

VIOLÊNCIA CONJUGAL

uma visão geral...

Quem são as vítimas?

Como ela se apresenta?

Como ela acontece?

Como as vítimas são impactadas?

O que acontece após a separação?

Como podemos acabar com ela?

E os filhos?

Como ela pode ser explicada?

Por que as mulheres toleram isso?

VIOLÊNCIA CONJUGAL:

Quem são as vítimas?

Não há uma vítima de violência conjugal padrão, assim como não há um abusador padrão. Independentemente da cultura, origem étnica, status social, idade ou renda, os homens usam a violência para dominar ou controlar suas esposas, ex-esposas ou namoradas. *Na teoria*, não há nada que identifique os homens que recorrem à violência, diferenciando-os dos que a evitam. Esses relacionamentos de poder existem em todo o mundo, sempre quando os homens querem dominar suas mulheres, em todos os lugares em que a sociedade permitir que existam. Eles não acontecem somente com pessoas provenientes de contextos desfavorecidos, ou com algumas categorias de pessoas, como muitas vezes acreditamos. Eles ocorrem independentemente da renda familiar. Não estão relacionados a problemas com álcool, drogas, normas religiosas ou culturais ou idade.

Por isso, não é possível prever se uma mulher se tornará uma vítima da violência conjugal. Ser uma dessas vítimas está relacionado a circunstâncias além de seu controle. Isso significa que a vítima não é responsável pela violência realizada contra ela. Nenhuma mulher ou menina está à salvo de sofrer violência conjugal.

VIOLÊNCIA CONJUGAL:

Como ela se apresenta?

A violência conjugal não ocorre aleatoriamente, entre estranhos. Ela sempre é parte de um relacionamento íntimo, emocional, atual ou anterior. Ela não consiste em algumas ações impulsivas. A violência conjugal se refere a uma série de comportamentos que incluem insultos, ameaças e perseguição, lesões físicas superficiais e mais graves, agressão sexual, estupro ou abuso sexual.

A violência conjugal não envolve necessariamente uma progressão de comportamento abusivo que começa com o abuso verbal, passa para o abuso psicológico e culmina na violência física. Frequentemente, identificamos violência conjugal unicamente na forma física. Entretanto, há mulheres que foram assassinadas por seus parceiros sem nunca ter sofrido nenhum abuso físico. Nenhuma forma de violência é justificável, a violência conjugal sempre acaba destruindo a saúde psicológica, emocional e física das mulheres.



A violência se expressa de diversas formas, incluindo abuso verbal, psicológico, físico, sexual e financeiro, detalhados na **Roda do Poder e Controle**.

Esse modelo ajuda algumas mulheres a identificar o comportamento de um parceiro violento.



Elaborado pelo Projeto de Intervenção do Abuso Conjugal (202 East Superior St., Duluth MN 55802)

VIOÊNCIA CONJUGAL:

Como ela acontece?

A violência doméstica não é uma interação na qual as duas partes se revezam nos papéis de abusador e vítima. É uma série de estratégias de controle coercitivas usadas pelos abusadores para isolar, degradar, explorar e dominar as mulheres, atacando diretamente seu direito à liberdade, dignidade e igualdade. O abusador regula e monitora as atividades diárias das mulheres e crianças e esse controle continua, mesmo quando está ausente, criando, pois, um clima constante de medo nas vidas de suas vítimas. É assim que o abusador mantém seu domínio sobre sua vítima, garantindo sempre que ela não o abandone. Isso é chamado de **ciclo da violência doméstica** (ver o diagrama na página a seguir).

VIOÊNCIA CONJUGAL:

Como as vítimas são impactadas?

À medida que o abuso prossegue, essa mulher começa a ver a violência como se fosse algo normal e até justificado. Seu limite de tolerância aumenta ao ponto em que ela não percebe mais a maioria das manifestações de controle diárias. Os efeitos dessa violência na mulher literalmente esgotam sua energia dinâmica e vital. Por quê? Porque ela se condiciona a suportar viver constantemente em um ambiente tenso, porque ela questiona suas emoções e sua própria compreensão da situação, porque ela faz o possível para evitar ser novamente abusada, porque ela é forçada a justificar suas atitudes e comportamentos. O ciclo serve para mantê-la presa ao relacionamento e é por isso que ela não consegue sair dele. O ciclo é eficiente porque a vítima chega a pensar que é culpada pelo abuso.

A violência conjugal tem efeitos devastadores na saúde mental e física das mulheres suas vítimas. Fisicamente, elas sofrem diversos tipos de dores, alergias, insônia, problemas digestivos, etc. Algumas vezes, deixa cicatrizes ou deficiências permanentes. Mentalmente, as consequências são altos níveis de sofrimento psicológico, distúrbios do sono, sintomas de depressão, transtornos de ansiedade e até pensamentos suicidas ou um estado de estresse pós-traumático que leva ao uso de medicamentos (antidepressivos, ansiolíticos, analgésicos).

CICLO DA VIOLÊNCIA CONJUGAL

1

Tensão: Ele exibe uma raiva excessiva, com pesados silêncios, um comportamento intimidador e olhares ameaçadores.

Ansiedade: Ela sente que a situação vai piorar, sente-se preocupada, esforça-se bastante para reduzir a tensão, tem medo, fica paralisada, sente-se como se estivesse pisando em ovos.

Reconciliação: Ele faz tudo o que pode para ser perdoado, procura ajuda, fala sobre terapia, suicídio, etc.

4

Esperança: Ela vê os esforços que ele faz para mudar, dá a ele uma chance, ajuda-o, vê o homem pelo qual se apaixonou, muda suas atitudes.



2

Abuso: Ele pratica abuso verbal, psicológico, físico, sexual e financeiro contra ela.

Raiva e vergonha: Ela é humilhada, sente-se triste, tem uma sensação de injustiça.

Justificativa: Ele encontra desculpas, explica que suas ações ocorreram por motivos além de seu controle. Na maioria das vezes, ele transfere a responsabilidade do abuso para ela.

3

Responsabilização: Ela irá acreditar e entender as desculpas dele, espera poder ajudá-lo a mudar, faz concessões a ele, questiona suas percepções (será que é realmente abuso?), sente-se responsável e sua raiva vai diminuindo.

Através dessa imagem sombria e realista dos impactos da violência conjugal nas mulheres, é importante reconhecer a imensa força e resiliência que as mulheres demonstram. São mulheres fortes, sobreviventes que buscaram bem fundo dentro de si para encontrar esperança e capacidade de readquirir o controle de suas vidas. No caso daquelas com filhos, o desejo de lhes oferecer uma vida tranquila e harmoniosa é uma fonte de motivação adicional.

VIOLÊNCIA CONJUGAL:

O que acontece após a separação?

A separação é um período perigoso para a mulher, pois, infelizmente, a violência não para necessariamente quando o casal não está mais junto. No caso de algumas mulheres, ela continua e, muitas vezes, piora. O abusador não aceita facilmente o fato de ela tê-lo deixado. Ele está preparado para fazer qualquer coisa para manter o seu poder e controle sobre ela. Os insultos, ameaças e monitoramento, algumas vezes, tornam-se realidades diárias.

VIOLÊNCIA CONJUGAL:

E os filhos?

As crianças expostas à violência imposta à sua mãe pelo abusador, ou as crianças que sofrem maus-tratos, abusos ou ataques psicológicos e verbais, são sempre as vítimas da violência existente na unidade familiar, elas são obrigadas a viver com suas consequências. Essas crianças, como sua mãe, precisam enfrentar a angústia, o medo, a vergonha, a raiva, o desamparo e a esperança de mudar. Muitas vezes, elas precisam manter em segredo a violência conjugal à qual são expostas. E, como sua mãe, precisam lidar com o impacto que o ciclo tem sobre elas.

O impacto nas crianças varia conforme a duração de sua exposição à violência, sua idade, sexo e seu relacionamento com o abusador. Exatamente como todas as outras crianças, essas vítimas da violência conjugal são capazes de se recuperar. Se receberem um suporte adequado e tiverem acesso a recursos e acompanhamento que as ajude a entender o que sofreram, suas consequências e as estratégias que desenvolveram para lidar com a situação, serão capazes de reconstruir suas vidas de forma positiva. Se o relacionamento entre mãe e filhos for mantido e fortalecido, poderão criar uma atmosfera de segurança emocional que se demonstrará benéfica para os seus futuros relacionamentos.

Como ela pode ser explicada?

A violência conjugal não é um fenômeno marginal, isolado do contexto social em que vivemos. Ela é, essencialmente, somente uma das diversas facetas da violência contra as mulheres que podemos ver no Quebec e em todos os lugares do mundo. De fato, ao ser verbal, psicológica, física, sexual ou financeiramente abusivo em relação à sua parceira, o cônjuge está afirmando o seu poder. Ele acha que tem direito a esse poder porque, na maioria das esferas da sociedade, os homens recebem um tratamento melhor. Ele quer preservar esse poder a todo o custo e justifica isso de forma que os que o rodeiam aceitam sua atitude.

Mas, se essa mulher quiser fazer mudanças em seu relacionamento, tornar-se mais autoconfiante, arrumar um emprego, ter suas necessidades reconhecidas, adquirir mais independência ou encontrar-se com as pessoas que quiser, a violência explode. E quanto mais independência ela quiser, mais ele apela para o uso de novas estratégias para manter o controle. Essa recusa de reconhecer a mulher como um ser livre e independente, uma igual, é o centro da violência pós-separação. A incapacidade de reconhecer o direito da mulher de deixá-lo, de viver sem ele, faz com que alguns homens violentos alcancem níveis extremamente perigosos, chegando ao homicídio.

Mas esse homem não é uma pessoa mentalmente doente, ou um monstro. Ele controla sua mulher porque ele tem o privilégio e os meios para fazê-lo, meios que ele já utilizou sem sofrer as consequências.

Por que as mulheres toleram isso?

Desde muito pequenas, as mulheres são socializadas para se preocupar com os outros, e não consigo mesmas ou com suas próprias necessidades. Elas estão condicionadas a agradar, a se preocupar com os outros e com sua própria aparência. Querendo agradar a todo o custo, elas acabam por aceitar comportamentos inaceitáveis em seus relacionamentos amorosos.

Mas, de que forma o modo como as mulheres são socializadas contribui para a violência conjugal? Pelo fato de essa socialização fazer com que as mulheres percam o seu centro, questionando constantemente suas próprias percepções, sua capacidade de se defender, o seu próprio valor. Nesse contexto, o abuso é considerado inevitável e justificado. Quando os homens, as instituições públicas e as próprias mulheres invalidam a violência de que são vítimas, mantêm um sistema no qual os homens estão convencidos de que têm todos os direitos, inclusive o de matar, e as mulheres assumem a responsabilidade pela violência masculina.

Como podemos acabar com ela?

Como é possível quebrar o ciclo vicioso da violência conjugal? “As mulheres abusadas precisam largar de seu agressor!”, alguns dizem. Esse salto no desconhecido não é algo fácil de fazer. E é muito duro enfrentá-lo sozinha, é por isso que é importante poder contar com outros recursos.

Uma mulher presa no ciclo da violência conjugal sente-se profundamente desamparada. Ela precisará de uma ajuda firme para lidar com os efeitos dessa situação e para recobrar a autoestima e a confiança em sua percepção da realidade. Ela precisará de alguém que a ouça e acredite nela. Ela precisará priorizar sua segurança em sua busca por soluções. A ajuda das pessoas que a cercam, seus vizinhos, família e amigos, será inestimável ao lhe dar o suporte que precisa para se proteger. Essa rede primária é parte de uma série de recursos da comunidade e institucionais que podem ajudar as mulheres a se livrar da armadilha da violência conjugal. Os abrigos têm um papel essencial ao garantir a segurança que elas e seus filhos precisam e ajudando-as a retomar o controle sobre suas vidas. A sociedade como um todo e, principalmente, o governo e as autoridades legais, devem agir para evitar, detectar e deter a violência conjugal.