

# VIOLÊNCIA OCULTA, DEPENDÊNCIA E RELACIONAMENTOS DESTRUTIVOS: A MULHER COMO VÍTIMA DE SUAS ESCOLHAS

MARGARETH DE MELLO FERREIRA DOS REIS

## RESUMO

*Configura violência contra mulher qualquer ação baseada no gênero que lhe cause sofrimento físico, sexual ou psicológico, inclui ofensas e humilhações. É o que diz a lei brasileira. Porém, muitas mulheres não se reconhecem como vítimas desse tipo de violência e não a denunciam. Perpetuam relacionamentos disfuncionais e repetem escolhas por homens abusadores ou com problemas como vícios, recusa ao trabalho e outros. Este artigo analisa essas situações, e mostra como a violência verbal, por não deixar marcas visíveis, favorece a instalação de relacionamentos de dependência emocional e a realização de más escolhas repetidas. O processo terapêutico pode ajudar a quebrar esse ciclo vicioso.*

**Palavras-chave:** *mulheres maltratadas; delitos sexuais; violência doméstica*

## VIOLÊNCIA VERBAL: SEM MARCAS VISÍVEIS

No Brasil, em 7 de agosto de 2006, foi promulgada a Lei nº 11.340, conhecida como Maria da Penha, “que dispõe sobre mecanismos para coibir a violência doméstica e familiar contra a mulher” (Brasil, 2010).

No artigo 5 consta que “Para os efeitos desta, Lei, configura violência doméstica e familiar contra a mulher qualquer ação ou omissão baseada no gênero que lhe cause morte, lesão, sofrimento físico, sexual ou psicológico e dano moral ou patrimonial”. E no artigo 6 encontramos que “constitui uma das formas de violação dos direitos humanos”.

O capítulo II, artigo 7, dispõe sobre as formas de violência doméstica e familiar contra a mulher:

“... a violência física, entendida como qualquer conduta que ofenda sua integridade ou saúde corporal...”

...a violência psicológica, entendida como qualquer conduta que lhe cause dano emocional e diminuição da autoestima ou que lhe prejudique e perturbe o pleno desenvolvimento ou que vise degradar ou controlar suas ações, comportamentos, crenças e decisões, mediante ameaça, constrangimento, humilhação, manipulação, isolamento, vigilância constante, perseguição contumaz, insulto, chantagem, ridicularização, exploração e limitação do direito de ir e vir ou qualquer outro meio que lhe cause prejuízo à saúde psicológica e à autodeterminação...

... a violência sexual, entendida como qualquer conduta que a constranja a presenciar, a manter ou participar de relação sexual não desejada, mediante intimidação, ameaça, coação ou uso da força...

... a violência moral, entendida como qualquer conduta que configure calúnia, difamação ou injúria...”

Com todas essas medidas, era de se esperar que aumentassem as punições àqueles que violentassem as mulheres nos quesio-

tos dispostos na lei. No entanto, isso não aconteceu.

O Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada – IPEA divulgou, para a imprensa brasileira, o surpreendente resultado da pesquisa sobre homicídios cometidos contra a mulher por conflito de gênero: não teve impacto no número de mortes por violência contra a mulher (Garcia *et al.*, 2013).

A taxa de mortalidade por 100 mil mulheres no período de 2001 a 2006 era de 5,28, e a média caiu somente para 5,22 no período após 2006 (quando a lei entrou em vigor) sem diferença significativa. No entanto, esse estudo do IPEA tratou somente desta consequência final da violência contra a mulher, que é a morte, enquanto o conceito de violência, como pode ser visto na Lei, abrange uma ampla gama de atos, que apenas passam pela agressão física, mas se iniciam na violência verbal e emocional.

Esse tipo de violência é mais comum do que imaginamos e não deixa marcas na pele: ela é praticada de maneira silenciosa, às vezes só por olhares, gestos ou “piadas”, aparentemente inofensivas em relação à vítima, palavras que ridicularizam, acusam, cobram ou colocam a



Respostas que fazem a diferença.

mulher em situações públicas de exposição negativa da sua imagem, e que, se não deixam sinais físicos, produzem cicatrizes profundas na alma.

Justamente por não provocar danos físicos ou incapacitantes, a violência verbal contra a mulher nem sempre é identificada como tal pela própria vítima, que suporta as agressões por muito tempo, sem conseguir traduzir o próprio desconforto em palavras ou ter forças ou recursos emocionais para denunciar seu agressor ou para procurar ajuda.

## ENFRAQUECER PARA DOMINAR: A RELAÇÃO DE DEPENDÊNCIA

Comentários como “está na hora de perder alguns quilos” ou “você faz tudo errado!” podem parecer inofensivos, entretanto, são uma forma de violência psicológica. O período em que suporta as agressões verbais e emocionais sem compreendê-las como tal e sem reagir ajuda a perpetuar um ciclo crescente de violência, que pode chegar ao extremo denunciado na pesquisa do IPEA, ou, paralelamente, perpetuar escolhas por relacionamentos inadequados, como explicaremos adiante. Para entender como esse sistema de violência verbal esconde relacionamentos destrutivos e de dependência emocional, é preciso examinar por que o homem agride a mulher.

Enfraquecer a vítima, inferiorizá-la, fragilizá-la são estratégias (muitas vezes até inconscientes) das quais o agressor se utiliza para poder se sentir superior e necessário na vida da mulher, desse modo ele planta a semente da dependência. Para ambos, vítima e agressor, fica escancarada a condição de reduzida autoestima: se por um lado ela não reconhece que pode viver sem ser humilhada, por outro, o agressor a cobre de crítica e expõe seus defeitos como forma de se sentir superior ao diminuí-la. Ironicamente, a elevada capacidade dela de suportar as frustrações funciona como complemento perfeito à baixíssima capacidade dele de tolerar frustrações: no fundo, ele também tem baixa autoestima.

Ao destruir a autoestima da vítima, o agressor torna difícil para ela identificar que se tornou refém, assim, o ciclo vicioso fica perpetuado. Não raro, a vítima adoce psicologicamente em consequência da ambiguidade de sentimentos que experimenta: ora por ser tratada como fraca e incompetente, ora como alguém que é amada incondicionalmente, “apesar de seus defeitos”. Ela acredita que a sua felicidade depende de alguém, tende a não se valorizar e a aceitar qualquer tipo de relação para preencher suas carências afetivas. A relação de dependência (emocional, e não econômica) se consolida.

Há grande dificuldade de muitas vítimas para perceber o momento em que essa dominação passou a reger o relacionamento a dois. A agressão oculta mostra um sentimento de posse do homem sobre a mulher, que pro-

cura fazer de tudo para afastá-la do convívio com os outros, como se a companheira fosse propriedade exclusiva dele. Dessa forma, ao afastá-la da visão de outras pessoas, seus comportamentos abusivos e os sintomas de que as coisas não vão bem não são percebidos. Assim, nem ela pede socorro, nem a ajuda pode ser oferecida de fora.

## A MÁ ESCOLHA REPETIDA

Se não conseguem nem reconhecer a violência verbal e emocional como violência, as vítimas, sempre, tendem a se sentir atraídas e a fazer escolhas por relacionamentos complicados. Ao não perceber o potencial destrutivo de uma pessoa ou de uma relação, as vítimas aceitam manter o relacionamento e nunca tomam a iniciativa de se afastar. Quando a história termina por qualquer outro motivo, fazem a segunda, terceira, quarta escolha iguaizinhas à primeira. Essas são mulheres sempre vistas ao lado de homens “complicados”: viciados, que não gostam de trabalhar, abusadores, agressivos. Entre tantas outras opções mais saudáveis, elas escolhem repetir e repetir.

Muitas mulheres se sentem incapazes de se separar desse tipo de homem por não quererem aceitar que erraram em sua escolha. Outras encaram o casamento como um sacrifício necessário, obrigatório. Há ainda entre elas, aquelas que acreditam que é melhor estar mal acompanhadas do que só.

Muitas vezes, elas vêm de famílias em que os mesmos conflitos faziam parte do seu cotidiano e, assim, repetem essas situações nos envolvimento atuais, como se não existissem outras saídas. Mesmo que inconscientemente, essas interpretações dos acontecimentos da vida pessoal motivam as escolhas de parceria amorosa. Qualquer uma dessas condições revela, de novo, a falta de autoconfiança feminina para fazer uma mudança da posição de reagente para a de agente da própria história.

Sempre é tempo de rever as escolhas. O primeiro passo para livrar-se de uma relação destrutiva é reconhecer o problema e decidir dar um fim à situação. O processo terapêutico pode ajudar a vítima a entrar em contato com os próprios sentimentos e motivações que a levam a se manter constantemente em relações disfuncionais, a eliminar idealizações sobre o outro e sobre si mesma.





## REFERÊNCIAS

Brasil. Lei Maria da Penha: Lei nº 11.340, de 7 de agosto de 2006, que dispõe sobre mecanismos para coibir a violência doméstica e familiar contra a mulher. Brasília: Câmara dos Deputados; Câmara; 2010. (Série ação parlamentar: n.422), p.11-5.

Garcia LP, Freitas LRS, Silva GDM, Höfelmann DA. Violência contra a mulher: feminicídios no Brasil. Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada – IPEA. Disponível em:

[http://www.ipea.gov.br/portal/images/stories/PDFs/130925\\_sum\\_estudo\\_feminicidio\\_leilagarcia.pdf](http://www.ipea.gov.br/portal/images/stories/PDFs/130925_sum_estudo_feminicidio_leilagarcia.pdf). Acessado em 2013



**Margareth de Mello Ferreira dos Reis:** *Psicóloga; Doutora em Ciências pela Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo; Mestre em Educação, Arte e História da Cultura pela Universidade Presbiteriana Mackenzie; Especialista em Sexualidade Humana pela Sociedade Brasileira de Estudos da Sexualidade Humana (SBRASH)/Faculdade de Medicina do ABC (FMABC); Psicóloga Clínica e Terapeuta Sexual no Instituto H. Ellis; Psicóloga colaboradora no Ambulatório da Unidade de Medicina Sexual da Disciplina de Urologia da FMABC e Coordenadora do Curso de Pós-Graduação lato sensu da FMABC, São Paulo, Brasil.*

E-mail: [margarethreis@uol.com.br](mailto:margarethreis@uol.com.br)