

## VIOLÊNCIA PSICOLÓGICA

Bruna Silva Carneiro  
Loana da Silva  
Elisangela Maura Catarino

---

**RESUMO:** O presente trabalho tem por objetivos explicar o que é a violência psicológica, quem é o agressor e a vítima, identificar quais são as marcas deixadas por este tipo de violência, quais são os danos imediatos e os de longo prazo, qual é o papel do psicólogo neste contexto. A metodologia aplicada para a realização deste trabalho foi pesquisas em livros e artigos.

**Palavras-chave:** Abuso. Papel do psicólogo. Violência.

---

### Introdução

A violência doméstica é uma afronta praticada por um membro da família em relação a outro membro da mesma família, essa afronta pode ser tanto física, psicológica, econômica e pode vir a ocorrer com qualquer um, como mulher, homem, crianças, idosos, e com todos os tipos de classes sociais tanto a baixa, média ou alta. As principais vítimas deste abuso no Brasil são as mulheres. A origem da violência doméstica tem raízes culturais ancestrais, a partir de todas as crenças que o ser humano tem acumulado sobre o papel do homem e o da mulher, dentro da sociedade conjugal e na vida pública. E dentro de todas as culturas, sejam orientais, ocidentais ou as chamadas de culturas inferiores existe um denominador comum que promove a hegemonia do homem sobre a mulher e seu direito à punição para exercê-la: as crenças religiosas.

O principal foco deste trabalho é a violência psicológica, e a escolha se deu por ser um tema que gera muitas indagações e por ser um tipo de violência que mais acontece e é a mais difícil de ser identificada. Elucidar qual é o papel do psicólogo frente a este assunto, o que ele pode fazer e o que não pode diante de casos de violência psicológica. A metodologia utilizada abrange pesquisas em artigos científicos, livros e revistas, para a sustentação e enriquecimento.

### Feridas que não se vê

A violência psicológica é uma forma de agressão verbal, sem o uso da força física, como insultos e atitudes que venham a ferir a autoestima de outra pessoa, denegrindo a moral da



mesma, a cultura e a educação podem gerar crenças e serem usadas até como uma “desculpa” para cometerem violência. O papel da cultura é bastante importante, pois antigamente os homens eram criados para serem “melhores” que as mulheres, serem a autoridade do lar, e essa educação que tiveram geraram-se crenças de que as mulheres deviam obedecê-los. Com o passar do tempo, as mudanças e a luta que as mulheres têm pela igualdade em relação aos mesmos direitos que os homens, essas diferenças estão criando conflitos, pois a mulher não deve ser submissa ao homem e sim serem companheiros e caminharem juntos e quando esta compreensão não acontece, pode vir a ocorrer a violência. Segundo Azevedo & Guerra (2001, p.25),

O termo violência psicológica doméstica foi cunhado no seio da literatura feminista como parte da luta das mulheres para tornar pública a violência cotidianamente sofrida por elas na vida familiar privada. O movimento político-social que, pela primeira vez, chamou a atenção para o fenômeno da violência contra a mulher praticada por seu parceiro, iniciou-se em 1971, na Inglaterra, tendo sido seu marco fundamental a criação da primeira "CASA ABRIGO" para mulheres espancadas, iniciativa essa que se espalhou por toda a Europa e Estados Unidos (meados da década de 1970), alcançando o Brasil na década de 1980.

A violência psicológica não deixa marcas “visíveis”, e sim marcas “psicológicas” no emocional da vítima, que podem deixar “cicatrizes” para o resto da vida. Podendo assumir a forma de: rejeição, discriminação, isolamento relacional e desrespeito. Ainda há muita falta de informação em relação a estes casos de violência doméstica, muitas vítimas não sabem se o que elas estão passando é mesmo um tipo de violência, acham que faz parte da relação e não buscam um apoio de outras pessoas ou de profissionais, tanto pela falta de informação ou pela vergonha da situação que está passando.

Violência psicológica é toda ação ou omissão que causa ou visa causar dano à auto-estima, à identidade ou ao desenvolvimento da pessoa. Inclui:

Ameaças, humilhações, chantagem, cobranças de comportamento, discriminação, exploração, crítica pelo desempenho sexual, não deixar a pessoa sair de casa, provocando o isolamento de amigos e familiares, ou impedir que ela utilize o seu próprio dinheiro. Dentre as modalidades de violência, é a mais difícil de ser identificada. Apesar de ser bastante frequente, ela pode levar a pessoa a se sentir desvalorizada, sofrer de ansiedade e adoecer com facilidade, situações que se arrastam durante muito tempo e, se agravadas, podem levar a pessoa a provocar suicídio. (Brasil, 2001)



A violência psicológica começa de uma forma lenta, que vai aumentando gradativamente em intensidade e consequências, muitas vezes, por conta da vivência do relacionamento, as brigas, os conflitos, e pelo sentimento, a vítima nem se dá conta do que está acontecendo, a agressão vem disfarçada sempre com algum motivo por parte do agressor, está associada com fenômenos emocionais, como, quando o agressor na hora da agressão se apresenta alcoolizado, em situações de crise, problemas no trabalho e sempre antes de agressão, o agressor baixa a auto-estima da vítima, para ela ficar fragilizada, e não poder se defender. A violência psicológica não afeta somente a vítima, e sim todas as outras pessoas que, presenciam o momento da agressão ou aquelas que convivem neste meio. Gerando mais problemas quando, os filhos presenciam estes momentos, e começam a agir inconscientemente de acordo com o agressor, levando esses comportamentos para escola e para os outros familiares. Como mostra Miller (2002, p.16), o agressor, antes de *"poder ferir fisicamente sua companheira, precisa baixar a auto-estima de tal forma que ela tolere as agressões"*.

Tem sido bastante afirmado que a impotência gera violência e, psicologicamente, isto é verdadeiro, ao menos para pessoas que possuíam vigor natural, moral ou físico (Arendt, 1994, p. 43). O ódio que produz a violência deve ser visto como expressão de uma irracionalidade onde a inteligibilidade da situação assinala mudanças, ou seja, " (...) o ódio aparece onde há razão para supor que as condições poderiam ser mudadas, mas não são. (p.47).

### O papel do psicólogo frente a problemática

Quando a vítima ainda não está em processo de tratamento, não consegue enxergar que ela é vítima e que não tem culpa de estar naquela situação, acha que é culpada, e que de alguma forma deu motivos para ser agredida, pois se comportou de maneira incorreta.

Uma opção de intervenção neste caso de violência psicológica, bastante eficaz é a psicoterapia individual, onde primeiramente será trabalhado a questão dos sentimentos de identidade da vítima naquele momento, sentimento de revolta, culpa, vergonha, raiva entre outros. Conscientizar a vítima de que ela não tem culpa do que está passando, e que precisa de ajuda para enfrentar tal situação. Outra opção é a psicoterapia de grupo, onde vem as representações sociais, importantes para a vítima perceber que não está sozinha, que tem outras pessoas que passaram pelo mesmo problema que ela e conseguiram seguir em frente.



Neste grupo vem a ressignificação dos pensamentos, é aí que as vítimas percebem que não tiveram culpa, e que podem encontrar pessoas que vão tratá-las bem, não generalizar este sentimento de que porque um companheiro me tratou mau, todos os outros também irão fazer isto. Cabe ao psicólogo ir esclarecendo todas estas questões ao decorrer dos atendimentos.

Campanhas, palestras são de suma importância para sanar as dúvidas geradas ao redor desta problemática, o que a vítima pode fazer, a quem procurar ajuda neste momento, são indagações que muitas delas não sabem como resolver.

### Considerações finais:

Concluindo a ideia desta perspectiva de violência podemos considerar que o papel do psicólogo é de extrema importância para estes casos de violência psicológica. O psicólogo sai de seu consultório “do atendimento privado” passando pelo atendimento a comunidade da clínica ampliada, “grupala” onde pode-se haver campanhas socioeducativas, com escutas de acolhimento e aconselhamento para que essas vítimas tenham um apoio, para que não se sintam que estão só. O psicólogo pode direcionar um olhar atento, que possibilite que a vítima possa vir a enxergar o que está acontecendo, que ela está sendo agredida, que ela necessita de ajuda. O profissional deve estar a par dos conhecimentos dos direitos humanos, sobre a perspectiva da violência, para orientar e buscar soluções mediante a mecanismos legais, com o auxílio das autoridades e sempre deixar claro para a vítima, que não precisa ter medo de denunciar pois a justiça lhe dará todo o suporte necessário e resguardará sua vida.

### Referências

ARENDR, H. (1994). **Sobre a violência**. Rio de Janeiro: Relume-Dumará.

AZEVEDO, M. A.; GUERRA, V.N.A. **Violência psicológica doméstica**: vozes da juventude. São Paulo: Laci - Laboratório de Estudos da Criança/PSA/IPUSP, 2001.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. **Violência intrafamiliar: orientações para a prática em serviço**. Brasília: Ministério da Saúde, 2001. (Caderno de Atenção Básica, 8)

MILLER, L. **Protegendo as mulheres da violência doméstica**. Seminário de treinamento para juízes, procuradores, promotores e advogados no Brasil. Trad. Osmar Mendes. 2.ed. Brasília: Tahirid Justice Center, 2002.



**Dos autores**

---

Estudante de psicologia Unifimes Mineiros (9º período) - [bruh94\\_@hotmail.com](mailto:bruh94_@hotmail.com)

Estudante de psicologia Unifimes Mineiros (9º período) – [loana\\_silva2015@outlook.com](mailto:loana_silva2015@outlook.com)

Professora da Unifimes Mineiros – [elisangela@fimes.edu.br](mailto:elisangela@fimes.edu.br) Formada em letras e Doutora em Ciências da religião [maura@fimes.edu.br](mailto:maura@fimes.edu.br)

---

