei para ele assim que é porque eu quero arrumar um emprego, sabe? **Sei lá, falei pra ele assim, eu não consigo, sabe?***

Mais uma vez, verifica-se o quanto o papel do psicólogo é importante para o resgate da autoestima e, conseqüentemente, da ressignificação da visão desvalorizada que a mulher tem de si, por meio do acolhimento, da escuta ativa e qualificada e do não julgamento. Isso porque essas mulheres já carregam consigo medos, culpas e intensa fragilidade emocional, além de apresentarem outros prováveis impactos que não foram possíveis de serem abordados com maior profundidade neste estudo.

Por último, destaca-se que a categoria autoestima foi estimulada por meio de pergunta norteadora, não sendo, portanto, orgânica. Salienta-se que outras pesquisas buscaram analisar objetivamente e subjetivamente as sequelas oriundas da violência doméstica nas vítimas, apresentando também a autoestima afetada como um forte impacto verificado, o que corrobora para o entendimento desta pesquisa.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir das análises realizadas, pode-se verificar que as participantes apresentaram prejuízos significativos na autoestima decorrentes da violência doméstica sofrida. Além disso, foi possível analisar que a baixa autoestima destas mulheres acabava por intensificar a percepção de que a manutenção do casamento era a única possibilidade para elas, como se não tivessem alternativa, uma vez que não se sentem capazes de viver de forma autônoma ou como se não acreditassem na possibilidade de viver um relacionamento que fosse saudável e sem ser permeado pela violência.

No mais, entende-se que a baixa autoestima reflete em outros âmbitos da vida da mulher, como a percepção de que não exerce a maternidade de modo positivo ou que não consegue retomar aspectos de sua vida que não estão sendo desenvolvidos, como estudos e

trabalho. Estas percepções distorcidas acabam influenciando não apenas o desenvolvimento da mulher, como de outros envolvidos, como os filhos e a família extensa.

Sendo assim, o presente estudo ressalta para a importância do desenvolvimento de autoestima junto às mulheres que estão ou estiveram em situação de violência. Ressalta-se que esta pesquisa corresponde a um recorte qualitativo e, por isso, não tem o intuito de generalizar os dados. Deste modo, outros estudos são necessários a fim de aprofundar o conhecimento sobre a temática, inclusive verificando possibilidades de intervenção com estas mulheres.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANDRÉ, M. E. D. A. Texto, contexto e significado: algumas questões na análise de dados qualitativos. **Cadernos de Pesquisa**, São Paulo, v. 45, p. 66-71, mai. 1983. Disponível em: <https://publicacoes.fcc.org.br/cp/article/view/1491/1485>. Acesso em: 09 nov. 2022.

ALMEIDA, D. N.; PERLIN, G. D. B.; VOGEL, L. H.; **Violência contra a mulher**. WATANABE, A. N. (Org.). Série Lei Fácil. Brasília: Câmara dos Deputados, Edições Câmara, 2020. Disponível em: https://bd.camara.leg.br/bd/bitstream/handle/bdcamara/40030/viol%C3%A4ncia_contra_mulher_Almeida.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Acesso em 31 out. 2022.

CARNEIRO, R. S.; FREIRE, R. Um estudo da relação entre violência psicológica e autoestima. **Revista Conexões PSI**, Rio de Janeiro, v. 3, n. 1, p. 34-48, 2015. Disponível em: <http://apl.unisuam.edu.br/revistas/index.php/conexoespsi/article/view/580/549>. Acesso em 10out. 2022.

FREIRE, R. S.; CARNEIRO, R. Um estudo da relação entre violência psicológica e autoestima. **Conexões Psi, Rio de Janeiro**, v. 3, n. 1, p. 34-48, jan/jun. 2015. Disponível em: <http://apl.unisuam.edu.br/revistas/index.php/conexoespsi/article/view/580/549>. Acesso em 09out. 2022.

GODOY, A. S. Pesquisa Qualitativa: Tipos Fundamentais. **Revista de Administração de Empresas**. São Paulo, v. 35, n. 3, p. 20-29. Mai/Jun. 1995.

Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rae/a/ZX4cTGrqYfVhr7LvVyDBgdb/?lang=pt>.

Acesso em 09 nov.2022.

GUIMARÃES, R. C, *et al.* Impacto na autoestima de mulheres em situação de violência doméstica atendidas em Campina Grande, Brasil. **Revista Cuidarte, Bucaramanga**, v. 9, n. 1, p. 1988-1997, 2018. Disponível em: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2216-09732018000101988&lng=en&nrm=iso. Acesso em 10 out. 2022.

MINAYO, M. C. de S. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde**. 7.ed.Rio de Janeiro: ABRASCO, 2000.

PAIVA, T. T.; PIMENTEL, C. E.; MOURA, G. B. Violência conjugal e suas relações com autoestima, personalidade e satisfação com a vida. **Gerais, Revista Interinstitucional de Psicologia**, Belo Horizonte, v. 10, n. 2, p. 215-227, 2017. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-82202017000200007&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 08 out. 2022.

SAAVEDRA, E. F. C.; TRUJILLO, J. V. B.; REYES, M. A. M. Violencia de género y autoestima de mujeres del centro poblado Huanja - Huaraz, 2017. **Horizonte Medico**, v. 18, n. 2, p. 47-52, 2018. Disponível em: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-558X2018000200008. Acesso em: 09 out. 2022.

WALKER, L. **The Battered Woman Syndrome**. New York: Springer, 3ª ed. 2009. Disponível em: [https://yunus.hacettepe.edu.tr/~cin/Criticism%20of%20the%20Western%20Society%20&%20Civilization%20-%20Collection%205/Domestic%20Violence/Walker%20-%20The%20Battered%20Woman%20Syndrome%20\(2009\).pdf](https://yunus.hacettepe.edu.tr/~cin/Criticism%20of%20the%20Western%20Society%20&%20Civilization%20-%20Collection%205/Domestic%20Violence/Walker%20-%20The%20Battered%20Woman%20Syndrome%20(2009).pdf). Acesso em 09 nov. 2022.