

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SÃO PAULO
FACULDADE DE CIÊNCIAS HUMANAS E DA SAÚDE
CURSO DE PSICOLOGIA

ALESSANDRA NARDELLI R. LEITE

**ABUSO PSICOLÓGICO EM RELACIONAMENTOS
CONJUGAIS: O uso da internet como busca de
apoio emocional**

SÃO PAULO
2017

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SÃO PAULO
FACULDADE DE CIÊNCIAS HUMANAS E DA SAÚDE
CURSO DE PSICOLOGIA

ALESSANDRA NARDELLI R. LEITE

ABUSO PSICOLÓGICO EM RELACIONAMENTOS
CONJUGAIS: O uso da internet como busca de apoio
emocional

Trabalho de conclusão de curso como exigência
parcial para graduação no curso de Psicologia, sob
orientação do Prof. Dr. Plínio de Almeida Maciel
Junior.

SÃO PAULO
2017

Ao meu querido orientador Plínio de Almeida Maciel Jr, que sempre me ajudou e colaborou para a realização deste trabalho.

Agradeço também a todos os professores do curso de Psicologia da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo que foram essenciais ao longo desta jornada.

Aos meus pais, irmãos e ao meu namorado, com quem amo partilhar a vida e que me fizeram acreditar que com foco e dedicação os sonhos podem se tornar realidade.

Obrigada pela paciência, apoio e carinho, pois sem a ajuda de vocês não chegaria onde estou hoje.

RESUMO

ABUSO PSICOLÓGICO EM RELACIONAMENTOS CONJUGAIS: o uso da internet como busca de apoio emocional.

Grande Área: 7.00.00.00-0 – Ciências Humanas

Área: 7.07.00.00-1 – Psicologia

Orientador: Prof. Dr. Plínio de Almeida Maciel Júnior / Departamento de Psicologia do Desenvolvimento/ Faculdade de Ciências Humanas e da Saúde (FACHS)/ p_macieljr@pucsp.br

Orientando: Alessandra Nardelli Rodrigues Leite / Psicologia/ alenardelli.puc@gmail.com

O abuso psicológico nos relacionamentos afetivos adultos é um tema relevante no âmbito social atual. O tema está ganhando espaços cada vez maiores na mídia social e perpetuando informações até então desconhecidas. A presente pesquisa teve por objetivo compreender alguns dos motivos pelos quais as mulheres que sofrem abuso psicológico permanecem nestes relacionamentos abusivos e que tipos de apoio buscam nas redes sociais para enfrentar tal situação. A teoria do apego deu suporte às análises desenvolvidas. Como objetivo secundário o trabalho propôs entender o papel das mídias sociais e o benefício que estes meios de comunicação fornecem para as vítimas que sofrem abuso psicológico. Foi adotada como estratégia metodológica a análise de cinco relatos publicados anonimamente na página: “Será que meu relacionamento é abusivo? ”, disponível em uma rede social de grande impacto no Brasil. Além disso, também foram selecionados e analisados alguns comentários relativos a estas postagens. A análise dos resultados indicou aspectos comuns entre mulheres que sofrem violência psicológica. Como hipótese, concluiu-se que as depoentes provavelmente apresentam um estilo ambivalente de apego. Em relação aos comentários analisados, os mesmos parecem servir de acolhimento para as mulheres que se encontram nesta situação de vulnerabilidade emocional, pois a grande maioria das mulheres que postam tais comentários já passou ou está passando por situações parecidas. A discussão aqui apresentada denota o quanto os espaços das redes sociais têm favorecido às mulheres que passam por experiências de abuso e a oportunidade de compartilharem suas histórias, refletirem sobre suas vidas e alertarem outras mulheres para um problema que pode atingir muitas delas. Por outro lado, também levanta outras questões, como, por exemplo, que outros espaços para além das mídias sociais têm sido ofertados para o acolhimento e auxílio a estas mulheres? Como são divulgados? Por que elas não os procuram?

palavras-chaves: abuso psicológico; relacionamentos conjugais; teoria do apego; rede social.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO.....	6
2	CAPÍTULO 1 - A TEORIA DO APEGO COMO EMBASAMENTO TEÓRICO PARA EXPLICAR O SUBMETIMENTO A COMPORTAMENTOS ABUSIVOS.....	14
3	CAPÍTULO 2 - A INTERNET COMO BUSCA DE APOIO.....	20
4	MÉTODO.....	25
5	ANÁLISE:.....	27
5.1	Algumas considerações sobre os depoimentos a partir do referencial da Teoria do Apego.....	35
6	CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	39
7	REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	41

1 INTRODUÇÃO

O abuso físico e psicológico contra a mulher em relacionamentos conjugais vem sendo constantemente colocado em discussão, principalmente através da crescente expressão de movimentos sociais que defendem as causas femininas.

Conforme Sartin et al¹, citados por Machado e Matos (2012), “o abuso envolve qualquer ato ou conduta abusiva a nível físico, psicológico ou sexual entre adultos que estejam casados, coabitem ou tenham tido um relacionamento íntimo” (p.8). De acordo com Ravazzola (1997), citado por Narvaz e Koller (2006), a violência conjugal pode ser entendida como a violência contra a mulher cometida pelo parceiro no contexto de uma relação afetiva e sexual, independentemente de ser relação estável legalizada. Compreendemos, portanto, que neste tipo de dinâmica relacional predomina o abuso de poder de uma pessoa sobre a outra, fazendo o uso de violências tanto físicas quanto emocionais e psicológicas.

Inicialmente, a presente proposta estava voltada para o entendimento de relacionamentos heterossexuais nos quais tanto o homem quanto a mulher exercessem o papel de abusador, porém, foram encontrados poucos estudos sobre o homem na condição de vítima de violência conjugal e especialmente de abuso psicológico.

Quanto à violência contra a mulher, nos estudos nacionais com dados divulgados pela central de atendimento à mulher no ano de 2015, do total de relatos, 50,16% foram de violência física; 30,33% violência psicológica; 7,25% violência moral; 2,10% violência patrimonial; 4,54% violência sexual; 5,17% cárcere privado; e 0,46% referiram-se a tráfico de pessoas. Em praticamente metade dos registros (49,54%) o tempo de relacionamento entre vítima e agressor/a é de mais de cinco anos (BRASIL, 2015).

Segundo Machado e Matos (2012), “ a identificação e o reconhecimento dos homens como vítimas de violência na intimidade desafiam fortemente uma

¹ Sartin, R.; Hansen, D.; Huss, M. Domestic violence treatment response and recidivism: A review and implications for the study of family violence. *Aggression and Violent Behavior*, v. 11, n. 5, p. 436-440, 2006.

sociedade em que o sexo masculino é encarado como econômico, social e politicamente dominante” (p.8). Historicamente, a assunção tem sido a de que as mulheres sofrem mais lesões físicas e psicológicas do que os homens, como resultado da violência na intimidade. No entanto, foi encontrada uma análise bibliométrica no artigo de Cezario e Lourenço (2013) que focaliza a violência contra o homem em outros países e no Brasil. Nesta análise, foi apresentado um crescente corpo de pesquisas que documenta a expressão deste tipo de violência sobre os homens, considerando-o um problema social relevante e merecedor de atenção em si mesmo. No Brasil há também alguns autores que desenvolveram pesquisas nessa nova perspectiva de vítima e agressor (ALVIM e SOUZA, 2005; ZALESKI, PINSKY, LARANJEIRA, RAMISETTY-MIKLER e CAETANO, 2010).

Em contrapartida, de acordo com o estudo de Heise (1999), citado por Schraiber e Oliveira (2008), ainda há culturas que fortalecem o ideal de que homens têm o direito de controlar o comportamento de suas esposas, podendo puni-las se elas os contestarem. A justificativa para isso muitas vezes está relacionada aos padrões de comportamento de gênero: espera-se das mulheres que cuidem da casa e dos filhos e obedeçam o homem, que deve manter a imagem de “chefe e provedor familiar”. Se o homem avaliar que a mulher não está cumprindo o papel que ele espera dela, pensa ter o direito de agir violentamente para com ela. Os papéis estereotipados de gênero veiculados pela cultura através da família tornam invisível tanto a produção quanto a reprodução da subordinação feminina, solo fértil para a ocorrência de abusos (NARVAZ e KOLLER, 2006).

As autoras Machado e Mattos (2012) aprofundaram-se nos estudos sobre a violência na intimidade e encontraram nos estudos de Dobash e Dobash (1979)², Eisikovits e Bailey (2011)³, Archer (2000)⁴, Dutton e Nicholls (2005)⁵, Lewis e

² Dobash, R.; Dobash, E. Women's violence to men in intimate relationships: Working on a puzzle. *British Journal Criminology*, n. 44, p. 324-349, 2004.

³ Eisikovits, Z.; Bailey, B. From dichotomy to continua: Towards a transformation of gender roles and interventions goals in partner violence. *Aggression and Violent Behavior*, n. 16, p. 340-346, 2011.

⁴ Archer, J. Sex differences in aggression between heterosexual partners: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, n. 126, p. 651-680, 2000.

⁵ Dutton, D.; Nicholls, T.; Spidel, A. Female perpetrators of intimate abuse. *Journal of Offender Rehabilitation*, v. 41, n. 4, p. 1-31, 2005.

Sarantakos (2001)⁶, Hines e Douglas (2010)⁷ e Smith (2008)⁸ que “com os movimentos feministas, estes começaram por influenciar o estudo do fenômeno da violência na intimidade identificando os homens como os agressores primários, sendo as mulheres apenas suas vítimas” (p.9). Além disso, as autoras ressaltam que

A perspectiva feminista está comprometida com a visão de que a violência na intimidade é um produto do modelo patriarcal e, assim sendo, uma atividade exclusivamente masculina através da qual as mulheres são subordinadas, dominadas e controladas pelos homens (Dutton e Nicholls, 2005, p.9)

As autoras concluem que a violência infligida pelas mulheres em relação aos maridos ou companheiros é expressão de sua autodefesa ou resultado dos anos a que foi submetida à violência por estes homens (MACHADO e MATTOS, 2012).

Os adultos que aceitam essa violência na intimidade podem ser os mesmos que em sua infância observaram, foram vítimas ou foram expostos a altos níveis de violência familiar. Macedo (1997), citado por Vicente (1999), afirma que esses dramas cíclicos e recorrentes, altamente resistentes a mudanças, estão associados à falta de diferenciação de cada cônjuge em relação às suas famílias de origem. Esses casais buscam um final diferente, embora o perigo seja de que as cenas ruins tendam a se repetir.

Madanes (1992), citado por Vicente (1999), afirma que existe uma ligação direta entre o amor e a violência, pois, na medida em que ele é mais intenso, mais próximo está da violência, no sentido da possessividade intrusiva. Similarmente, quanto mais ligado e dependente se está do objeto da violência, mais intensa será a violência. Mulheres nesta situação costumam ter um histórico de relações inseguras e vínculos familiares disfuncionais. Segundo Gheler (1995, apud Vicente, 1999), “o apego inseguro do passado pode ser caracterizado por uma postura de expectativa da ação do outro para garantir-lhes proteção e segurança” (p.54).

⁶ Lewis, A.; Sarantakos, S. Domestic violence and the male victim. *Nuance*, n. 3, p. 1-15, 2001.

⁷ Hines, D.; Douglas, E. Intimate terrorism by women towards men: Does it exist? *Journal of Aggression Conflict and Peace Research*, n. 2, p. 36-56, 2010.

⁸ Smith, M. Does anybody care if women beat up men? *South African Journal of Psychiatry*, v. 14, n. 3, p. 68-70, 2008.

De acordo com o Conselho da Europa (Council of Europe, 2008), violência contra a mulher

é entendida como "qualquer ato de violência baseada no gênero que resulte ou seja susceptível de resultar em danos ou sofrimentos físicos, sexuais ou psicológicos para as mulheres, incluindo ameaças de tais atos, coação ou privação arbitrária de liberdade, seja na vida pública ou privada" (*Tradução livre do autor*)⁹

Pesquisas indicam haver um padrão de transmissão das experiências de violência ao longo das gerações, no qual mulheres vítimas de violência conjugal presenciaram também a vitimização de suas mães na infância (NARVAZ e KOLLER, 2006). Sob uma perspectiva psicanalítica, as relações amorosas vividas estão totalmente interligadas com o passado do indivíduo, com suas experiências afetivas e as relações íntimas com os pais: "o sentimento adulto é visto como um produto que se desenvolve nos indivíduos dentro do processo natural de desenvolvimento do ser humano" (Vicente, 1999, p. 47).

Quando nos deparamos com violência conjugal, é importante prestarmos atenção também na dinâmica familiar do agressor, que a partir das suas vivências na infância podem reproduzi-las quando adulto, devido à má elaboração das relações construídas com seus familiares no passado. Macedo (1997, apud Vicente, 1999) ressalta que

A violência interpessoal é medida por processos intrafamiliares de complexidade variada (...). A violência familiar parece funcionar como um processo homeostático em famílias rígidas e, conseqüentemente, com dificuldades para se adaptarem às mudanças de demanda, do próprio processo desenvolvimental da criança e dos próprios cônjuges no ciclo vital (p.38).

Segundo Vicente (1999), os relacionamentos violentos mantidos dentro das famílias apontam para o caráter multidimensional dessas interações que são permeadas pelos conceitos de poder e gênero.

⁹ "Violence against women' is understood as "any act of gender-based violence, which results in, or is likely to result in, physical, sexual or psychological harm or suffering to women, including threats of such acts, coercion, or arbitrary deprivation of liberty, whether occurring in public or private life".

Neste trabalho, o referencial teórico será a teoria do apego, proposta por Bowlby (1989), para contribuir com as explicações sobre de onde advém estes comportamentos caracterizados como abusivos. Segundo Jonh Bowlby (1998):

Estados de angústia e depressão que se manifestam na idade adulta podem estar associados a estados de angústias, desespero e desapego, que facilmente se manifestam quando uma criança se separa por largos períodos de sua figura materna. Na vida madura, é extremamente difícil perceber que os distúrbios emocionais estão associados a experiências pessoais, sejam as do momento, sejam as do passado (Bowlby, 1998, p. 5).

Bowlby (1998) ressalta também que o comportamento de apego de um indivíduo em relação às outras pessoas é orientado à medida que sua personalidade se desenvolve:

Sempre que um indivíduo tem a certeza de que uma figura de apego estará acessível quando a desejar, esse indivíduo será menos sujeito a medo intenso ou crônico do que um outro indivíduo que, por esta ou aquela razão, não tem a mesma certeza. A confiança ou a falta de confiança em que a figura de apego estará acessível e corresponderá desenvolve-se lentamente, durante os anos de imaturidade, e, uma vez desenvolvida, as expectativas tendem a persistir mais ou menos inalteradas pelo resto da vida (Bowlby, 1998, p.375).

Hazan e Shaver (1987) citado por Montelli e Pinheiro (2011), estudaram sobre o apego e o amor romântico e propõem que as relações amorosas são um processo de apego, comentando que o retrato do amor elaborado pela teoria inclui emoções tanto positivas quanto negativas como, por exemplo: o medo da intimidade, ciúmes, altos e baixos emocionais, e as dificuldades no cuidado expresso para com outras pessoas.

Em relação ao abuso psicológico em si mesmo, segundo os autores Straus e Sweet (1992), citado por Paiva e Figueiredo (2003), o abuso psicológico é definido como “um padrão de comunicação, quer verbal ou não verbal, com a intenção de causar sofrimento psicológico na outra pessoa, ou que é percebido como tendo essa intenção” (p.169). Miller (1999) defende a ideia de que o abuso emocional assume muitas formas diferentes no caminho para o objetivo do poder e todas elas destroem aos poucos o auto-respeito e a autoestima da mulher. Segundo a autora, uma característica comum àqueles que praticam abusos emocionais é que possuem a habilidade de encontrar o ponto fraco do parceiro, usando-o para

contemplar desejos, sejam estes de controle ou autonomia, com o objetivo de abalar a segurança do outro, podendo torná-lo inseguro.

Nos estudos de Rush (2000), citado por Paiva e Figueiredo (2003), o autor defende que as mulheres que foram vítimas de abuso no contexto da relação com o companheiro recorrem mais a serviços médicos, têm maior taxa de absenteísmo, ficam mais dias de cama e exibem mais sintomas de stress e depressão, assim como ideação e/ou tentativas de suicídio, stress pós-traumático, baixa autoestima, abuso de álcool e outras drogas.

Já Miller (1999) defende que a mulher vítima de abuso psicológico geralmente entra em uma depressão clínica que provoca sintomas como perda de iniciativa, resignação, incapacidade para lidar com as tarefas mais simples do dia-a-dia e perda de sono. Ainda segundo a autora, homens psicologicamente abusivos mantêm a mulher prisioneira, acorrentam-na com aquilo que muitos chamam de *impotência aprendida*- um estado mental no qual a mulher é incapaz de resistir à pressão manipuladora do homem.

Em relação ao isolamento, este pode ocorrer pelo afastamento da parceira do seu ciclo social, antes ativo e bem-sucedido, restando apenas o parceiro. A ansiedade também é um sintoma importante a ser ressaltado, no qual a instabilidade é a palavra-chave de relacionamentos abusivos. Nas palavras de Miller (1999), o relacionamento funciona como uma “montanha-russa, no qual altos e baixos não seguem a lei da gravidade” (p.51). O parceiro nunca terá certeza se tal ação irá agradar ou não, vivendo nesta eterna inconstância. Além disso, outro fator que causa ansiedade são as sucessivas ameaças, sejam elas verbais ou físicas.

Em um relacionamento psicologicamente abusivo, as experiências emocionais vividas antes do estabelecimento da conjugalidade são deixadas de lado pela mulher e esta perde sua autonomia ao negar os próprios sentimentos e pensamentos, tornando estes submissos ao pensamento do parceiro, que a manipula. Segundo Miller (1999), “dizer a alguém o que pensar enfraquece a sua mente” (p.53), e este exercício feito de forma demasiada pode convencer a vítima abusada de que aqueles pensamentos e sentimentos resultam dela própria e não do abusador.

A grande questão é: por que permanecer em um relacionamento que não está saudável? Para Bowlby (1998), a permanência neste tipo de relacionamento está associado ao apego com angústia, no qual o indivíduo “expressa natural vontade de manter estreita relação com a figura de apego e o temor de que a relação termine” (p.233). Segundo Gomes (1994), citado por Vicente (1999), que investigou a dinâmica vincular no relacionamento conjugal, o cerne desta questão é a fuga da solidão, sendo este um ganho motivacional para se manter numa relação abusiva.

Além da fuga da solidão, Truninger (1972), citada por Vicente (1999), enumera sete razões pelas quais algumas mulheres permanecem em relacionamentos abusivos; são elas: auto-imagem negativa, a crença de que o marido vai mudar, dificuldades econômicas, a necessidade do apoio econômico do marido para sustentar os filhos, a dúvida quanto poder viver sozinha, a crença de que o divórcio é um estigma, e o fato de que é difícil para uma mulher com filhos encontrar trabalho. Este medo excessivo pode impedir a mulher de tomar alguma atitude frente à sua situação.

É importante salientar que, caso a mulher decida romper com seu companheiro, surgirá uma ruptura na interpretação da vida. Frente à perda, “é preciso haver uma reinterpretação dos objetivos e apegos, uma recomposição dos significados” (Vicente, 1999, p.63).

Trazendo o foco para a internet, esta é hoje em dia a maior mídia social e está cada vez mais sendo usada pelos sujeitos, seja como meios de informação para desabaços, seja como forma de buscar algum acolhimento advindo destes desabaços, críticas, etc. Para os autores Megale e Teixeira (1999), citados por Moreira (2010), “a mídia virtual pode produzir um tipo de subjetividade ilusória marcada por uma individualidade e um sentimento de autossuficiência” (p.49). Nos casos discutidos no presente trabalho, notar-se-á simultaneamente a busca incessante de apoio e manifestações de pessoas que acolhem aquelas que o solicitam.

A partir dessa breve exposição, procuraremos responder as seguintes questões: o que têm em comum entre pessoas que procuram ajuda online para situação de abuso emocional? Por que elas buscam este tipo de ajuda? Como o

suporte online pode ajudá-las psicologicamente? Além disso, buscar responder por que mulheres que vivem em situação de abuso permanecem nestes relacionamentos? O que as impendem de romper relações com seus atuais parceiros abusivos?

2 **CAPÍTULO 1 - A TEORIA DO APEGO COMO EMBASAMENTO TEÓRICO PARA EXPLICAR O SUBMETIMENTO A COMPORTAMENTOS ABUSIVOS**

Bowlby (1989) considera o apego um comportamento intrínseco do ser humano, assim como várias das funções primárias de sobrevivência, como a alimentação e o sexo. O apego se configura no contexto de busca de segurança, envolvendo o conhecimento de uma figura que está disponível e oferece respostas quando preciso, sendo considerado uma subvariedade do vínculo afetivo.

Ainsworth (1989) define vínculo afetivo como um “laço relativamente durável em que o parceiro é importante como indivíduo único e não pode ser trocado por nenhum outro” (p.711). Segundo ela, no vínculo afetivo há desejo de manutenção de proximidade com o parceiro. Neste sentido, a especificidade do apego como subvariedade do vínculo afetivo refere-se ao fato de a segurança e o conforto experimentados na experiência do outro possibilitarem que ele funcione como uma “base segura” a partir da qual o restante do mundo poderá ser explorado.

De acordo com Bowlby (1989), o apego do bebê com os pais é construído a partir dos sinais de busca de proximidade emitidos por este bebê com relação a eles. Para ele, a depender de como esta relação se estabelece, o bebê pode desenvolver um padrão seguro ou inseguro de apego. O estabelecimento do padrão seguro resulta do modo como o cuidador responde aos sinais do bebê. Quanto mais estas respostas forem apropriadas e sensíveis, maior a chance de o bebê desenvolver um padrão seguro de apego. Bowlby também postulava que estas primeiras relações de apego na primeira infância afetam o indivíduo ao longo da vida.

Ainsworth (1978) também é uma autora de referência quando se trata da teoria do apego, por ter identificado e proposto três padrões de apego inseguro: o evitativo, o ambivalente e o desorganizado.

Segundo ela, a criança que organizou um padrão de apego evitativo está menos propensa a procurar o cuidado e a proteção das figuras de apego quando vivencia situações de estresse. Para Ainsworth (1978), essas crianças deixam de procurar os cuidadores após terem sido rejeitadas de alguma maneira. Apesar de

os cuidadores demonstrarem preocupação em relação à criança, não correspondem aos sinais de necessidade quando ela os expressa (DALBEM & Dell' Aglio, 2005).

No padrão ambivalente, antes de ser separada dos cuidadores, a criança apresenta comportamento imaturo para sua idade e pouco interesse em explorar o ambiente, voltando sua atenção aos cuidadores de maneira preocupada (DALBEM & Dell' Aglio, 2005). Ainsworth (1978), citada por Dalbem & Dell'Aglio (2005), sugere que em alguns momentos essa criança recebeu cuidados de acordo com suas demandas, enquanto em outros não obteve uma resposta de apoio, o que pode ter provocado falta de confiança nos cuidadores, tanto em relação aos cuidados administrados por eles quanto à sua disponibilidade e responsividade.

Por fim, crianças cujo padrão de apego foi categorizado como desorganizado tiveram experiências negativas em seu desenvolvimento (DALBEM & Dell'Aglio, 2005). Esse padrão refere-se a crianças que “apresentavam comportamentos contraditórios ou incoerentes para lidar com a situação de separação” (Main; Hesse, 1990, citados por Dalbem & Dell' Aglio, 2005, p.4).

A base do apego inseguro, sendo o padrão evitativo, ambivalente ou desorganizado, seria formada pela exposição a um ou mais agente estressores, os quais seriam a ausência de cuidados e/ou rejeição; descontinuidade da parentalidade (períodos em internação em hospital ou outra instituição); ameaças persistentes por parte dos pais de não amar, como meio de controle; ameaça de abandono, morte ou suicídio e indução de culpa à criança. Quaisquer dessas experiências pode levar uma criança, um adolescente ou um adulto a viver em constante ansiedade, com medo de perder sua figura de apego e, por conseguinte, ter um baixo limiar para a manifestação da vinculação com outras pessoas:

É provável que tal pessoa também esteja sujeita a fortes anseios inconscientes de amor e apoio, os quais podem expressar-se por alguma forma aberrante de comportamento (Bowlby, 2006 apud Rodrigues e Chalhub, 2009, p. 6).

Em sua teoria, Bowlby (1989) discute que a imagem interna que os bebês constroem de seus cuidadores é considerada um princípio para todos os relacionamentos no futuro. Desta maneira, os modelos internos que resultam dos

padrões anteriormente mencionados são relevantes ao longo do ciclo de vida dos indivíduos. Bowlby (1980) propõe que a partir destes modelos há uma tendência para a recriação do apego adquirido na primeira infância para as relações atuais. A partir da história individual de apego, o indivíduo desenvolve modelos mentais de si e de um companheiro amoroso, além de expectativas de um relacionamento afetivo. É importante ressaltar que estes estilos de apego podem mudar ou estabilizar-se, não constituindo um padrão fixo ou determinado.

Este trabalho se atentará a designar hipóteses de enquadramento dos relatos nestes padrões/estilos. Dentre estes, o que condiz com o tema relacionado ao apego é o estilo ambivalente, já explicitado. Porém, de acordo com Dalbem & Dell' Aglio (2005)

A categoria preocupado/ansioso¹⁰ caracteriza-se por um relato que envolve experiências que podem ter sido confusas, vagas ou tempestuosas e conflitantes, apresentando inabilidade para se colocar nas situações infantis e apresentar um roteiro coerente dessas experiências. Isso também acontece no relato de experiências difíceis da infância, o que demonstra dificuldade de compreender as origens de suas emoções preocupantes. (p.8)

A literatura identifica alguns fatores que influenciam a qualidade de cuidados e o padrão de apego em desenvolvimento nas relações primárias. São eles: a relação marital, o contexto social, o acesso a recursos, a incidência de psicopatologias, o divórcio e as separações temporárias em períodos críticos, como na primeira infância. Todos eles têm relação direta com os padrões de apego que vão se formar no início da vida e fazem parte do que se entende por fatores de risco social (HALPERN, 1990, citado por Dalbem & Dell' Aglio, 2005). Assim, por exemplo, pessoas que apresentam a tendência de se envolverem em relacionamentos frustrantes ou insatisfatórios, além de demonstrarem-se angustiadas ou confusas quanto a essas relações, costumam apresentar um padrão ambivalente de apego.

¹⁰ Em artigos brasileiros, o conceito de estilo ambivalente aparece algumas vezes traduzido como estilo preocupado/ansioso.

Segundo Barroso (2007),

A posse e o apego podem trazer conforto pessoal por algum tempo, mas transformam-se em instrumentos de dilaceração do relacionamento, pois qualquer relação amorosa jamais se fortalecerá no medo ou temor (p.6).

A relação de posse pode desencadear comportamentos violentos e opressivos em momento futuro do relacionamento. Inicialmente, aparenta uma conduta de cuidado para com a/o parceira/o, mas acaba culminando em comportamentos não saudáveis.

Um estudo realizado nos EUA por Gormley e Lopez (2010), citado por Colossi (2011), aponta que o estresse é um fator chave para os homens abusarem psicologicamente de suas parceiras, sendo um fator de perpetuação deste tipo de abuso. A pesquisa também identificou que o estresse intensificou os sentimentos do apego ambivalente entre as mulheres.

Outro estudo propõe que o estresse também pode desencadear ações violentas em uma relação conjugal. Segundo Bookwala (2002), citado por Dias e Machado (2011), no contexto das relações adultas de intimidade, a violência seria um meio pelo qual os indivíduos tentam coagir o parceiro menos disponível a ficar mais próximo e acessível, a fim de usar este meio como maneira de aproximação psicológica e/ou física. Deste modo, segundo o estudo, a violência estaria associada aos estilos de apego ansiosos. Um casal pode ser constituído por um dos parceiros com padrão seguro de apego e o outro com padrão inseguro, caracterizando, portanto, incompatibilidade entre os comportamentos expressos pelos dois diferentes padrões. Estas incompatibilidades de comportamentos, que podem caminhar em sentidos opostos, acarretam na falta de alcance da proximidade que cada um deseja dentro do relacionamento e gera conflitos.

Sternberg (1998, 2006), citado por Dias e Machado (2011), propõe que a relação conjugal se torna mais atraente quando se aterroriza ou se é aterrorizado pelo parceiro, sendo que o amor é enxergado por estes como uma “guerra” que sustenta a relação conjugal. Segundo ele, esta conduta nos relacionamentos geralmente envolve o estilo de apego ambivalente, em que a relação é vivenciada através de uma luta constante entre os cônjuges. Esta luta conturbada sustenta o relacionamento e dá suporte para que o mesmo se mantenha e, ao mesmo tempo,

gera uma sensação de proteção e segurança que dará mais forças ao estado de apego vivenciado.

Quando a relação afetiva se rompe, ocorre a ruptura de um vínculo afetivo muito forte, podendo desencadear um processo de luto. Segundo Parkes (1998), citado por Neves (2015), o luto é uma manifestação de estresse emocional considerado normal frente a uma situação de rompimento de vínculo. Particularmente em relacionamentos abusivos, o vínculo estabelecido entre o casal é mais dependente e inseguro do que nos relacionamentos não-abusivos, contribuindo para intensificar o quadro de luto que será experimentado.

Nos relatos que serão apresentados e discutidos posteriormente, supõe-se que será possível identificar nas falas das mulheres a expressão de estados físicos, emocionais, comportamentais e sociais que compõem o quadro de luto. Estas reações provavelmente estarão relacionadas ao tipo de vínculo manifestado no relacionamento dos parceiros.

Para Neves (2015), em algumas situações de separação amorosa parece difícil desfazer-se das lembranças e experiências vividas com o outro, pois ocorre não só a perda da pessoa em si, mas também a perda da conjugalidade, dos ideais, da família idealizada e da identidade.

Segundo Ducatti (2013), citado por Neves (2015),

Este processo acompanha os momentos de separação, sentimentos de dor e de luto, bem como o medo e a ansiedade em não conseguir refazer vínculos (p. 76).

Assim como Bowlby, Parkes (2009, apud Neves, 2015) também defende a ideia de que pessoas que formaram vínculos ambivalentes com os pais na infância estavam mais propícias a formarem vínculos dependentes na vida adulta. Segundo Neves (2015), o relacionamento ambivalente ou dependente com o parceiro pode ser fator de risco para luto complicado por dificultar o enfrentamento da perda.

Ducatti (2013) compreende que

Quando tais relacionamentos são interrompidos pelo luto, não chegam a um fim, tornam-se o foco do desejo contínuo do enlutado de cuidar e ser cuidado pela pessoa que morreu” (p. 209).

Em relação à violência sofrida em relacionamentos, um estudo realizado por Gomes e Diniz (2008), que consistiu na análise de discursos de homens sobre suas parceiras, os autores identificaram o abuso psicológico, além do físico e do sexual.

Quanto ao abuso psicológico, os discursos revelaram que:

Os homens exercem o poder sobre suas companheiras, decidindo questões como amizades, roupas e o direito de a mulher trabalhar fora de casa. Isto mostra, além do controle exercido sobre a mulher, que os homens procuram tornar a mulher não mais sujeito, senão mero objeto, com as decisões centralizadas em suas próprias mãos [...] numa relação de violência conjugal a mulher se coloca nas mãos deles, anulando-se e sujeitando-se as vontades e ações do sujeito dominador. (p.4)

Quando a mulher que está envolvida neste tipo de relação manifesta condutas próprias de um padrão ambivalente de apego, a tendência é a de ela se anular e se sujeitar às vontades do cônjuge, pelo fato de apresentar características inseguras e dependentes, tornando seu parceiro uma base segura, independentemente do mal-estar que o mesmo lhe cause. Conseguir estabelecer um relacionamento com alguém que funciona como base segura para uma pessoa com padrão inseguro de apego é algo que tem um valor muito significativo e que ultrapassa qualquer situação de crise, pois o medo de perder esta figura de apego torna-se muito maior que outros riscos que a relação fornece.

3 CAPÍTULO 2 - A INTERNET COMO BUSCA DE APOIO

Reconhecemos a relevância das pesquisas sobre abuso psicológico como forma de fornecer subsídios teóricos aos psicólogos, pois, como profissionais da saúde, temos o dever de auxiliar mulheres e homens em situações de abuso de forma eficiente, oferecendo empatia e suporte, assim como buscando prover tratamento médico, psicológico, aconselhamento e encaminhamento dos clientes a sistemas legais e serviços de apoio (HEISE, 1999).

Além disso, sair de um relacionamento abusivo costuma ser muitas vezes uma tarefa difícil para a vítima. Denunciar seu cônjuge pode acarretar outros problemas que a impedem de procurar ajuda e, desta forma, viver o abuso torna-se a única “opção”. Segundo Vicente (1999), “a mudança requer ação comunicativa, diálogo e discurso” (p.43). Para que a vítima consiga se libertar deste problema, o ponto inicial é ter iniciativa para conversar sobre ele com profissionais que possam ajudá-la a interromper o ciclo de violência ao qual está submetida.

Em alguns casos, mulheres costumam revidar a violência verbal ou até mesmo física que seu parceiro promove. Sendo assim, o ciclo de violência se instala, sendo difícil de ser interrompido. A literatura indica que o ciclo de violência na família consiste em três fases: a fase de construção da tensão; do incidente de violência; e a reconciliação. Uma única vez que ocorre a violência, ela progride de forma severa e com mais frequência (VICENTE, 1999).

Porém, hoje em dia, a internet tem se tornado cada vez mais um lugar em que pessoas buscam uma forma de desabafar e encontrar auxílio para seus problemas, procurando ajuda em espaços nos quais outras pessoas podem ter experiências semelhantes às suas (ANTUNES et al., 2005). Destaca-se que seu uso é parte da cultura das gerações mais jovens e permite a busca de informação de modo anônimo, o que pode facilitar o alcance do público pretendido (SOARES et al., 2013 apud MURTA et al., 2014). Pressupõe-se que a difusão de informações dessa natureza possa favorecer o pensamento crítico e o enfraquecimento de uma cultura de endosso ao uso da violência como forma de resolver conflitos nas relações interpessoais.

Para Borrajo, Gámez-Guadix e Calvete (2015):

O desenvolvimento das tecnologias da informação e da comunicação (ICT), como a Internet e os telefones celulares, trouxeram muitos benefícios nos níveis social e individual e levou ao desenvolvimento de novos ambientes sociais. Além disso, as ferramentas de comunicação instantânea, como aplicativos de mensagens (por exemplo, Whatsapp) e redes sociais, como o Facebook, tiveram maior uso nos últimos anos, tornando-se uma parte essencial das relações interpessoais.¹¹ (p. 565)

Para Antunes et.al. (2005), a interação que as pessoas buscam umas com as outras na internet parece ter uma relação com a inserção deste sujeito em um determinado meio. No caso do trabalho exposto, mulheres que possuem problemas com seus parceiros juntam-se em um mesmo grupo para falar sobre eles, e conseqüentemente acabam se identificando com os relatos de outras, inserindo-se nesta conversa um tema comum a todas: o dos relacionamentos abusivos. Assim, cria-se um espaço em comum no qual as mulheres deste grupo buscam ajudar umas às outras, pois já passaram por situações parecidas ou as estão experimentando naquele exato momento.

Ainda segundo Antunes et al. (2005), tais comunicações têm em sua origem o estabelecimento de novas amizades ou o desabafo. O que interessa, de fato, é encontrar alguém disposto a interagir (p.6).

Essa interação online pode acarretar sensação de acolhimento por parte da vítima que está passando por uma situação de abuso psicológico, o que lhe permite compreender que ela não se encontra sozinha. Além do acolhimento, torna-se também um espaço no qual ela pode ser “escutada”/ compreendida, fato que pode não acontecer no âmbito da família e/ou dos amigos dela, que muitas vezes não entendem porque a mulher apenas não corta relações com seu parceiro abusador, desconsiderando o quanto esta decisão é difícil para ela.

Na pesquisa de Cerqueira e Ribeiro (2009), as investigadoras afirmam que o acesso à internet realizado por mulheres os últimos anos chamou a atenção da

¹¹ Tradução livre do autor: The development of information and communication technologies (ICT) such as the Internet and mobile phones has brought many benefits at the social and individual levels and has led to the development of new social environments. Furthermore, instant communication tools like messaging applications (e.g., Whatsapp) and social networks, such as Facebook, have had increased use in recent years, becoming an essential part of interpersonal relations.

UNESCO, que “considera que [a internet] se trata de uma ferramenta crucial para o empoderamento das mulheres.” Segundo os autores:

As redes sociais são como um meio com um potencial inovador e de interatividade, que permite que homens e mulheres apresentem e modelem as suas identidades no ciberespaço (p.2).

Atualmente, a internet vem sendo utilizada como busca de ajuda também em outros países. Rueda, Lindsay e Williams (2015) realizaram uma pesquisa que tinha como sujeitos jovens mexicanos entre quinze e dezessete anos, e constataram que os mesmos usam sites de pesquisas famosos, como o *Google*, para ler matérias sobre violência no namoro ou para procurar meios de ajuda para quem sofre determinado tipo de violência nos relacionamentos.

Por outro lado, os autores do mesmo artigo citado acima concluíram que:

As pesquisas indicaram que o uso das ICT [Tecnologia de Comunicação e Informação] podem influenciar a progressão de relacionamentos, mas pouco se sabe sobre como essas experiências afetam a construção de confiança, apoio emocional, limites e relacionamentos saudáveis durante a adolescência e em relacionamentos futuros. (p.442)¹²

Para os autores, o uso da internet pode influenciar nos relacionamentos amorosos. Porém, ainda é desconhecido o impacto que a mesma pode causar em relação à construção de confiança em si mesmo e apoio emocional, pois esta relação com o outro que está usando o mesmo recurso online não deixa de ser um contato distante. Por mais que o mesmo atenda às necessidades emocionais de forma imediata e seja um espaço de catarse, até que ponto este pode ser um apoio emocional efetivo?

No Canadá, uma pesquisa realizada por Zaidi, Fernando e Ammar (2015) constata que:

Embora não tenhamos visto um padrão definitivo de sobrevivência usando somente a ICT [Tecnologia de Informação e Comunicação] para procurar ajuda ou escapar da violência de parceiros íntimos, em nossa amostra há ainda certos fatores sobre esse uso que são dignos de maior exploração. O primeiro é o fato de que as mulheres com mais anos de educação formal se beneficiaram do uso da

¹² Tradução livre do autor: Findings have indicated that ICT use can influence relationship progression, but little is known about how these experiences affect the building of trust, emotional support, boundaries, and healthy relationships during adolescence and into future relationships.

tecnologia para acessar o serviço e/ou escapar da violência [...] E agora estão usando a tecnologia para procurar ajuda e proteção de um parceiro abusivo (p. 95).¹³

Na passagem acima podemos constatar, portanto, que a internet e os meios que ela oferece estão sendo usados por mulheres a fim de procurar não apenas ajuda, mas sim recursos de como proteger-se.

Atualmente, o tema “Relacionamentos Abusivos” vem tomando grande espaço nas mídias. Através de pesquisas realizadas, foram encontradas diversas matérias, tais como: “Pare de culpar sua amiga pelo relacionamento abusivo dela”¹⁴, “Porque é tão difícil de se reconhecer e sair de um relacionamento abusivo?”¹⁵, “A dor de se reconhecer em um relacionamento abusivo”¹⁶. “Como reconhecer um relacionamento abusivo?”¹⁷

Nota-se, portanto, que a mídia está movimentando-se cada vez mais em direção a tratar deste tema. Se antes ele não era muito bem esclarecido ou compreendido, hoje está tomando um grande espaço, o que ajuda a ampliar o acesso das pessoas a informações sobre o tema.

Além destas matérias, foram criados espaços online¹⁸ que propõem ajuda imediata às mulheres que se encontram em apuro e sob condição de violência doméstica. Através de pesquisas nestes sites, constatou-se que as mulheres fazem uso destes espaços como forma de catarse, através de depoimentos online que

¹³ Tradução livre do autor: While we have not seen a definitive pattern in terms of survivors using ICT or CMC to seek help or escape the violence of intimate partners in our sample, there are still certain factors about that usage that are worthy of exploring further. The first is the fact that women with more years of formal education benefitted from the use of the technology to access service, and/or escape the violence [...] And now been using technology to seek help and protection from an abusive intimate partner.

¹⁴ http://www.huffpostbrasil.com/feminismo-na-pratica/pare-de-culpar-sua-amiga-pelo-relacionamento-abusivo-dela_a_22034037/

¹⁵ <https://medium.com/@likeazombie/por-que-%C3%A9-t%C3%A3o-dif%C3%ADcil-reconhecer-e-sair-de-relacionamentos-abusivos-e3da04f76cee>

¹⁶ http://www.huffpostbrasil.com/diego-iraheta/a-dor-de-se-reconhecer-em-um-relacionamento-abusivo_a_22034516/?ncid=fbklnkbrhpmg00000004

¹⁷ <http://pt.wikihow.com/Reconhecer-um-Relacionamento-Abusivo>

¹⁸ <http://blog.minhavoiz.com/blog/> <http://www.clique180.org.br/>

postam, ficam ao critério das mesmas entrar ou não em contato com os organizadores da página de forma imediata.

Essas novas formas de defender-se da violência e/ou abuso só comprovam que a tecnologia e as redes sociais podem ser uma aliada contra a violência de gênero, expandindo a informação e disseminando os direitos que muitas desconhecem. Além disso, propiciam um espaço para que a vítima possa se sentir acolhida de alguma forma.

4 MÉTODO

O presente trabalho se propôs responder as seguintes questões: o que têm em comum mulheres que procuram ajuda online para situação de abuso emocional? Por que elas buscam este tipo de ajuda? O suporte online pode fornecer alguma ajuda psicológica para elas? Por que mulheres que sofrem abuso emocional não conseguem, com facilidade, desvencilhar-se desta relação?

Caracteriza-se como uma pesquisa qualitativa que buscou analisar cinco relatos publicados anonimamente na página “Será que meu relacionamento é abusivo? ”, disponível em uma rede social de grande impacto.

A página “Será que meu relacionamento é abusivo?”¹⁹ é um grupo fechado, ao qual apenas mulheres possuem acesso. Este grupo possui 25.022 membros²⁰, sendo muito acessada por mulheres que postam relatos dos relacionamentos conturbados com seus parceiros, e por outras que os comentam, muitas vezes mostrando-se identificadas com tais relatos. Esses depoimentos quase sempre se referem a questões dos relacionamentos amorosos desde o seu início. Neles, as mulheres compartilham angústias, medos, inseguranças, entre outros sentimentos.

O critério para a seleção dos relatos que foram utilizados na análise foi o seguinte: foram escolhidos os cinco relatos postados anonimamente pela moderadora da página desde fevereiro de 2017. Alguns destes relatos que não foram postados de forma anônima foram excluídos da análise, permanecendo apenas aqueles postados anonimamente. Além disso, também foram selecionados os comentários relativos a estas postagens, e o critério de escolha para seleção destes comentários foi definido pelo maior número de “curtidas” que receberam.

Vale ressaltar que foram escolhidos para análise apenas trechos de postagens consideradas relevantes quanto à sua relação direta com o tema de investigação aqui proposto, tanto em relação aos depoimentos quanto em relação aos comentários. Após selecionar as partes de maior relevância, as mesmas foram categorizadas em uma tabela separada em quatro colunas, sendo estas: “percepção de si mesma”, “percepção do abusador”, “percepção do

¹⁹ <https://www.facebook.com/groups/417656301741255/> acessado em 16/04/2016.

²⁰ Data do levantamento: 16/04/2017

relacionamento” e “tipo de abuso”. A tabela irá relacionar os aspectos mais comuns presentes nos relatos.

A análise dos dados teve como referência a teoria do apego de John Bowlby, especialmente trabalhos sobre os relacionamentos amorosos adultos desenvolvidos sob esta perspectiva teórica, buscando identificar e explicar o que as mulheres que permanecem em um relacionamento abusivo têm em comum.

Este trabalho não precisou ser submetido ao Comitê de Ética da PUC-SP, uma vez que, segundo a Resolução nº 510/2016 do Plenário do Conselho Nacional de Saúde, em seu Artigo 1º, parágrafo único, item II, afirma que “não serão registradas nem avaliadas pelo Sistema CEP/CONEP [...] “pesquisa que utilize informações de acesso público, nos termos da lei nº 12.527, de 18 de novembro de 2011” (p. 1-2).

5 ANÁLISE:

Após a leitura de cinco relatos, os aspectos mais comuns presentes nos mesmos foram organizados inicialmente numa tabela. Dentre eles, predominaram características das depoentes em relação à percepção de si mesmas e dos abusadores, bem como a percepção do relacionamento e os tipos de abuso sofridos.

No caso 1, a depoente namora há 6 anos com um homem mais velho que ela. A mesma queixa-se que o parceiro a sufoca e é muito ciumento, mas que a família e os amigos apoiam o relacionamento. A depoente do caso 2 morava junto com seu parceiro, o mesmo a forçava-a a ter relações sexuais com outras mulheres, para satisfazê-lo. Neste caso, a depoente apresentou depressão, pois relatou ser emocionalmente dependente de seu cônjuge. No caso 3, a depoente sofreu além de agressão psicológica, agressão física. Relatou também estar depressiva e com dificuldades de terminar a relação. No caso 4, a depoente sente-se depressiva e relata que seu parceiro é ciumento e ele a trai com seu consentimento. No caso 5, a depoente também sofreu abuso sexual. É casada e relata sofrer abuso psicológico desde o início, mas que após o casamento as brigas se intensificaram.

TABELA 1. Aspectos mais comuns presentes nos depoimentos analisados.

Percepção de si mesma	Percepção do abusador	Percepção do Relacionamento	Tipos de abuso
Alguém que quer agradar o parceiro	Controlador	Ótimo no início	Agressão Psicológica
Dependente do parceiro	Manipulador	Paradoxal	Agressão Sexual
Temerosa de ficar sozinha	Ciumento		
Insegura	Agressivo/ameaçador		
Ansiosa por um recomeço no relacionamento			
Impotente			
Depressiva			

Na tabela 1 é possível identificar os aspectos que mais se ressaltam nos depoimentos colhidos na página da rede social. Na maioria dos casos, as mulheres mudaram para agradar o parceiro. Uma delas relata que *“Ele sabia muito de música e com o tempo eu deixei de ouvir todas as bandas que eu gostava porque para ele eram ruins (...)”*. *As amigas dele faziam moda e sempre criticavam o meu modo de vestir e eu mudei isso também”* (Caso 2).

Outro depoimento também possui um discurso parecido: *“Comecei a fazer tudo que ele queria para evitar que ficasse bravo”* (Caso 3). Desta forma, é possível notar que o abuso psicológico começa com a mudança do eu com a finalidade de

realizar o desejo do parceiro. Portanto, as mulheres deixam de lado suas preferências pessoais devido à insegurança de frustrar o outro, pois o que importa para elas é a satisfação de seus parceiros.

Além da mudança de aspectos do “self” para agradar o parceiro, em relação à percepção de si mesma houve predomínio do medo de ficar sozinha, de insegurança, impotência e desejo de recomeço. Em uma relação de dependência, as mulheres que sofrem abuso psicológico não conseguem se desvencilhar do contato com seu cônjuge/companheiro: “*Tenho medo de terminar e me arrepender (...)Querida muito a ajuda de vocês. Como vocês criaram coragem?*” (Caso 4). Mesmo que o relacionamento cause intensa tristeza, a mulher não consegue sair da relação e tem dificuldades para fazê-lo. Isto pode estar relacionado ao “medo de ficarem sozinhas”, pois acreditam que não irão amar alguém como amaram seus parceiros, ainda que tenham sido vítimas de abuso psicológico por parte deles: “*Era só ele me abraçar e dormir me fazendo carinho que o mundo se curava e eu ficava feliz; tenho medo de não conseguir amar alguém assim de novo*” (Caso 3). A insegurança está presente em todos os relatos e inserida nos temas citados anteriormente; o medo de ficarem sozinhas, a dependência e a mudança fazem parte da insegurança que essas mulheres foram desenvolvendo: “*eu tenho medo de ficar sozinha; sou muito auto-destrutiva; eu simplesmente não tenho coragem de sair disso, mesmo sabendo que tenho que sair*” (Caso 2). “*E eu NÃO consigo me livrar disso. As pessoas só conhecem o lado bonzinho dele*” (Caso 3). “*Não consigo jogar fora todos os planos que já fizemos; não consigo jogar fora as boas lembranças. Mas fico sempre relevando as coisas que ele faz comigo e me acabando com isso*” (Caso 1).

Para Miller (1999), um dos motivos das mulheres permanecerem em um relacionamento abusivo é para evitar a solidão. Este medo é desencadeado pelos abusos sofridos. Segundo a autora:

Muitas mulheres vítimas de abuso foram tão deliberadamente privadas de recursos internos pelos maridos que não lhes restou um “interno”. Outras foram tão humilhadas e degradadas sistematicamente, dia após dia, que, caso tenha restado algum eu, ele só pode ser odiado, não apreciado. (Miller, 1999, p.125)

A autora ressalta que toda violência psicológica pode ter consequências para o “eu” da vítima. Os recursos internos da abusada são degradados, denegridos, impedindo que a mesma consiga desvencilhar-se desta relação.

Apesar do sofrimento, as mulheres possuem a consciência de que o relacionamento não lhes faz bem e anseiam pelo desejo de recomeçar: *“Preciso voltar a ser aquela pessoa que semeia alegria para o mundo, que não usa essa máscara falsa de felicidade, que tem amor próprio e que pode recomeçar novamente”* (Caso 2). Logo, em todos os depoimentos foi possível identificar que as mesmas têm consciência da situação que estão vivenciando: *“Queria conseguir me contentar com as migalhas de amor que ele me dá, e não ser mais emocionalmente dependente dele”* (Caso 1).

Para Miller (1999),

As mulheres lidam com essa escalada de abuso de duas maneiras: lutando contra ela ou submetendo-se. As que escolhem esta última atitude, tentam satisfazer todas as exigências impostas pelo marido, providenciando tudo que lhe dê prazer, eliminando aquilo que o aborrece. Em nome da paz, aceitam o isolamento, a culpa e a baixa autoestima e, apesar de acabarem sem nenhum sistema de apoio, sem ninguém para chamar de amigo – nem mesmo a si mesma – acham que a sua sobrevivência justifica a dor (p. 97).

Com base na passagem acima em que a autora apresenta duas alternativas de lidar com o abuso, nos depoimentos analisados para este trabalho “submeter-se” foi a alternativa que predominou em todos os relatos. As vítimas aceitam serem humilhadas, pois acreditam que: *“Eu não sei se um dia vou conseguir dar um ponto final em todo esse drama, e nem sei se um dia eu vou ser feliz de verdade, mas de verdade mesmo”* (Caso 3). Em relação ao isolamento, o mesmo apareceu em um dos relatos: *“não quero compartilhar isso com minhas amigas por pura vergonha!”* (Caso 1).

Em todos os casos, o homem expressa-se nos depoimentos delas como controlador: *“Eu terminei meu curso de inglês e intérprete, mas não fui pra universidade porque ele sempre me convencia que eu precisava juntar dinheiro ao invés de estudar”* (Caso 2). *“Passou muito tempo invadindo meu celular, Facebook, e-mail, wpp, keylogger no computador do trabalho”* (caso 4). Com base nestes relatos é possível levantar a hipótese de que o parceiro, ao invés de apoiar, dita as

regras daquilo que em sua concepção acha ser melhor para a vida de sua parceira. Desse modo, as depoentes não obtêm qualquer tipo de apoio ou conselho, mas, ao contrário, sofrem a imposição dos desejos do parceiro que, segundo elas, são exigidos pelo mesmo como forma de satisfazê-lo, sem que ele considere em nenhum momento o bem-estar e a satisfação de sua namorada, parceira ou esposa. Além disso, nos depoimentos há indícios de que a insegurança do parceiro faz com que o mesmo controle a vida social de sua parceira.

Segundo Miller (1999):

Se um homem puder manter a mulher afastada do contato com o mundo externo, ela dependerá única e exclusivamente dele. Assim, será forçada à submissão, sem recursos externos para obter apoio e drenada de recursos internos para extrair força (p. 57).

Na passagem acima, a qual se refere ao controle do abusador sobre a vítima, é possível que a manipulação esteja envolvida neste controle. Nos depoimentos, a manipulação chamou atenção na seguinte passagem: *“A culpa de tudo é sempre minha, e mesmo eu estando certa, ele consegue me convencer de que a errada sou eu e acabo cedendo e pedindo desculpas”* (Caso 1). *“Todas as discussões ele vira o jogo de uma tal forma que parece que eu sou errada”* (Caso 4). *“Ele tentou manipular toda a história a favor dele, que eu sou louca, desequilibrada, que eu afasto as pessoas de mim, que transformo a vida das pessoas ao meu redor num inferno, que eu não amo ninguém e mais um monte de violência psicológica”* (Caso 5).

Portanto, o que acontece é que abusador consegue manipular a situação de tal forma que faz com que sua parceira se sinta culpada, só cedendo a ele “para poder parar de brigar”. A partir do momento em que isso ocorre, o ato começa a se repetir, pois o homem entende que se utilizar de tais estratégias de manipulação lhe permite conseguir o que quer e obter o que ele mais deseja, o já citado controle: *“Ele me prende, ele me sufoca, ele fuça no meu Facebook e quer saber quem são todos os meus amigos”* (Caso 2). Para Miller (1999, p.57), “a forma mais comum de um homem isolar uma mulher é pela manipulação, reorganizando a situação até que ela seja isolada completamente. “

A manipulação não acontece apenas com a parceira, mas também com família e amigos da vítima: *“As pessoas só conhecem o lado bonzinho dele, então vivem dizendo pra eu agarrar que não acharei outro homem igual, ele paga saídas, faz minhas "vontades", é legal com a minha família e amigos, e isso fica ENTRANHADO na minha cabeça”* (Caso 1). *“Minha família o ama, porque ele faz o tipo lava passa cozinha faz tudo cuida de criança”* (Caso 3).

Para Miller (1999), a opinião de outras pessoas sobre o parceiro abusivo é um dos fatores que fazem a mulher permanecer neste tipo de relacionamento, pois a mesma se questiona: *“será que só eu não enxergo que ele é realmente bom para mim?”* Para a autora:

Outros homens e mulheres, em vez de validar os sentimentos da mulher vítima de abuso, ajudam-na a negá-los. Ao ouvir repetidamente o homem maravilhoso que é o seu marido e como é divertido e atencioso, ela começa a duvidar de si mesma, imaginando se não está inventando suas mágoas e seus temores. Finalmente, apaga a imagem que havia pintado do marido como um agressor, substituindo-a por aquela que todos lhe dizem existir.
“ (p. 181)

Em alguns dos depoimentos analisados, comportamentos agressivos/ameaçadores apareceram com frequência: *“E quando digo que não quero mais, ele diz que jamais acharei alguém que me ame tanto quanto ele, que se eu terminar ele vai acabar com a minha vida”* (Caso 1). *Ele me disse que todos os tapas que eu dei nele, ele ainda vai ver alguém me dar em socos, que não será ele, porque ele não bate em mulher”* (Caso 3). Para Miller (1999), quando as manobras manipuladoras e as ordens dadas não funcionam, o homem pode recorrer a intimidação para exercer o seu poder, como nos casos acima, onde os abusadores ameaçam *“acabar com a vida das parceiras”* caso elas os abandonem. Para a autora, este medo provocado pela ameaça torna a cônjuge submissa: *“Cansei de pedir desculpas sabendo que estava certa somente pra não brigar mais”* (Caso 3).

O relacionamento abusivo muitas vezes começa de forma sutil e afeta a capacidade da vítima de reconhecer a situação violenta. Nos cinco depoimentos analisados, a relação inicial das mulheres com seus parceiros foi considerada ótima: *“No começo foi legal, tudo era novidade, ele é um homem bem diferente de*

mim em sua maneira de pensar e viver, mas tudo bem opostos se atraem e tal eu acabei deixando levar (Caso 1). “Tivemos seis meses de muito amor, doçura, companheirismo” (Caso 2). “Quando o conheci, me apaixonei pela forma que era tratada, era diferente de tudo e todos, ele me entendia e entendia minha cabeça confusa (Caso 5). Logo, pode-se concluir que no começo os abusadores psicológicos não exercem seus poderes de manipulação, mas agem de modo a fazer com que sua parceira acredite que está se envolvendo com alguém compreensivo, doce e companheiro e, assim, consegue envolvê-la sutilmente até que aos poucos vai conseguindo manter o controle sobre ela.

Em seu livro “The battered woman”, Lenore Walker, citada por Miller (1999), descreve o relacionamento abusivo em fases. Segundo ela, primeiro ocorrem os abusos psicológicos diversos: xingamentos, ameaças, manipulações e etc. Após este período, vem o arrependimento que ela descreve como o “próximo estágio do ciclo”. Neste período, o homem diz que sente muito e chora, afirmando que não teria sido desta maneira se a parceira não tivesse provocado determinada situação. Neste momento, a parceira concorda e promete ser mais cuidadosa. Após isto, vem o período que a autora chama de “lua de mel”, no qual o relacionamento torna-se “não abusivo” por um curto período de tempo. Durante este curto período, a mulher se permite sentir esperança e acredita que as coisas dali para frente serão melhores, mas logo depois disso o ciclo se reinicia de forma cíclica.

Nos depoimentos, foi possível identificar momentos de reconciliação após as discussões, tornando a percepção do relacionamento paradoxal: *“Apesar dele ter me destruído com palavras, depois sem pedir desculpas veio me beijando e acariciando e parece que tudo se anulou naquele instante” (Caso 5). “Depois desta briga horrível, no dia seguinte ele me acordou e perguntou o que eu queria de café da manhã e iria preparar o que eu quisesse, não entendi nada, mas só queria esquecer aquilo ” (Caso 2).*

Em dois depoimentos ocorreu o abuso sexual: *“Isso porque ele me obriga psicologicamente a fazer sexo a 3, pq, segundo ele, se eu já fiz sozinha pra experimentar, devo fazer com ele” (Caso 2). “Eu transava só para que ele não brigasse comigo” (Caso 5).*

Não apenas o abuso psicológico como um todo, mas também o abuso sexual, fazem as mulheres sentirem o que já foi explicitado acima. Essas reações emocionais, dependência, insegurança, ansiedade, entre outras, podem dar origem a depressão.

Para Rodrigues & Chalhub 2009, *“O amor com dependência trás, para alguns indivíduos, prejuízos no cotidiano da pessoa que ama.”* (p.1). Esses prejuízos podem desencadear a depressão: *“Mas eu não consigo me livrar e isso está afetando minha faculdade/vida/tudo. Tudo está indo para o buraco. Me sinto em depressão.”* (caso 1). *“Me sentia infeliz e frustrada em todos os aspectos, não conseguia estudar e reprovava muita disciplina, engordei quase 10kg, eu não me cuidava mais e eu me sentia um lixo humano, última coisa que me sentia era bonita e desejada.”* (caso 2). *“Eu fico sem comer e não consigo fazer nada quando brigo com ele. Eu não sei se um dia vou conseguir da um ponto final em todo esse drama, nem sei se um dia eu vou ser feliz de verdade.”* (caso 3). *“Estou esgotada. Hoje fui trabalhar e parecia como se eu tivesse morrido por dentro.”* (caso 4).

Apesar de listar alguns “porquês” de essas mulheres não conseguirem desligar-se de seus abusadores mesmo com todo o sofrimento, para Miller (1999)

A mulher vítima do abuso, que permanece no relacionamento, não o faz porque deseja, mas porque sente-se incapaz de ir embora. Ao olhar-se no espelho que o parceiro abusivo coloca à sua frente, ela não consegue se ver; tudo o que ela pode ver é a “pessoa ruim” que ele pintou (p. 137).

Outra pergunta que surge durante a análise dos relatos, é: “por que um homem abusa da mulher que ele afirma amar, a mulher com quem ele se casou ou com quem estabeleceu um relacionamento?” Segundo os estudos de Miller (1999),

Grande número de homens abusivos foram crianças vítimas de abuso. Os homens abusivos agem baseados nos estereótipos criados e apoiados pela sociedade como um todo, que considera o homem dominante e a mulher submissa. Os homens abusivos têm baixa autoestima. Eles procuram reforçar a autoimagem por meio de jogos de poder. São narcisistas, reconhecem as próprias necessidades e de mais ninguém. São imaturos, incapazes de responsabilizar-se pelos seus atos ou de solucionar problemas interpessoais (p. 116).

Em relação aos comentários, a maioria das mulheres já passou por experiência semelhante ou está passando, demonstrando total identificação com os depoimentos. As mulheres que afirmam já terem superado uma situação de abuso desejam força para as parceiras depoentes: ” *Quando eu estava em um relacionamento abusivo, mesmo tendo família e amigos, minha terapeuta ajudou um tanto quanto (...) Boa sorte e boa caminhada em direção ao encontro com você.* “ *“Eu tbm vivi isso! Todos diziam as mesmas coisas sobre ele, homem bom, me dava presente, me levava pra jantar! Mas comigo era violento, não ouvia minhas vontades, eu não tinha valor nenhum era apenas um objeto.* ”. Essa relação de apoio mostra um dos motivos pelos quais as mulheres que são abusadas psicologicamente procuram a página: por conta do acolhimento que recebem por intermédio dos comentários postados e pela identificação com outros relatos postados.

5.1 Algumas considerações sobre os depoimentos a partir do referencial da Teoria do Apego.

Como foi explanado no capítulo 1, o objetivo deste trabalho foi apresentar e discutir possíveis explicações dos motivos pelos quais as mulheres se submetem a relacionamentos abusivos a partir da teoria do apego. Não é possível saber que estilo ou padrão de apego o cônjuge/companheiro abusivo organizou, porém, o que se propõe aqui como hipótese é que as mulheres que expuseram suas histórias de abuso dão mostras de um estilo ambivalente de apego.

É possível supor que nas experiências iniciais que fomentam a formação do vínculo afetivo estas mulheres provavelmente não tiveram experiências de cuidado favorecedoras da organização de um padrão seguro de apego, mas, ao contrário, tais experiências propiciaram a organização de um padrão ambivalente que as impeliu na vida adulta a buscarem em seus parceiros a base segura que lhes faltou na infância.

Para Rodrigues e Chalhub (2009)

Os indivíduos ambivalentes, como sempre viveram em uma montanha russa emocional em função de diferentes estratégias usadas por seus cuidadores, naturalmente serão inclinados a dirigir sua atenção, primordialmente, para outras pessoas, mantendo

seus padrões de ligações anteriores e sua autoestima, em níveis mais rebaixados. Esse tipo de apego seria o mais propenso a criar dependência em relacionamentos futuros [...] produzindo um sentimento de solidão (p.5).

Foi possível identificar nos relatos que todas as depoentes apresentam sinais de autoestima rebaixada com dificuldade de manterem uma relação saudável com seus parceiros. Além disso, mesmo envolvidas numa relação conjugal, sentem sozinhas: *“hoje fazem 6 dias que ele não está falando comigo[...] finge que nem existo, nem olha pra mim.”* (Caso 4)

Dentre os depoimentos analisados, duas das mulheres relatam que: *“Tenho muitos traumas devido a abusos que sofri quando era mais nova”* (Caso 3). *“Eu não tenho família que eu possa contar e ir morar, se tivesse com certeza iria para não me sentir sozinha.”* (Caso 4)

A partir destas breves passagens citadas pelas depoentes, ainda que não haja detalhamento das experiências de relacionamentos que elas tiveram na infância com seus cuidadores principais, pode-se supor que problemas com a família na infância desencadearam a formação do estilo de apego inseguro ambivalente que hoje elas parecem expressar na relação com os parceiros. Por exemplo, pelo motivo de uma das vítimas não ter família para apoiá-la, pode sentir-se desamparada e, ao encontrar alguém que em sua própria perspectiva lhe oferece tal segurança, vincula-se e se torna dependente.

Rodrigues e Chalhub (2009) defendem que:

Conforme a literatura, esse indivíduo [que possui estilo ambivalente de apego] poderia desenvolver um amor dependente e possuiria medo de ficar só, de perder o relacionamento e enfrentar o novo. O termo ambivalência, que oscila entre a busca e a resistência, pode traduzir uma vinculação afetiva inadequada na primeira infância, na qual os indivíduos inseguramente apegados não são capazes de se distanciarem de relacionamentos mesmo sendo conflitantes e insatisfatórios (p.3).

Em todos os depoimentos, algumas descrevem abertamente e outras deixam implícito que contar sua história para pessoas desconhecidas tem um único e claro objetivo: a busca de ajuda para livrar-se do seu cônjuge abusivo: *“Me sinto uma merda por aceitar isso e não ter coragem de sair, preciso de ajuda !”* (Caso 4).

“Quero conseguir não me contentar com as migalhas de amor que ele me dá, e não ser mais emocionalmente dependente dele.” (Caso 3)

O fato de não conseguirem se desvencilhar dos parceiros permite supor que essas mulheres desenvolveram um estilo ambivalente de apego:

O indivíduo com apego ambivalente procura em seu respectivo parceiro o suprimento de amor e afeto faltante. Juntamente com esse sentimento viria o medo de perder, ansiedade de separação e uma ilusão de permanência. Tudo isso procurando nunca ficar só e caindo numa modalidade de amor dependente (Rodrigues e Chalhub, 2009, p.12).

Quando as mulheres que vivenciam este tipo de relacionamento conseguem, finalmente, separar-se do cônjuge abusivo, podem passar por um processo de luto, pois ocorre a “morte” do relacionamento, o rompimento do vínculo afetivo. Como se trata de relacionamento abusivo, o quadro de luto pode ser intensificado, já que a relação entre o casal é mais dependente e insegura do que nos relacionamentos cujos parceiros apresentam estilos de apego que favorecem uma relação emocionalmente estável.

Nos depoimentos selecionados, nenhuma das mulheres conseguiu cortar relações com seus parceiros, pois ainda mantêm uma posição ambivalente quanto a esta decisão, embora demonstrem ter consciência de que seus relacionamentos não estão lhes fazendo bem. Porém, em um dos comentários, a mulher que já conseguiu romper seu relacionamento evidencia estar passando pelo processo de elaboração do luto: *“Quando terminei achei que a vida tinha acabado, que nunca mais acharia alguém pra mim”*. A literatura descreve que juntamente com a separação ocorre a perda de planos, idealizações e sonhos construídos junto com o parceiro, sendo que o processo de luto envolve também lidar com estas perdas.

Por isso é que para estas mulheres que hipoteticamente possuem um estilo ambivalente de apego é muito difícil romper suas relações com os parceiros. Junto com a separação da pessoa amada, outros fatores contribuem para que ela permaneça no relacionamento. A dor da separação do parceiro e o confronto com as idealizações depositadas nele e na relação causam muito sofrimento, e este

muitas vezes é concebido por elas como sendo muito mais intenso e insuportável do que a dor de permanecer em um relacionamento abusivo.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O abuso psicológico em relacionamentos conjugais/amorosos é um tema que possui muitas perguntas sem respostas, sendo que as mídias sociais vêm perpetuando informações até então desconhecidas sobre ele. O propósito desta pesquisa foi apresentar uma reflexão sobre os motivos pelos quais mulheres envolvidas em relacionamentos abusivos têm dificuldade de se desvencilhar deles. Além disso, buscou entender quais os propósitos delas ao postarem relatos pessoais sobre os abusos sofridos numa página específica sobre o assunto disponível numa importante rede social utilizada pelos brasileiros.

A teoria do apego de Bowlby permitiu criar uma hipótese de que as mulheres que decidem conviver com um cônjuge abusivo possuem um estilo ambivalente de apego, organizado a partir de relações estabelecidas na infância e reiterado nos relacionamentos que foram estabelecendo ao longo da adolescência até a vida adulta.

Os depoimentos registrados por elas na internet têm como propósito inicial expressar seu desabafo diante de uma situação que começa a ser percebida como abusiva. Como resultado destes registros, são acolhidas por outras mulheres que se identificam com tais depoimentos por terem vivenciado situações semelhantes de manipulação, coação, agressão verbal, sexual e/ou física, entre outras discutidas anteriormente neste trabalho.

É importante ressaltar os limites do presente trabalho e a importância da realização de novos estudos sobre abuso psicológico, além da influência das mídias sociais, uma vez que se trata de uma temática extremamente relevante.

Na revisão de literatura realizada não foi encontrado no Brasil grande corpo de pesquisas relacionado ao tema do presente trabalho. Sem dúvida, a discussão aqui apresentada denota o quanto os espaços das redes sociais têm favorecido às mulheres que passam por experiências de abuso oportunidades de compartilharem suas histórias, refletirem sobre suas vidas e alertarem outras mulheres para um problema que pode atingir muitas delas. Por outro lado, também levanta outras questões, como, por exemplo, que outros espaços para além das mídias sociais

têm sido ofertados para o acolhimento e auxílio a estas mulheres? Como são divulgados? Por que elas não os procuram?

7 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

AINSWORTH, M. D. S. Attachment beyond infancy. *American Psychologist*, v. 44, n.4, p. 709-716, 1989.

ANTUNES, M. J; CASTRO, E. A. e MEALHA, Ó. *Contributo dos serviços de comunicação assentes em Internet para a manutenção e alargamento das redes de relações dos sujeitos*. v.1, p. 1-9, jan. 2005. Disponível em: <<http://www.bocc.ubi.pt/pag/antunes-maria--castro-eduardo-mealha-oscar-contributo-servicos-comunicacao-assentes-internet-manutencao-alargamento-redes-relacoes-sujeitos.pdf>>. Acesso em: 10 out. 2016.

BARROSO, Z. *Violência nas Relações Amorosas*. Lisboa: Edições Colibri, 2007.

BOWLBY J. *Apego e perda: Tristeza e depressão*. Vol. 3. São Paulo: Martins Fontes, 1980.

BOWLBY, J. *Uma base segura: aplicações clínicas da teoria do apego*. Porto Alegre: Artes Médicas, 1989.

BOWLBY, J. *Apego e perda – Separação – Angústia e Raiva*. Vol. 3. São Paulo: Martins Fontes, 1998.

BORRAJO, E.; GÁMEZ-GUADIX, M.; CALVETE, E. Cyber Dating Abuse: prevalence, context, and relationship with offline dating aggression. *Psychological Reports: Relationships & Communications*. Bilbao-Espanha, v.116, n.2, p.565-585, fev. de 2015. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25799120> Acesso em: 3 mar. 2017.

CERQUEIRA, C.; RIBEIRO, L. T.; CABECINHAS, R. Mulheres e Blogosfera: contributo para o estudo da presença feminina na “rede”. *Vila Franca de Xira, Ex Aequo*, n.19, p.2-17, 2009.

CESÁRIO, A. C. F.; LOURENÇO, L. M. Violência conjugal contra o homem: uma análise bibliométrica. *Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia*. Juiz de Fora-MG, Universidade Federal de Juiz de Fora, v.6, n.1, p.144-156, jan-jun. 2013.

COLOSSI, P. M. *Gritos do Silêncio: a violência psicológica no casal*. 2011. 78f. Dissertação de Mestrado. Universidade do Vale do Rio Sinos. São Leopoldo-RS, 2011.

COUNCIL OF EUROPE. *Purposes, definitions, equality and non-discrimination, general obligations*. Council of Europe Convention on preventing and combating violence against women and domestic violence. Chapter I. 2008. Disponível em: <[http://www.coe.int/t/dg2/equality/domesticviolencecampaign/Source/EG-VAW-CONF\(2007\)Study%20rev.en.pdf](http://www.coe.int/t/dg2/equality/domesticviolencecampaign/Source/EG-VAW-CONF(2007)Study%20rev.en.pdf)>. Acesso em: 07 out. 2016.

DALBEM, J. X.; DELL' AGLIO, D. D. *Teoria do apego: bases conceituais e desenvolvimento dos modelos internos de funcionamento*. Rio de Janeiro, Arquivos Brasileiros de Psicologia, v.57, n.1, p.1-5, 2005.

DIAS, A. R. C.; MACHADO, C. Amor e violência na intimidade: da essência à construção social. Porto Alegre, *Psicologia & Sociedade*, v.23, n.3, p.496-505, 2011.

GOMES, N. P.; DINIZ, N. M. F. Homens desvelando as formas de violência conjugal. São Paulo, *Acta Paulista de Enfermagem*, v.21, n. 2, p.2-7, fev. de 2008.

HEISE, L., ELLSBERG, M., GOTTEMOELLER, M. Ending violence against women. Maryland-USA, *Population Reports*, v.27, n. 4, p. 2-43, dez. 1999.

MACHADO, A; MATOS, M. *Homens de quem não se fala: as vítimas esquecidas da violência na intimidade*. 2012. Disponível em: <<https://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/30893/4/Homens%20de%20quem%20n%C3%A3o%20se%20fala%20Psiquiatria.%20Psicologia%20%26%20Justi%C3%A7a%202012.pdf>>. Acesso em: 7 mar. de 2016.

MANTELLI, F.; PINHEIRO, M. C. *Apego nas relações íntimas entre adultos: uma visão teórica*. 2011. Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização em Psicologia Conjugal e Familiar). Salvador-BA, 2011.

MILLER, M. S. *Feridas Invisíveis*. São Paulo: Summus, 1999.

MOREIRA, J. de O. Mídia e Psicologia: considerações sobre a influência da internet na subjetividade. México, *Psicologia da América Latina*, n. 20, 2010. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-350X2010000200009&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 17 de mar. 2017.

MURTA, S.; RAMOS, C.; CANGASSÚ, E.; TAVARES, T.; COSTA, M. Desenvolvimento de um website para prevenção à violência no namoro, abandono de relações íntimas abusivas e apoio aos pares. Brasília-DF, *Contextos Clínicos*, v.7, n. 2, p. 1-15, dez. 2014.

NARVAZ, M. G.; KOLLER, S. H. Famílias, gêneros e violências: desvelando as tramas da transmissão transgeracional da violência de gênero. Porto Alegre-RS, *Psico*, v.37, n. 1, p. 7-13, jan/abr. 2006.

NEVES, C. *Luto complicado nas relações amorosas*. 2015. 17f. Monografia de especialização. Quatro Estações Instituto de Psicologia. São Paulo-SP, 2015.

PAIVA, C.; FIGUEIREDO, B. Abuso no contexto do relacionamento íntimo com o companheiro: definição, prevalência, causas e efeitos. Braga-PT, *Psicologia, Saúde e Doenças*, v. 4, n. 2, p. 165-184, 2003.

RODRIGUES, S; CHALHUB, A. *Amor com dependência: um olhar sobre a teoria do apego*. 2009. 15f. Trabalho de Conclusão de Curso. Centro Universitário Jorge Amado. Salvador-BA, 2010.

RUEDA, H.; LINDSAY, M.; WILLIAMS, L. R. "She Posted It on Facebook": mexican american adolescents' experiences with technology and romantic relationship conflict. Texas-EUA, *Journal of Adolescent Research*, v. 30, n. 4, p. 419-445, 2014.

SCHRAIBER, L. B.; D'OLIVEIRA, A. F. P. L. Romper com a violência contra a mulher: como lidar desde a perspectiva do campo da saúde. São Paulo, *Athenea Digital*, n. 14, p. 229-236, out. 2008.

VICENTE, R. G. *Ruim com ele, pior sem ele ? Uma investigação com mulheres vítimas de violência*. 1999. 292f. Dissertação de Mestrado – Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, 1999.

ZAIDI, A.; FERNANDO, S.; AMMAR, N. An exploratory study of the impact of Information Communication Technology (ICT) or Computer Mediated Communication (CMC) on the level of violence and access to service among Intimate Partner Violence (IPV) survivors in Canada. Oshawa, *Technology in Society*, v. 41, p. 91-97, jan. 2015.