

Violência, emoções em ato e capacidade resiliente:  
a voz das mulheres

Andressa Raquel Souza de Freitas<sup>1</sup>   
Elisa Pereira Gonsalves Possebon<sup>2</sup> 

*Violence, emotions in act and resilient ability: the voice of women*

*Violencia, emociones en acto y capacidad resiliente: la voz de las mujeres*

### Resumo

Este artigo versa sobre a violência de gênero e objetiva investigar o universo emocional das mulheres quando estão submetidas a um processo de violência doméstica, além de identificar as emoções presentes e a possibilidade de resiliência neste contexto. A pesquisa foi realizada a partir da perspectiva qualitativa e empregou-se o método fenomenológico. Os resultados evidenciaram que três emoções estão presentes (surpresa, medo e raiva) e são constituintes da capacidade resiliente, preparando a mulher para o enfrentamento da situação vivenciada.

**Palavras-chave:** *Violência; Resiliência; Emoção.*

### Abstract

This article deals with gender violence and aims to investigate the emotional universe of women when they are subjected to a domestic violence process, besides identifying the emotions present and the possibility of resilience in this context. The research was carried out from the qualitative perspective and the phenomenological method was used. The results showed that three emotions are present (surprise, fear and anger) and are constituents of the resilient capacity, preparing the woman to face the situation experienced.

**Keywords:** *Violence; Resilience; Emotion.*

1 Mestrado em Educação na Universidade Federal da Paraíba (UFPB). Pedagoga da Secretaria Municipal de Educação João Pessoa, Paraíba, Brasil. E-mail: andressah.raquel@gmail.com.

2 Doutorado em Educação pela Universidade Metodista de Piracicaba (UNIMEP). Professora Titular do Centro de Educação da Universidade Federal da Paraíba (UFPB), João Pessoa, Paraíba, Brasil. E-mail: elisagonsalves@gmail.com.

## Resumen

Este artículo versa sobre la violencia de género y objetiva investigar las emociones que forman parte del universo emocional de las mujeres cuando están sometidas a un proceso de violencia doméstica, además de identificar las emociones presentes y la posibilidad de resiliencia en este contexto. La investigación se realizó desde la perspectiva cualitativa y se empleó el método fenomenológico. Los resultados evidenciaron que tres emociones están presentes (sorpresa, miedo y rabia) y son constituyentes de la capacidad resiliente, preparando a la mujer para el enfrentamiento de la situación vivenciada.

**Palabras clave:** *Violencia; Mujeres; Emoción.*

## *Introdução*

O presente trabalho resulta de um recorte de pesquisa desenvolvida no mestrado do Programa de Pós-graduação em Educação (PPGE) da Universidade Federal da Paraíba (UFPB). Este estudo busca dialogar sobre a violência na perspectiva de gênero e objetiva investigar as emoções que se destacam em mulheres quando estão submetidas a um processo de violência doméstica, bem como identificar as emoções presentes neste processo e a possibilidade de resiliência neste contexto.

Com a intenção de conhecer as discussões existentes acerca do tema da presente pesquisa, realizou-se um levantamento dos estudos já realizados, utilizando como campo de busca a Biblioteca Digital Domínio Público, considerando para a pesquisa a área de educação e usando como descritor a palavra resiliência, por considerar esta o constructo fundamental do estudo.

Diante do número restrito de trabalhos sobre o tema, optou-se por não delimitar período de tempo na busca. Dos resultados obtidos, não foram localizadas teses de doutorado, apenas oito trabalhos de dissertação de mestrado sobre resiliência, sendo que nenhum deles tratava da violência contra a mulher.

Considerando a complexidade da problemática envolvendo a violência contra as mulheres e da ausência de estudos e pesquisas na área, a presente pesquisa mostrou-se fundamental no intuito de contribuir para a compreensão de quais são os fatores subjetivos, de ordem emocional, que podem influenciar o processo de resiliência dessas mulheres vítimas de violência e atuar na superação das situações vividas, como é o caso da resiliência.

A violência é um fenômeno histórico, que aparece em todos os períodos da humanidade, sendo entendida como comportamento que causa dano à pessoa, seja ele físico ou não, de menor ou maior grau, configurando-se como

um elemento estrutural inerente ao próprio fator social, que atinge qualquer grupo ou civilização (Reis, 2008).

A violência pode ser compreendida como uma prática que, abarcando conflitos interpessoais, viola os direitos humanos e “envolve rompimentos nas relações de intimidade e confiança, permeados de julgamentos morais e modelos de masculinidade e feminilidade que desqualificam as mulheres no exercício de suas subjetividades” (Honada; D’Oliveira; Schraiber, 2010, p. 34). Como afirma Carvalho:

A violência é um fenômeno psicossocial complexo, de causalidade múltipla e multifacetada em suas várias formas e contextos: verbal, física, simbólica, institucional, estrutural [...]. Pode ser concebida, em sentido restrito, como ato intencionalmente destrutivo de um indivíduo sobre outro; e, em sentido abrangente, como violação dos direitos (Carvalho, 2012, p. 93).

A violência contra a mulher é compreendida com mais profundidade quando levamos em consideração a dimensão de gênero, posto que esta abrange, além de outros fatores, a construção social, política e cultural das masculinidades e das feminilidades, bem como as relações entre homens e mulheres (Brasil, 2011).

É importante destacar que a violência de gênero não está voltada somente para questões relacionadas às mulheres. Como afirma Saffioti (2002), por se tratar de uma violência baseada na identidade de gênero, esta envolve outros públicos. No entanto, nesta pesquisa, iremos tratar da violência de gênero voltada para mulheres, por ser o público-alvo do estudo.

Carvalho (2012) compreende o conceito de gênero, enquanto construções de masculinidade e feminilidade culturalmente variáveis, resultante da inserção e legitimação do movimento feminista na academia, ainda que marginalmente. De acordo com a mesma autora,

Embora as expressões de masculinidade e feminilidade sejam historicamente/culturalmente variáveis, as relações de sexo e gênero são relações de poder, de dominação masculina nas culturas androcêntricas, centradas em normas e valores masculinos, como a competição e a violência. Convencionalmente, masculinidade é sinônimo de vigor, potência e poder, supostamente advindos da constituição biológica/sexual (da testosterona, da força física), podendo se expressar como agressividade e violência, individual e institucional ou estrutural, já que os homens governam de acordo com as normas e valores masculinos) (Carvalho, 2012, p. 96).

A ideia de gênero está ligada a atributos, qualidades e valores opostos, denominados masculinos ou femininos: forte *versus* fraco, ativo *versus* passivo, racional *versus* emocional. Trata-se de uma estrutura de dominação simbólica, que marca de maneira objetiva ou subjetiva objetos, lugares, práticas e pessoas (Carvalho, 2012).

Como afirma Carapia (2015), considera-se violência de gênero o conjunto de agressões contra as mulheres que pode levá-las à morte. Estas mulheres, na maioria das vezes, encontram-se em condições de submissão e obediência que a cultura patriarcal prega (Carapia, 2015).

A pesquisa aqui apresentada irá dialogar sobre a resiliência enquanto constructo, os tipos de violência contra mulher, bem como as emoções que constituem a capacidade resiliente de mulheres quando estão submetidas a situações de violência. Por fim, apresentará os resultados obtidos, além dos pontos da pesquisa que necessitam de aprofundamento.

### *Caminhos metodológicos da pesquisa*

A presente pesquisa objetiva compreender a capacidade resiliente de mulheres vítimas de violência doméstica que estavam sendo atendidas pelo Centro de Referência da Mulher do Município de João Pessoa, na Paraíba, destacando as emoções presentes neste processo.

O Centro de Referência da Mulher Ednalva Bezerra (CRMEB) foi implantado no dia 14 de setembro de 2007 e possui uma rede de atendimento multiprofissional, composta por psicóloga, assistente social, advogada, arte educadora e terapeuta holística. Realiza ações de intervenção junto à população em geral, a exemplo de oficinas, palestras, rodas de diálogos e debates (Prefeitura de João Pessoa, 2023).

Ao receber as mulheres em situação de violência, a equipe de serviço social faz o acolhimento, identificando as necessidades de cada uma delas e encaminhando-as para os demais atendimentos da rede. As mulheres recebem acompanhamento psicológico, no qual a equipe oferece um suporte na perspectiva emocional, no sentido de contribuir para que a mulher consiga romper com o ciclo de violência e diminuir os danos emocionais causados pela situação vivenciada. O atendimento se dá por meio de vivências de psicoterapia grupal e individual (Prefeitura de João Pessoa, 2023).

De acordo com o site do Centro de Referência da Mulher Ednalva Bezerra (2023), as mulheres vítimas de violência também podem contar com serviço jurídico que irão acompanhá-las nas ações junto à segurança pública, bem como orientá-las sobre os seus direitos. Além disso, o Centro de Referência oferece práticas de terapia holística que buscam trazer autoconsciência corporal, emocional, mental e espiritual, tratando o ser humano como um ser integral.

Considerando que a presente pesquisa busca compreender um fenômeno a partir dos próprios sujeitos que o vivenciam – nesse caso, as mulheres –, caracteriza-se como uma pesquisa de cunho qualitativo. Na área de Educação, investigações qualitativas se desenvolveram no final dos anos de 1960 (Bogdan; Biklen, 1994) com o desafio de compreender os aspectos formadores/formantes do sujeito, de suas relações e construções culturais.

Para direcionar a presente pesquisa, optou-se pela perspectiva fenomenológica enquanto orientação teórico-metodológica. Nas palavras de Creswell

(2014, p. 74), um “estudo fenomenológico descreve o significado comum para vários indivíduos das suas experiências vividas de um conceito ou um fenômeno. As/os fenomenologistas focam na descrição do que todos/as os/as participantes têm em comum quando vivenciam um fenômeno”.

Nas palavras de Moreira (2002), a fenomenologia trata do estudo ou a ciência do fenômeno, entendendo-o como sendo tudo que se manifesta por si mesmo. O estudo fenomenológico busca compreender o fenômeno em um nível mais profundo (Creswell, 2014). No método fenomenológico, o/a pesquisador/a não se limita a uma descrição passiva dos dados; é necessária uma interpretação, que, sendo tarefa da hermenêutica, consiste em dar ênfase aos aspectos mais fundamentais do que é vivido, que algumas vezes são menos aparentes. Por se tratar da arte de interpretar, a hermenêutica busca compreensão para as coisas de maneira que a verdade não se apoie nem no objetivismo cientificista nem no absolutismo das soluções metafísicas. Na hermenêutica, o fundamento da verdade surge das articulações da vida cotidiana mediadas pelo discurso (Bolzan, 2004). Parte-se de uma compreensão do fenômeno, e, ao se perceber novas características, elabora-se uma nova interpretação, que, por sua vez, levará a uma nova compreensão (Masini, 1997).

Nas palavras de Creswell (2014, p. 74), “a fenomenologia termina com uma descrição, discutindo a essência das experiências dos indivíduos e incorporando ‘o quê’ e ‘como’ eles têm as experimentado. Essa essência é o aspecto culminante de um estudo fenomenológico”. Nesses termos, o foco desta pesquisa fenomenológica é o de compreender as experiências vividas por mulheres em situação de violência, buscando identificar e descrever as emoções presentes em processos resilientes.

O discurso das mulheres foi obtido por meio de entrevistas guiadas, conforme afirma Richardson (1999), com o objetivo de compreender as mudanças resultantes de suas experiências. Os pontos previamente estabelecidos serviram como guia nas entrevistas, abordando aspectos relevantes do tema pesquisa-

do. O trabalho de campo envolveu oito mulheres vítimas de violência doméstica no município de João Pessoa, na Paraíba, acompanhadas pelo Centro de Referência da Mulher do mesmo município. A seguir, apresentamos o perfil das entrevistadas:

Quadro 1 – Perfil das mulheres entrevistadas.

<b>Entrevistada A</b>	37 anos, enfermeira, sem filhos, residia com a mãe, em João Pessoa-PB. Não estava mais convivendo com o agressor quando a entrevista foi realizada.
<b>Entrevistada B</b>	40 anos, educadora física, dois filhos, residia com a mãe e os filhos, em Santa Rita-PB. Não estava mais convivendo com o agressor quando a entrevista foi realizada.
<b>Entrevistada C</b>	55 anos, aposentada, um filho, residia com o marido e o filho, em Bayeux-PB, ainda convivendo com o agressor quando a entrevista foi realizada.
<b>Entrevistada D</b>	55 anos, diarista, dois filhos, residia com os filhos, em João Pessoa-PB. Não estava mais convivendo com o agressor quando a entrevista foi realizada.
<b>Entrevistada E</b>	36 anos, não trabalhava, sem filhos, residia com o marido responsável em João Pessoa-PB, ainda convivendo com o agressor quando a entrevista foi realizada.
<b>Entrevistada F</b>	47 anos, desempregada, dois filhos, residia com os filhos, em João Pessoa-PB. Não estava mais vivendo com o agressor quando a entrevista foi realizada.
<b>Entrevistada G</b>	55 anos, professora, um filho, residia com o filho e o neto, em João Pessoa-PB. Não estava mais vivendo com o agressor quando a entrevista foi realizada.
<b>Entrevistada H</b>	42 anos, tecnóloga em gestão empresarial, dois filhos, residia com os filhos e o ex-marido responsável pela agressão, em João Pessoa-PB quando a entrevista foi realizada.

Fonte: Elaborado pela autoria (2017).

Para sistematizar e expor o tratamento e análise de dados foi utilizada a saturação teórica. Assim, a coleta foi interrompida ao ser constatado que o campo de pesquisa já não apresentava novos elementos para aprofundar a teorização almejada naquele momento (Fontanella; Luchesi; Saidel; Ricas; Turato; Melo, 2011).

Foram extraídas frases que diziam respeito diretamente ao fenômeno vivenciado pelas entrevistadas – a este processo dá-se o nome de “extração de assertivas significativas”. Em seguida, foram organizados os sentidos das assertivas extraídas, criando o que é chamado de “conjuntos de temas”. Todos os resultados obtidos foram integrados em uma descrição exaustiva do fenômeno investigado (Moreira, 2002).

Os dados foram examinados com base nas transcrições das entrevistas, nas quais foram destacadas “declarações significativas” – frases ou citações que permitem uma compreensão de como as participantes percebem o fenômeno vivenciado (Creswell, 2014). Em seguida, foram desenvolvidos grupos de significados para as declarações, em que tais relatos foram utilizados para desenvolver uma descrição do que as pessoas participantes experimentaram. Os significados foram agrupados em temáticas, permitindo o surgimento de temas comuns a todas as transcrições (Creswell, 2014).

### *A resiliência enquanto constructo*

A resiliência pode ser entendida como a capacidade de superar adversidades, saindo destas mais fortalecida/o. Na Psicologia, o interesse em refletir sobre a resiliência humana ocorre de observações de histórias de vida em que algumas pessoas puderam sobrepor-se às dificuldades, reconstruindo suas vidas depois de terem experienciado situações desfavoráveis (Vanistendael, 2014). A resiliência permite o começo de uma nova vida, em um sentido diferente do que existia antes de haver o trauma.

Com base em Cyrulnik (2007, p. 124), “não existe volta após um trauma, o que há é uma constante necessidade de mudança”. A resiliência pode ser compreendida como uma possibilidade de recuperar-se diante da adversidade, com o objetivo de se fortalecer, tornando-se mais forte emocionalmente (Trigueiro *et al.*, 2014). Em outras palavras, a resiliência envolve, entre outras coisas, a capacidade de ressignificar os acontecimentos, dando a estes uma nova interpretação.

Madariaga (2014) afirma que ser resiliente exige uma atitude ativa diante dos desafios. A capacidade resiliente está diretamente ligada a competências. Ao conjunto destas competências, Orts (2009) dá o nome de ilhas de competência, que envolve: autoestima (ou conjunto de juízos valorativos sobre si mesmo); realizações (ou resultados positivos de nossas ações); enfrentamento de pro-

blemas (ou capacidade de focalizar nas possibilidades de enfrentamento e não na dúvida se pode ou não superá-lo); capacidade de introspecção (ou refletir sobre o modo como enfrentamos situações difíceis para modificá-las quando for necessário); capacidade de relacionar-se harmonicamente com os demais; iniciativa (ou capacidade de desenvolver ações criativas que favoreçam as metas estabelecidas) e equilíbrio emocional (que inclui o manejo das emoções).

A conduta resiliente não se restringe apenas ao comportamento de resistir à situação. Ela integra três fases: a resistência à destruição, que consiste em resistir ao primeiro embate, suportando-o; a reconstrução, que se trata de refazer-se diante de situações desfavoráveis; e o fortalecimento de defesas, que envolve criar mecanismos de defesa buscando uma atitude proativa, caso tais situações reapareçam (Orts, 2009). Em termos de síntese, pode-se apresentar o seguinte quadro sobre como as/os autoras/es apresentadas/os entendem o conceito de resiliência:

Quadro 2 – Conceito de Resiliência.

AUTOR/AUTORA	CONCEITO DE RESILIÊNCIA
Orts (2009)	Capacidade individual de superar adversidades saindo mais fortalecidos/as.
Vanistendael (2014)	Capacidade de ressignificar situações traumáticas.
Trigueiro (2011)	Capacidade humana de suportar eventos estressantes.
Cyrułnik (2007)	Capacidade de reestruturar-se depois de passar por situações traumáticas.

Fonte: Elaborado pela autoria (2017).

Com base nos estudos realizados, neste trabalho, a resiliência é compreendida pela autora como uma capacidade individual de enfrentamento e ressignificação de situações adversas tendo em vista o bem-estar subjetivo. Configura-se, portanto, como uma capacidade aprendida no interior de processos complexos e dinâmicos, próprios das relações sociais, que mobilizam a resistência à destruição do Ser e o fortalecimento da pessoa.

Os processos que levam à resiliência se orientam desde a perspectiva dos direitos humanos, buscando melhores condições de vida e de desenvolvimen-

to, até posições éticas e princípios de respeito e autonomia, no sentido de permitir que a pessoa possa ressignificar e transformar a situação, visando bem-estar e melhor qualidade de vida. Como afirma Pourtois (2014), a capacidade resiliente possui um caráter integrativo, que envolve aspectos genético, psíquico, neurobiológico, cultural, emocional, educativo e cognitivo.

Com base nas palavras de Brooks e Goldstein (2004), a mentalidade resiliente se caracteriza pelos seguintes elementos: ter capacidade de transformar as adversidades em desafios; ser consciente de que estamos no controle de nossas vidas; ter capacidade empática; ampliar a capacidade de comunicação efetiva com os demais; desenvolver sólidas habilidades para solucionar problemas e tomar decisões; estabelecer metas e expectativas realistas; estar em sociedade de maneira a contribuir para o bem-estar comum; levar uma vida responsável, baseada em valores sensatos; sentir-se especial enquanto ajuda os demais a sentirem o mesmo, em outras palavras, ser capaz de desenvolver atitudes altruístas.

Madariaga (2014) elenca três fatores vitais em situações conturbadas. O primeiro fator está ligado às características da personalidade do indivíduo, que inclui a capacidade reflexiva para enfrentar novos desafios. O segundo se encontra na família e envolve fatores como o cuidado, atenção e carinho. O terceiro e último trata do apoio social em suas mais diversas formas, como o olhar cuidadoso de alguém.

Segundo Saavedra (2014), algumas dimensões são fundamentais para desenvolver a capacidade de resiliência, sendo elas: autonomia (ou sentimento de competência frente aos problemas); satisfação (ou autovalorização, sentimento de desenvolvimento); vínculos (ou condições sociais e familiares que constituem um apoio para o sujeito); metas (ou objetivos definidos, ações encaminhadas, projeções para o futuro); autoeficácia (ou sentimento de competência), aprendizagem (ou capacidade de aprender com as experiências vividas); generatividade (ou capacidade de criar respostas alternativas frente aos problemas).

Piaggio (2009) destaca quatro componentes importantes para a capacidade resiliente: competência social (trata-se de responder positivamente às relações sociais, comunicar-se de maneira positiva com as pessoas), autonomia (esta se mostra como fundamental no sentido de permitir que a pessoa atue de maneira independente no controle de sua vida), resolução de problemas (desenvolver capacidade de refletir sobre soluções para os desafios e as situações adversas da vida) e sentido de propósito e futuro (a pessoa desenvolve fatores protetores, expectativas saudáveis, objetivos claros e exequíveis).

Em termos de síntese, pode-se apresentar o seguinte quadro sobre os componentes da resiliência segundo as/os autoras/es.

Quadro 3 – Componentes da resiliência.

AUTOR/AUTORA	COMPONENTES DA RESILIÊNCIA
<b>Brooks e Goldstein (2004)</b>	Capacidade de transformar adversidades em desafios; capacidade empática; comunicação efetiva com os demais; habilidade para solucionar problemas e tomar decisões; estabelecer metas; desenvolvimento de atitudes altruístas e autoconhecimento.
<b>Orts (2009)</b>	Autoestima; responsabilidade; criatividade; realizações pessoais; capacidade de enfrentamento de problemas; capacidade de introspecção; capacidade de relacionar-se harmonicamente; iniciativa; otimismo; humor e equilíbrio emocional.
<b>Piaggio (2009)</b>	Competência social; autonomia; capacidade de resolver problemas e propósitos para o futuro.
<b>Saavedra (2014)</b>	Autonomia; autovalorização; capacidade de estabelecer vínculos; metas e objetivos claros; autoeficácia; capacidade de aprender com as experiências da vida e capacidade de generatividade.
<b>Pourtois (2006)</b>	Aspectos genéticos; biológicos; neurobiológicos; culturais; emocionais; educativos e cognitivos.
<b>Madariaga (2014)</b>	Capacidade para enfrentar desafios e capacidade de preocupar-se com o outro.

Fonte: Elaborado pela autoria (2017).

Considerando as contribuições das/os autores/as sobre componentes constituintes da capacidade resiliente, para efeito deste artigo destacaremos sete elementos fundamentais da resiliência: enfrentamento realista e foco nas possibilidades para superar desafios; estabelecimento de metas exequíveis e ações concretas para atingir objetivos; relações harmoniosas baseadas no respeito, altruísmo, empatia e gratidão; autovalorização e percepção positiva

de si mesmo; aprendizagem com experiências passadas e desafios presentes; atitudes proativas e protagonismo na busca por mudanças e diálogo e reelaboração de crenças e pensamentos.

### *A violência na voz das mulheres*

A violência contra mulher adquire muitas formas. Dentre os tipos de violência contra mulher podemos destacar as seguintes: física, psicológica, sexual, patrimonial e moral.

A violência física é entendida como o uso da força física usada de maneira a ofender corporalmente a mulher, mesmo que não deixe marca aparente e independente da intenção do agressor. Ela envolve empurrões, chutes, tapas, choques ou quaisquer outras ações que possam machucar fisicamente (Reis, 2008). As mulheres colocam a questão de diferentes formas, dentre elas:

Eu estou com ele há 14 anos, e em 2009 foi o espancamento que eu sofri, muito forte. E desde esse dia ainda existe: palavrão, palavras de baixo calão, humilhação, de vez em quando quer me empurrar, me gritar, se eu deixar ele me bate... Muita coisa. [...] Baixei no hospital, imobilizei a perna, fiquei cheia de hematoma, não conseguia nem andar (Dados da pesquisa: Souza, 2018).

No início eu apanhei muito dele, depois era mais a violência psicológica. Ele me dopava, ele me estuprava, porque eu não queria mais ele e depois é que eu fui percebendo como as coisas estavam acontecendo. Quando foi no dia 31 de dezembro de 2015 ele tentou me matar com uma faca [...] eu tinha um ano de casada quando ele me espancou muito, eu fiquei até com problema de visão, ele bateu muito nos meus olhos, me machucou muito (Dados da pesquisa: Souza, 2018).

É violência física, é psicológica, é tudo [...] Ele já apertou meu braço, já me agrediu, quebrando tudo dentro de casa, essas coisas (Dados da pesquisa: Souza, 2018).

A violência física é lamentavelmente comum na vida de muitas mulheres em todo o mundo, violando não apenas sua integridade física, mas também seus direitos à saúde e à vida. Essa violência é resultado de uma relação hierárquica que historicamente permitiu ao homem exercer controle e poder sobre o corpo da mulher (Beauvoir, 1970). Ao longo do tempo, as mulheres foram subjugadas a papéis inferiores, sujeitando-se a diversas formas de agressão, inclusive a violência física (Reis, 2008).

Quando se discute sobre violência psicológica, esta é caracterizada por ameaças, rejeição e humilhação, em que o agressor busca inferiorizar a vítima. É a forma mais comum de violência, porém não é denunciada frequentemente, pois muitas vezes a própria vítima não reconhece o cenário em que está inserida (Reis, 2008). Esse tipo de violência é considerado extremamente prejudicial à saúde e foi mencionado por todas as mulheres entrevistadas. Ameaças, constrangimentos, humilhação e diminuição da autoestima são exemplos de desqualificação presentes no cotidiano das mulheres:

Eram ameaças, intimidação... Ele nunca me agrediu fisicamente, mas existia todo um processo psicológico e isso foi minha vida inteira (Dados da pesquisa: Souza, 2018).

A língua que não para de me machucar, de dizer palavras duras, me chamar de ignorante, dizer coisa comigo. É agressão verbal, só verbal, entendeu? Manda eu ir embora... (Dados da pesquisa: Souza, 2018).

Ele não vê o meu sacrifício para criar meu filho especial [...] mas ele só abre a boca para dizer a mesma coisa: que eu não cuido dos meus filhos, que eu sou inconsequente, irresponsável, que eu não quero nada com a vida (Dados da pesquisa: Souza, 2018).

O tipo de violência destacado pelas entrevistadas denomina-se violência verbal. A violência verbal é uma forma de violência psicológica que ataca e

agride a vítima por meio de palavras. É difícil de ser percebida e não deixa cicatrizes visíveis. A vítima vive em um mundo confuso, pois o agressor pode adotar diferentes disfarces, tratando-a bem em alguns momentos e sendo sarcástico ou indiferente em outros. O abuso verbal é um meio encontrado, pelo agressor, para manter o controle sobre a outra pessoa por meio da prepotência, humilhação, arrogância, manipulação e intimidação. A agressão verbal é uma espécie de agressão hostil (Herrera Rodas, 2004).

Este tipo de violência afeta diretamente a autoestima da mulher. Aos poucos, ela é inferiorizada e perde a capacidade de acreditar em seus valores (Orts, 2009). A mulher passa a desacreditar que possui atributos físicos e psicológicos, perde também a capacidade de identificar relações positivas com os demais, deixando de confiar nas pessoas, além de perder a capacidade de ação frente aos problemas e o autoconhecimento.

Outro tipo de violência bastante comum é a violência sexual, esta ocorre quando há tentativa de obter o ato sexual sem o consentimento da vítima, inclusive dentro de relacionamentos matrimoniais (Reis, 2008). É importante destacar que essa forma de violência frequentemente é cometida por pessoas próximas à vítima, como maridos, ex-maridos, namorados, ex-namorados, que são confiáveis para elas (Treiner, 2011). Podemos perceber exemplos de violência sexual nas falas a seguir:

Tinha a violência psicológica e tinha toda uma situação mais íntima: o sexo pelo sexo, independente da minha vontade (Dados da pesquisa: Souza, 2018).

Já fazia dois anos que eu vivia com ele e não queria mais ser mulher dele, aí foi quando ele passou a me dopar e me estuprava. É um estupro porque eu não queria mais ele de jeito nenhum. Mas eu não sabia. Ele me dopava e eu só sentia no outro dia (Dados da pesquisa: Souza, 2018).

O estupro é a forma mais evidente da dominação exercida de maneira violenta dos homens sobre as mulheres. “É também a forma mais arcaica, a partir do momento em que repousa sobre uma desigualdade dos sexos fundada numa relação de força amplamente física” (Treiner, 2011, p. 207). Segundo a autora citada, o estupro é um fenômeno calado pelas mídias em escala mundial, sendo ignorado pelos poderes públicos e estudado de maneira insuficiente. Em contrapartida, as lacunas em termos de informação e prevenção, são gritantes.

A violência patrimonial também se mostra crescente em nossa sociedade, constituindo em subtrair ou destruir pertences de outra pessoa, incluindo objetos, documentos pessoais ou bens, sem o consentimento da mulher (Reis, 2008).

Com base em Reis (2008), a violência moral envolve delitos contra a honra, como injúria, calúnia e difamação, frequentemente ocorrendo em conjunto com a violência psicológica. Esse tipo de violência é mencionado nos discursos das mulheres:

É briga por cima de briga, ele só me humilha, me pisa, só me machuca muito, tudo de negativo ele acha em mim (Dados da pesquisa: Souza, 2018).

Ele me expôs. Eu acredito que ele pagou a duas pessoas para ir à direção da empresa onde trabalho com esse papel [...] O papel diz que eu uso uma tornozeleira eletrônica e coloca entre aspas “de bandido”, que quando o cliente passava no meu caixa, que eu era operadora de caixa, eu dizia que houve problema e que pedia para repetir a operação do cartão, e quando chegava a fatura do cliente, vinham duas cobranças. [...] Eu sempre estudei e ele dizia que eu era analfabeta, que eu era burra, que não sabia de nada (Dados da pesquisa: Souza, 2018).

Durante muito tempo, a mulher foi considerada parte do patrimônio do homem. Primeiramente do pai e, em seguida, do marido. Essa relação hierárquica, estabelecida ao longo do tempo, tem se perpetuado até os dias atuais:

Uma das vezes que ele bateu no meu rosto foi no meio da rua, ele chegou e foi se queixar com meu pai, e meu pai disse: “eu vou conversar com ela”. [...] Então além da violência doméstica de um ex-marido, eu ainda tenho esse histórico com relação ao meu pai [...]. Faz sete anos que eu não tenho mais nada com ele e quatro anos que estamos divorciados, cada um tem sua certidão de divórcio, mas meu pai continua deixando ele lá e então ele cara de pau, canalha, pensa: “ah, o pai dela está gostando, quem é ela pra não aceitar?” [...] A palavra que eu consigo encontrar para o meu pai é maldade. Ele já chegou a me dizer muitas coisas pesadas e uma delas foi que eu iria pagar o preço porque eu casei contra a vontade dele. Ele também não queria meu casamento. Então é de um machismo terrível, doente, maligno, criminoso (Dados da pesquisa: Souza, 2018).

A subordinação da mulher ao homem é uma construção histórica que persiste na sociedade contemporânea (Beauvoir, 1970). Essa herança autoritária, muitas vezes não denunciada, faz parte de uma construção cultural que condiciona homens e mulheres a reproduzir desigualdades (Bertolin; Carvalho, 2010). Essa condição foi naturalizada a ponto de não causar estranhamento em algumas atitudes dos homens. Os mecanismos utilizados para manter essa cultura são eficientes a ponto de as mulheres serem vítimas de violência sem reconhecê-la como tal. A entrevistada B, ao ser questionada sobre o comportamento agressivo do ex-marido, responde:

Foram nove anos de relacionamento e depois de sete anos é que eu comecei a sentir que aquilo não era uma situação normal. Tinha a violência psicológica e tinha toda uma situação mais íntima: o sexo pelo sexo, independente da minha vontade. E tudo isso foi acumulando, e quando eu vi que tudo aquilo era uma violência, desde uma coisa mais simples, como uma ligação e querer saber com quem você está falando, aí eu vi que estava realmente dentro de uma cova de leões (Dados da pesquisa: Souza, 2018).

A desvalorização da mulher é notória na história da humanidade. O lugar da mulher na sociedade foi sempre estabelecido pelos homens, nunca por elas mesmas. Como afirma Beauvoir (1970, p. 97), “Desde a origem da humanidade, o privilégio biológico permitiu aos homens afirmarem-se sozinhos como sujeitos soberanos”, permitindo que estes desenvolvessem um comportamento hostil. O homem descobre na própria história uma superioridade, afirmando-se como essencial e fazendo do outro o inessencial, o objeto (Beauvoir, 1970).

A emoção da hostilidade aparece nos depoimentos das entrevistadas como própria dos seus agressores. Esta emoção muitas vezes pode atuar como desencadeadora de comportamentos agressivos, entendendo a agressão como atitudes de ataques ou ações que prejudiquem o outro (Abascal *et al.*, 2015). Este tipo de comportamento é assim descrito:

Ele casou porque a mãe dele tinha falecido, ele tinha sido criado por uma madrasta que ele dizia que era muito ruim para ele, então ele queria uma mulher para tomar conta dele. Então ele sentia falta de uma pessoa para tomar conta das coisas dele, tipo uma empregada. Então foi o que aconteceu: eu queria um pai para o meu filho e ele queria uma pessoa para tomar conta dele. Então casamos (Dados da pesquisa: Souza, 2018).

Eu só servia como uma pessoa útil para ele: para lavar roupa dele, fazer comida dele, cuidar do filho e satisfazer as necessidades sexuais dele. Não tinha respeito, não era valorizada, ele não respeitava os meus limites como ser humano, como mulher, como mãe (Dados da pesquisa: Souza, 2018).

A hostilidade pode ser compreendida como um impulso que faz com que a pessoa se sinta motivada a ofender a outra. Este impulso é acompanhado de uma mescla de raiva, desprezo e ressentimento, muitas vezes acompanhado de cinismo e tendência a diminuir o outro. O estudo da hostilidade possui relação direta com o estudo da agressividade e da raiva (Abascal *et al.*, 2015).

Nas palavras de Iacovella e Troglia (2003, p. 54), “la Hostilidad es el resultado de las influencias que puede haber recibido un sujeto por parte de su medio ambiente a lo largo de su vida [...] Las demás personas constituyen una fuente de amenaza y tienen intenciones malevolentes con respecto a nosotros”. Nas palavras de Abascal *et al.*:

La atribución hostil se refiere precisamente a la percepción de las otras personas como potenciales agentes amenazantes, por lo que las personas que experimentan la hostilidad son muy proclives a manifestar reacciones agresivas contra dichas personas [...] La conducta de los demás pueda ser interpretada como antagonista o amenazante y pueda servir como justificante de la hostilidad que se manifiesta de cara a las conductas antagónicas de los demás (Abascal *et al.*, 2015, p.378).

De acordo com Beauvoir (1970), a emancipação da mulher é vista por grande parte dos homens como um perigo que ameaça sua moral e interesses. Desta forma, muitos homens ainda temem a concorrência feminina. As condutas dos demais, se vistas como ameaçadoras, podem servir como desencadeadoras de comportamentos agressivos, sendo utilizadas como justificativas para comportamentos hostis.

### *Atos de violência, emoções e resiliência nas mulheres*

O ato violento contra a mulher acontece envolto a diversos fatores subjetivos, dentre eles, a emoção da surpresa. A surpresa é considerada a emoção básica mais singular e breve de todas as emoções. Ela é desencadeada quando a pessoa entra em contato com acontecimentos repentinos ou inesperados, em que a atenção e a memória se dedicam a processar o estímulo responsável pela ação (Abascal *et al.*, 2015). A surpresa se produz de forma súbita, e que desaparece com a mesma rapidez. Na fala das entrevistadas:

Pra mim foi surpresa. Eu não esperava isso daquela pessoa. Pelo que eu tinha convivido com ele, ele não demonstrava ser uma pessoa tão agressiva (Dados da pesquisa: Souza, 2018).

Eu nunca esperava por aquilo não. Pela pessoa dele eu não esperava não [...] Da primeira vez não teve como me defender porque eu não esperava. Não pensei que ele iria fazer aquela desgraça comigo não (Dados da pesquisa: Souza, 2018).

Para mim foi surpresa. Eu não esperava que isso tudo acontecesse (Dados da pesquisa: Souza, 2018).

Bisquerra (2000, p. 109) entende a surpresa como “una reacción provocada por algo imprevisto o extraño”, afirmando que ela se manifesta de maneira rápida e facilmente se combina com outras emoções, colocando a pessoa em estado de alerta em relação a possíveis acontecimentos futuros. Em suas palavras, “es la emoción más breve. Suele convierte rápidamente en otra emoción congruente con la situación que la ha desencadenado (miedo, alegría, tristeza, ira). Prepara o sujeto para afrontar acontecimientos inesperados” (Bisquerra 2000, p. 109). Nas palavras de Redorta, Obiols e Bisquerra (2006, p. 78):

Al ser una emoción tan breve, es frecuente que la sorpresa se transforme rápidamente en otra emoción. Por ejemplo, la sorpresa que sentimos al haber olvidado acudir a una cita importante, se transforma de inmediato en angustia, mientras que la sorpresa ocasionada por una fiesta de cumpleaños que nos esperábamos, rápidamente se transforma en una emoción de alegría.

A surpresa tem a função de preparar a pessoa para enfrentar de forma efetiva os acontecimentos inesperados, bem como suas consequências. Do ponto de vista evolutivo, a emoção da surpresa tem a capacidade de facilitar o processo de adaptação quanto ao inesperado (Redorta; Obiols; Bisquerra, 2006). A surpresa apresenta-se, pois, como um mecanismo de ação/reação, muitas vezes

de consequências imprevisíveis que podem levar à frustração profunda ou raiva incontrolável. Neste sentido, é natural a reação das mulheres diante dos atos de violência: surpresa, decepção e frustração.

A pessoa, quando entra em contato com a emoção da surpresa, tem a capacidade de enfrentar de forma efetiva as mudanças da vida que acontecem de forma inesperada, bem como limpar o sistema nervoso de todas as atividades que possam interferir no enfrentamento da situação (Abascal *et al.*, 2015). A este processo Gonsalves (2015) dá o nome de focalização, uma estratégia de educação emocional por meio da qual a pessoa desenvolve cenários futuros para desenvolver capacidade de dar a melhor resposta para determinada situação naquele momento.

A emoção da surpresa ativa uma capacidade de enfrentamento, já que é responsável por provocar os processos ligados à atenção, facilitar o surgimento de condutas investigativas, bem como provocar o interesse ou curiosidade por novas situações (Abascal *et al.*, 2015). Além disso, a surpresa pode colaborar no processo de desenvolvimento da capacidade de aprendizagem – ela inclusive está intimamente ligada à curiosidade – e possibilita a atribuição de novos significados às situações vivenciadas.

Considerando os depoimentos de que a violência contra a mulher ocorre, em muitos casos, de forma inesperada, estimulando a emoção da surpresa, é importante compreender as consequências disso na corporeidade. A princípio, pode-se imaginar que a mulher se surpreende e que, por ser uma emoção de pouca durabilidade no tempo, ela se esvai. Entretanto, a questão não é tão simples. A surpresa aciona processos de atenção, facilitando a aparição de condutas investigativas e de interesse por novas situações, colocando a mulher, mesmo que de forma inconsciente, em estado de alerta:

Depois, quando eu parei mesmo, quando eu saí daquela situação, que eu comecei a refletir, que eu saí daquele relacionamento, que eu comecei a refletir sobre o com-

portamento da pessoa quando estava comigo, aí foi que eu vim perceber que ele dava indícios, mas que eu estava tão cega, gostando da pessoa, que eu acabei não dando importância para aquelas coisas, que na verdade não eram atitudes pequenas, eram atitudes que estavam demonstrando quem de fato era ele (Dados da pesquisa: Souza, 2018).

A gente não pode por causa de um, fazer com que aquilo manche os demais, até porque você conviveu com aquela pessoa. Eu não posso condenar você por causa de uma situação que eu vivi com outra. Agora, claro, a experiência que você vive vai fazer com que você tenha certa cautela diante de algumas situações com outras pessoas, mas você não vai olhar para todo mundo como se fosse aquele que te favoreceu uma coisa negativa, que pode ser positiva lá na frente (Dados da pesquisa: Souza, 2018).

Nesses termos, é possível afirmar que a emoção da surpresa prepara a mulher para enfrentar acontecimentos futuros. Sendo assim, ao mesmo tempo em que a emoção da surpresa faz parte do processo de violência contra a mulher, ela também é, do ponto de vista emocional, o primeiro elemento constituinte da resiliência.

A surpresa, por colocar em alerta a mulher, colabora de forma decisiva na construção do processo de resistência à destruição (Orts, 2009), alertando sobre os embates futuros, preparando-a para agir com resistência. Neste sentido, a surpresa pode ser considerada o primeiro passo para a construção de novas interpretações da situação de violência (Madariaga, 2014).

A situação de violência, segundo as mulheres entrevistadas, também vem acompanhada da emoção do medo:

Eu sentia medo, mas eu não podia demonstrar, porque ele já chegou a me ameaçar de morte, inclusive na fren-

te dos filhos. Então eu tinha medo, mas não demonstrava aquele medo. E ele sempre tinha aquela fala assim: “ah, você acha que é assim, então procure seus direitos”. Então tinha esse tipo de coisa (Dados da pesquisa: Souza, 2018).

Mas quando eu penso em voltar pra casa eu tenho medo (Entrevistada D).

A gente sente medo né?! Mas hoje eu não tenho medo mais não, eu estou mais segura porque eu estuo aqui [no Centro de Referência Municipal] e aqui a gente recebe apoio para isso né?! Para se defender dessas coisas. Mas se eu deixar ele quer dar em mim ainda (Dados da pesquisa: Souza, 2018).

Enquanto eu estava casada, com aliança, eu tinha medo. Eu me submetia por medo, e por amor também. Por sentimento eu fiquei calada muito tempo. Aí eu comecei a pedir a Deus que me desse uma luz porque eu não tinha me casado para passar por aquilo. Eu não tinha estudado, me preparado para passar por aquilo (Dados da pesquisa: Souza, 2018).

O medo é uma reação que coloca a pessoa em alerta diante de algo ameaçador. Ao vivenciar algo que é ameaçador ou que não é familiar para a pessoa, esta passa a sentir um desconforto psicológico. Sendo um estado extremamente importante para a sobrevivência humana, o indivíduo, ao sentir medo, pode evitar se expor às situações que ameacem a própria vida. O medo pode ser compreendido como uma emoção choque que tem por objetivo preservar a vida do ser humano.

Una señal que interpretamos de un estímulo o situación con potencial suficiente para producimos algún tipo de daño, perjuicio o desequilibrio, tanto en el plano físico como en el plano psicológico. Esta señal estimula a nuestra mente y cuerpo a poner en marcha las con-

ductas y actividades (la huida, la lucha, la evitación o la resistencia) que estimamos oportunas para superar esa situación. No obstante, también puede producirse una respuesta de bloqueo, probablemente como consecuencia de la incapacidad del individuo para encontrar y/o ejecutar una de las distintas conductas que podría llevar a cabo en ese momento(...) Dependiendo de nuestras creencias y expectativas de cómo enfrentarnos a lo que nos da miedo nuestras respuestas o estrategias pueden ser activas (si afronta) o pasivas (e evita o se huye de la situación que nos da miedo). Cuanto más convencidos estemos de nuestras habilidades para regular esta emoción, más probable será que el individuo lo afronte de una manera (Navas; Bozal, 2012, p. 121-122).

O medo é uma resposta imediata do organismo diante de um perigo real ou imaginário, ativado pela percepção de uma ameaça ao bem-estar físico e/ou psicológico. A valoração do medo está relacionada à percepção de algo desagradável ou ameaçador, gerando urgência para enfrentar a situação e buscar proteção. Isso envolve a tendência de se afastar, evitar ou fugir da situação ameaçadora (Abascal *et al.*, 2015).

A emoção do medo está relacionada com a capacidade de proteção. Ela é responsável por produzir respostas adaptativas, colocando a mulher em estado de alerta, fazendo com que ela consiga detectar o perigo e responder ao mesmo (Abascal *et al.*, 2015). O medo, sendo uma emoção que indica a existência de perigo, orienta a sobrevivência, a força de viver (Conangla, 2007). É normal sentir medo diante de algo que nos ameaça (Bisquerra, 2000).

Assim, considerando que as mulheres afirmaram que a situação de violência é responsável por desencadear nelas a emoção do medo, faz-se necessário um olhar mais atento para as consequências disso no processo de superação. Enquanto resposta do sistema nervoso a situações vistas como ameaçadoras, o medo coloca a pessoa em estado de alerta. Nesses termos, pode-se afirmar

que a emoção do medo, além de atentar para situações de risco que possa acontecer, prepara a mulher para enfrentar tais situações, sendo, assim como a surpresa, um elemento constituinte da capacidade de resiliência.

Do ponto de vista da Educação Emocional, a surpresa alerta o corpo, enquanto o medo organiza para lutar ou fugir (Conangla, 2007). A Educação Emocional, de acordo com Bisquerra (2000), trata-se de um processo permanente e contínuo que tem como objetivo potencializar o desenvolvimento de competências emocionais como artefato fundamental para a evolução humana, com o intuito de melhorar o bem-estar social e pessoal. Neste sentido, o mesmo autor afirma que a educação emocional busca proporcionar o desenvolvimento das competências emocionais no sentido de contribuir para o desenvolvimento integral do ser.

Considerando os preceitos da Educação Emocional, ao criar mecanismos de defesa e ter uma atitude proativa, a mulher desenvolve resiliência diante da violência (Orts, 2009). Neste sentido, a mulher desenvolve a capacidade de enfrentamento ao avaliar realisticamente sua situação e buscar rompê-la. Esse rompimento é motivado pela busca por relações harmoniosas baseadas no respeito. Essas duas capacidades – enfrentamento e estabelecimento de vínculos harmoniosos – são essenciais para a resiliência.

A violência moral traz consigo também componentes como: difamação, injúria, calúnia, resultando na emoção da raiva. Quando nos sentimos ameaçados, tratados de maneira injusta ou desagradável, entramos em contato com a emoção da raiva.

Podendo ser uma resposta de irritação, de fúria, de ira, de cólera, a raiva é desencadeada quando nos sentimos feridos ou ameaçados e vem de um sentimento de protesto, insegurança contra algo ou alguém (Abascal *et al.*, 2015). No que diz respeito à emoção da raiva, as participantes da pesquisa afirmaram:

O que ele puder fazer para achar coisa negativa em mim, para me pisar e me humilhar, ele me pisa e me humilha. [...] Ele não é amigo meu, nunca foi. Teve um tempo que ele me olhava e dizia: “vai emagrecer, vai ajeitar esse cabelo, por que tu és tão desmantelada?” E eu ficava me sentindo a mulher mais feia do mundo [...] Raiva eu sinto muita [...] de não olhar nem para cara dele, já perdi a conta das vezes (Dados da pesquisa: Souza, 2018).

São só palavras, vagabunda, desgraça, me manda tomar naquele lugar, são os nomes que ele chama comigo [...] Tenho raiva de não olhar nem para a cara dele, já perdi a conta das vezes. Desde ontem que eu não olho nem para cara a dele de tanta raiva (Dados da pesquisa: Souza, 2018).

De vez em quando dá aquela raiva, aquela ferida dentro da gente. E daqui a pouco não tem nem como cicatrizar mais (Dados da pesquisa: Souza, 2018).

Eu sinto muita raiva dele e eu digo na cara dele que eu tenho raiva dele (Dados da pesquisa: Souza, 2018).

A emoção da raiva aparece na mulher como uma emoção autodefensiva e apresenta-se como um comportamento fundamental diante de uma ameaça. Ao entrar em contato com algo considerado ameaçador, ela mobiliza a emoção da raiva, se colocando em estado de alerta e passa a avaliar as possibilidades de enfrentamento (Abascal *et al.*, 2015).

Nas palavras de Mira y López (que compreende ser a ira o primeiro estágio desencadeado diante de uma ameaça), pode registrar a seguinte escala de intensidade:

A forma mais leve de apresentação da Ira consiste em um suave sentimento de exaltação ou “facilidade de ação”, que, por assim dizer, nos prepara para a consecução de nossos objetivos imediatos. Então enfrentamos a situa-

ção, como se costuma dizer, *decididamente*. [...] A segunda fase, surgida dos primeiros obstáculos que se acham no caminho da ação, é a fase de *protesto interior*, que marca, por sua vez, o impacto, no Eu, das resistências conflitivas, e o princípio de sua reafirmação dominante. [...] Um grau acima, e esse protesto interno adquirirá o aspecto de uma *rebelião pessoal* e constituirá o primeiro passo para a conduta *ofensiva*, que é característica da Ira. [...] O quarto grau de intensidade já nos mostra a *Ira desenfreada*: iniciada nossa ofensiva (que nós consideramos unicamente como “contra-ofensiva”), não nos detemos no justo limite senão depois de descarregarmos uma reação mais violenta e nociva que o motivo do aborrecimento. [...] O quinto nível de ação, a Ira toma o nome de *Raiva* e já se apoderou por completo da direção da conduta individual. [...] Ainda outra ascensão na orgia oriunda, e surgirá o estado de *Fúria*, durante o qual o sujeito não só perde o controle de seus atos, mas inclusive a consciência ou percepção dos mesmos (Mira y López, 2012, p. 82-83).

Quatro elementos apresentam-se como desencadeadores da raiva: frustração; acontecimentos irritantes; provocações sejam elas verbais ou não; falta de ética e injustiça. Como afirmam Abascal *et al.* (2015, p. 317), “la ira es el sentimiento que emerge cuando la persona se ve sometida a situaciones que le producen frustración o que le resultan aversivas”.

A raiva pode surgir diante de um obstáculo, ofensa ou ameaça (Conangla, 2007). É uma reação de irritação, fúria ou cólera causada pela sensação de ter nossos direitos violados (Bisquerra, 2000). Pode ocorrer em diversos contextos como conflitos familiares, sociais, políticos e religiosos (Redorta; Obiols; Bisquerra, 2006). Quando nos sentimos ameaçados ou limitados, a chama da raiva é acionada (Mira y López, 2012).

A raiva envolve avaliação, valoração e enfrentamento da situação. A novidade do estímulo gera conflitos emocionais. A valoração está relacionada ao

significado atribuído. A urgência da situação mobiliza para o enfrentamento (Abascal *et al.*, 2015). A raiva, quando vivenciada de forma adaptativa, permite à mulher desenvolver autodefesa (Educação Emocional). A emoção da raiva se manifesta “actuando como defensa en situaciones que comprometen la integridad física o la autoimagen y la propia estima” (Abascal *et al.*, 2015). Ao entrar em contato com a emoção da raiva, a mulher que possui capacidade resiliente apresenta capacidade de enfrentar e superar as adversidades, reestruturando-se. Não se trata de voltar a ser o que era antes, mas metamorfosear-se, com o olhar para uma nova direção (Cyrulnik, 2007).

Nesses termos, a mulher mostra autovalorização ao não se identificar com as desqualificações do agressor. Isso está relacionado à capacidade de metacognição, de dialogar com seus próprios pensamentos e se reinventar. Essas habilidades são parte da resiliência.

### *Considerações finais*

A violência doméstica é uma questão histórica para as mulheres, resultado do patriarcado machista que nega seus direitos. Isso leva a privação de relações respeitadas e diversas formas de violência, causando danos físicos e psicológicos. Com a presente pesquisa, foi possível perceber que emoções como surpresa, medo e raiva estão presentes nas vítimas e fazem parte da capacidade resiliente, permitindo que elas resistam, se fortaleçam e adotem atitudes proativas.

Neste sentido, emergem do trabalho novas indagações: a surpresa, o medo e a raiva são as únicas emoções que compõem a capacidade resiliente das mulheres? No momento da ruptura propriamente dita, quando as mulheres se distanciam fisicamente dos agressores, separando-se, qual é a emoção que prevalece? É possível dizer que a resiliência nas vítimas de violência é um *continuum* que se estrutura no interior do próprio ato de agressão, transcendendo-o?

As emoções identificadas até então permitem afirmar que, ao experimentar uma situação de violência, as mulheres colocam em movimento um conjunto de capacidades como: autovalorização (reconhecendo-se como uma pessoa capaz de enfrentar o problema, nutrindo por si uma percepção positiva); aprendizagem (atribuindo significado às situações vivenciadas, abrindo-se para aprender com experiências passadas) e metacognição (desenvolvendo capacidade de dialogar com suas crenças e pensamentos reelaborando-as), capacidades essas que organizam e dão vida ao enfrentamento da situação. Estas capacidades integram o constructo da resiliência.

Diante do que foi exposto, significa que a semente do rompimento da situação de violência, do ponto de vista da Educação Emocional, encontra-se no próprio ato violento e que as emoções da surpresa, do medo e da raiva podem atuar como protetivas da mulher. Entretanto, é importante empreender novos estudos e pesquisas no sentido de identificar em que momento deste processo a capacidade de estabelecer metas exequíveis (organizar ações concretas buscando atingir os objetivos estabelecidos, no caso, a saída da situação de violência) e capacidade de colocar em movimento atitudes proativas (perceber o problema como um desafio, colocando-se como protagonista no processo de transformação da situação) emergem, tendo em vista que elas também constituem o cerne da resiliência e, junto com as demais capacidades identificadas, podem promover uma mudança significativa na condição das mulheres.

### *Referências*

ABASCAL, Enrique Garcia Fernández; GARCÍA RODRÍGUEZ, Beatriz; JIMÉNEZ SÁNCHEZ, María Pilar; MARTÍN DÍAZ, María Dolores; DOMÍNGUEZ SÁNCHEZ, Francisco Javier. *Psicología de la emoción*. Madrid: Editorial Universitaria Ramón Areces, 2015.

BEAUVOIR, Simone. *O segundo sexo - A experiência vivida*. Tradução de Sérgio Millet. 4. ed. São Paulo: Difusão Europeia do Livro, 1970.

BERTOLIN, Patrícia; CARVALHO, Suzete. A segregação ocupacional da mulher: será a igualdade jurídica suficiente para superá-la? *In*: BERTOLIN, Patrícia Tuma Martins; ANDREUCI, Ana Cláudia Pompeu Torezan (Orgs.). *Mulher, sociedade e direitos humanos*. São Paulo: Rideel, 2010. p. 179-210.

BISQUERRA, Rafael. *Educación emocional y bienestar*. 6. ed. Barcelona: Práxis, 2000.

BOGDAN, Robert; BIKLEN, Sari. *Investigação qualitativa em Educação: uma introdução à teoria e aos métodos*. Porto: Porto Editora, 1994.

BOLZAN, Jose. Aproximações sobre hermenêutica e educação. *Aprender, Vitória da Conquista*, v. 2, n. 3, p. 19-32, 2004.

BRASIL. Política Nacional de enfrentamento à Violência contra as Mulheres. Secretaria Nacional de Enfrentamento à Violência contra as Mulheres/ Secretaria de Políticas para as Mulheres. Política Nacional de enfrentamento à Violência contra as Mulheres. Brasília, 2011.

BROOKS, Robert; GOLDSTEIN, Sam. *El poder de la resiliência*. Barcelona: Paidós, 2004.

CARAPIA, Julia del Carmen Chavéz. Mujeres, género y violencia una visión nacional: el caso de México. *In*: BRABO, Tânia Suely Antonelli Marcelino (Org.). *Mulheres, gênero e violência*. São Paulo: Cultura Acadêmica, 2015. p. 37-46.

CARVALHO, Maria Eulina Pessoa. Violência na escola: o que isso tem a ver com violência de gênero? *In*: ANDRADE, Fernando (Org.). *ESCOLA: faces da violência, faces da paz*. João Pessoa: Editora Universitária da UFPB, 2012. p. 87-112.

CONANGLA, Maria Mercè. *Crisis emocionales: La inteligencia emocional aplicada a situaciones limite*. Barcelona: AMAT Editorial, 2007.

CRESWELL, John. *Investigação qualitativa e projeto de pesquisa: escolhendo entre cinco abordagens*. 3. ed. Porto Alegre: Penso, 2014.

CYRULNIK, Boris. *Los patitos feos: la resiliencia: una infancia infeliz no determina la vida*. 9. ed. Barcelona: Gedisa, 2007.

FONTANELLA, Bruno Jose Barcellos; LUCHESI, Bruna Moretti; SAIDEL, Maria Giovana Borges; RICAS, Janete; TURATO, Egberto Ribeiro; MELO, Débora Gusmão. Amostragem em pesquisas qualitativas: proposta de procedimentos para constatar saturação teórica. *Cad. Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 27, n. 2, p. 389-394, fev. 2011. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0102-311X2011000200020>.

GONSALVES, Elisa Pereira. *Educação e emoções*. Campinas: Editora Alínea, 2015.

HERRERA RODAS, Claudia Lorena. El abuso verbal dentro de la violencia doméstica. *Med. Leg.*, Costa Rica [online], v. 21, n. 1, p. 45-90, 2004.

HONADA, Heloisa; D'Oliveira Ana Paula Pires Lucas; SCHRAIBER, Lilia Blima. Os psicólogos na rede de assistência a mulheres em situação de violência. *Estudos Feministas*, Florianópolis, v. 18, n. 1, p. 33-59, 2010. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0104-026X2010000100003>.

IACOVELLA, Jorge; TROGLIA, Marisa. La hostilidad y su relación con los trastornos cardiovasculares. *Psico-USF*, v. 8, n. 1, p. 53-61, jan./jun.2003.

MADARIAGA, José Maria. La construcción social de la resiliencia. In: MADARIAGA, José María. *Nuevas miradas sobre la resiliencia: ampliando ámbitos e prácticas*. Barcelona: Gedisa, 2014. p. 11-30.

MASINI, Fortes Elcie Salzano. Enfoque fenomenológico de pesquisa em Educação. In: FAZENDA, Ivani (Org.). *Metodologia de pesquisa educacional*. 4. ed. São Paulo: Cortez, 1997. p. 61-67.

MIRA y LOPEZ, Emilio. *Quatro gigantes da alma – o medo, a ira, o amor, o dever*. Rio de Janeiro: José Olympio, 2012.

MOREIRA, Daniel Augusto. *O método fenomenológico na pesquisa*. São Paulo: Pioneira Thomson, 2002.

NAVAS, José Miguel Martin; BOZAL, Rócio Guil. *La regulación de las emociones*. Madrid: Ediciones Pirámide, 2012.

ORTS, Joan Vaello. *El profesor emocionalmente competente: un puente sobre <<aulas>> turbulentas*. 1. ed. Barcelona: Graó, 2009.

PIAGGIO, Ana Maria Rodríguez. Resiliencia. *Revista Psicopedagogia*, São Paulo, v. 26, n. 80, p. 291-302, 2009. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-84862009000200014](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-84862009000200014). Acesso em: 22 jan. 2017.

POURTOIS, Jean-Pierre. Los recursos de la resiliencia. In: MADARIAGA, José María (Org.). *Nuevas miradas sobre la resiliencia: ampliando ámbitos e prácticas*. Barcelona: Gedisa, 2014. p. 69-84.

PREFEITURA MUNICIPAL DE JOÃO PESSOA. Centro de Referência da Mulher Ednalva Bezerra, 2023. Disponível em: <https://www.joaopessoa.pb.gov.br/servico/centro-de-referencia-da-mulher-ednalva-bezerra/>. Acesso em: 25 jul. 2024.

REDORTA, Josep; OBIOLS, Maritxell; BISQUERRA, Rafael. *Emoción y conflicto. Aprenda a manejar las emociones*. Barcelona: Paidós, 2006.

REIS, Carolina Elohá Stumpf. *A evolução da problemática da violência de gênero na legislação brasileira*. 2008. Dissertação (Mestrado em Direito) – Universidad de La Empresa de Montevideo, Porto Alegre, 2008.

RICHARDSON, Roberto Jarry. *Pesquisa Social: métodos e técnicas*. São Paulo: Atlas, 1999.

SAAVEDRA, Eugenio. La construcción de la respuesta resiliente, un modelo y su evaluación. In: MADARIAGA, José María (Org.). *Nuevas miradas sobre la resiliencia: ampliando ámbitos e prácticas*. Barcelona: Gedisa, 2014. p. 111-130.

SAFFIOTI, Heleieth Iara Bongiovani. *Violência contra a mulher e violência doméstica. Gênero, democracia e sociedade brasileira*. Rio de Janeiro: Editora Fundação Perseu Abramo, 2002.

TREINER, Sandrine. Os crimes de “honra” na Europa. In: OCKRENT, Christine; TREINER, Sandrine. *O Livro Negro da Condição das mulheres*. Rio de Janeiro: DIFEL, 2011. p. 118-121.

TRIGUEIRO, Tatiane Herreira; LABRONICI, Liliana Maria; MERIGHI, Miriam Aparecida Barbosa; RAIMONDO, Maria Lúcia. O processo de resiliência de mulheres vítimas de violência doméstica: uma abordagem qualitativa. *Cogitare Enfermagem*, Curitiba, v. 19, n. 3, p. 443-453, jul./set. 2014.

VANISTENDAEL, Stefan. Resiliencia: el reto del cambio de mirada. In: MADARIAGA, José María (Org.). *Nuevas miradas sobre la resiliencia: ampliando ámbitos e prácticas*. Barcelona: Gedisa, 2014. p. 53-67.

*Recebido em: 19 de outubro de 2023*

*Aprovado em: 08 de janeiro de 2025*