

“Ser uma Faculdade inclusiva, comprometida com a formação científica, cidadã e ética”.

## VIOLÊNCIA PSICOLÓGICA DOMÉSTICA:

“Uma violência “invisível”

PEREIRA, Francieli Aparecida<sup>1</sup>

REZER, Kelly Fernanda<sup>2</sup>

ANJOS, Carin Ávila dos<sup>3</sup>

### RESUMO:

A violência psicológica doméstica é um tema abrangente, presente em toda a sociedade, que não mede distinção em seus integrantes, podendo atingir todos os sexos, gêneros, idades e classes sociais. Trata-se de um assunto de grande relevância que deve ser divulgado e difundido para atingir o maior número de pessoas e vítimas, uma vez que este caracteriza-se como crime, assegurado pela lei brasileira. O objetivo deste trabalho foi expor os prejuízos causados aos indivíduos que são submetidos à violência psicológica no ambiente doméstico, além de conscientizar a população para atentar-se as inúmeras formas de agressão, podendo auxiliar quem as sofre e fornecer a estas uma melhor qualidade de vida. Para realizar a presente revisão bibliográfica narrativa foram realizadas buscas nas bases de dados Scielo e sites da Organização Mundial de Saúde (OMS) e das Organizações das Nações Unidas (ONU). Ao analisar os artigos selecionados, verificou-se que a violência psicológica doméstica não escolhe suas vítimas por classe social, credo religioso, sexo ou idade. Ela apenas faz suas vítimas, em sua grande maioria por ignorância, desrespeito, ou falta de empatia. Por muitas vezes leva a danos irreversíveis chegando a desenvolver a depressão ou levando, até mesmo, ao suicídio.

**PALAVRAS-CHAVE:** violência psicológica; doméstica; silenciosa; agressão.

### 1 INTRODUÇÃO

---

<sup>1</sup> Discentes do IV Termo do Curso de Bacharelado em Psicologia da AJES – Faculdade do Norte de Mato Grosso

<sup>2</sup> Docente da AJES – Faculdade do Norte de Mato Grosso. Bacharel em Psicologia. Especialista em Ciências Criminais e Psicologia Forense. E-mail: kelly.rezer@ajes.edu.br

<sup>3</sup> Discentes do IV Termo do Curso de Bacharelado em Psicologia da AJES – Faculdade do Norte de Mato Grosso

“Ser uma Faculdade inclusiva, comprometida com a formação científica, cidadã e ética”.

Atualmente, o tema violência doméstica psicológica é pouco discutido, uma vez que é algo silencioso e imperceptível, tanto para a vítima quanto para o agressor, entretanto, é causador de grande mal a toda a sociedade. Ademais, é a partir dela que se originam tantas outras violências, como a física e sexual.

Acerca do termo violência psicológica doméstica, Azevedo e Guerra (2001) mencionam que este,

[...] foi cunhado no seio da literatura feminista como parte da luta das mulheres para tornar pública a violência cotidianamente sofrida por elas na vida familiar privada. O movimento político-social que, pela primeira vez, chamou a atenção para o fenômeno da violência contra a mulher praticada pelo seu parceiro, iniciou-se em 1971, na Inglaterra, tendo sido seu marco fundamental a criação da primeira “CASA ABRIGO” para mulheres espancadas, iniciativa essa que se espalhou por toda a Europa e Estados Unidos (meados da década de 1970), alcançando o Brasil na década de 1980 (AZEVEDO; GUERRA, 2001, p. 250).

Tal afirmação nos leva a crer que este tipo de violência estaria relacionado, em sua maioria, contra a mulher, o que não deixa de ser uma verdade, porém, violência psicológica doméstica agrega todos os gêneros, sexos, grupos sociais, culturas e etnias. Segundo a Organização das Nações Unidas (ONU, 1985), a violência psicológica pode ser considerada nos seguintes termos:

As pessoas que individual ou coletivamente, tenham sofrido danos, inclusive lesões físicas e mentais, sofrimento emocional, perda financeira ou redução substancial nos direitos fundamentais, como consequência de ações ou omissões que violem a legislação penal vigente nos estados membros, incluída a que prescreve o abuso de poder [...] (ONU, 1985).

Desse modo, define de forma mais abrangente o que podemos considerar como uma violência psicológica doméstica, ou seja, uma agressão psicológica que pode atingir todo um seio familiar, tendo como fonte quaisquer um dos membros desse grupo. Assim, poderá surgir do esposo para esposa, do pai para o (a) filho (a), dos filhos para com os pais, enfim, poderá surgir de todas as partes.

Diante do exposto, o presente trabalho objetiva expor os prejuízos causados aos indivíduos que são submetidos à violência psicológica no ambiente doméstico. Além disso, conscientizar a população para atentar-se as inúmeras formas de agressão, podendo auxiliar quem as sofre e fornecer a estas uma melhor qualidade de vida.

## 2 VIOLÊNCIA PSICOLÓGICA DOMÉSTICA

**“Ser uma Faculdade inclusiva, comprometida com a formação científica, cidadã e ética”.**

A violência psicológica doméstica está presente em todo o âmbito social de maneira abrangente, sem ser percebida, pois se trata de um processo silencioso. A vítima, muitas vezes, acaba por se subjugar ao seu agressor, justificando o seu comportamento como se a própria vítima houvesse tido atitudes incorretas, como por exemplo: “ele estava nervoso, não fez porque quis”; “eu deveria estar pronta, ele ficou irritado pelo meu atraso, por isso fez o que fez”; “ele bebeu um pouco, se estivesse sóbrio não teria feito”. Buscam “desculpas” para as agressões sofridas, minimizando a atitude do agressor a simples atos do cotidiano, o que faz com que essas atitudes voltem a se repetir continuamente (SILVA; COELHO; CAPONI; 20017).

Porém, o que causa grande preocupação, é que essa violência acaba por anteceder outras formas de violência, como a física e a sexual. Na maioria dos casos, o agressor precisa, primeiramente, fazer com que a vítima se sinta inferior, baixar a sua autoestima e mantê-la em seu domínio, para somente, após, partir para a agressão física, pois saberá que se sentido desta maneira, não tomara atitudes contra ele (MILLER, 2002).

A violência psicológica traz grandes danos a vítima, segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 1998),

a violência psicológica ou mental inclui: ofensa verbal de forma repetida, reclusão ou privação de recursos materiais, financeiros e pessoais. Para algumas mulheres, as ofensas constantes e a tirania constituem uma agressão emocional tão grave quanto as físicas, porque abalam a auto estima, segurança e confiança em si mesma. Um único episódio de violência física pode intensificar o impacto e significado da violência psicológica. Para as mulheres, o pior da violência psicológica não é a violência em si, mas a tortura mental e convivência com medo e terror. Por isso esse tipo de violência deve ser analisado como um grave problema de saúde pública e, como tal, merece espaço de discussão, aplicação da prevenção e criação de políticas públicas específicas para seu enfrentamento (OMS, 1998).

Além disso, estamos em atual momento tão contraditório, no qual uma sociedade induz a todos que vivam em uma realidade ilusória, na qual precisam demonstrar perfeição, felicidade e estabilidade, independentemente da situação que presencia. Pessoas infelizes em seus empregos, em seus relacionamentos abusivos, em famílias autoritárias e manipuladoras, que precisam parecer bem, para serem aceitas perante a sociedade, acabam por aceitarem viverem em situações de menosprezo, discriminação, em meio a ofensas e humilhações, somente para não serem rejeitados pelos outros ( SILVA; COELHO; CAPONI; 20017).

Ademais, o ser humano anda, atualmente, desprovido, ou, não fazendo uso da empatia, anda em busca de auto realização, auto mérito, auto reconhecimento, e, não mede esforços para se sentir desta maneira, por vezes não se preza pelo outro, não é importante o que o outro passa ou sente, somente o que diz respeito a si mesmo. Nota-se a necessidade de estar ciente das condutas de pessoas que se comportam desta maneira, para assim, podermos identificar

**“Ser uma Faculdade inclusiva, comprometida com a formação científica, cidadã e ética”.**

possíveis vítimas dessas agressões, e, poder dar-lhes acolhimento e atenção necessária para que possam sair de tal situação e sentir-se seguros em prosseguir suas vidas de maneira autônoma e independente (AUGUSTO, 2015).

Em suma, as vítimas, em grande parte, são pessoas sempre cobradas ou ridicularizadas que estão sempre tentando agradar os outros, fazendo de tudo para serem aceitas, não sabem dizer não, se sobrecarregam pela preocupação em não desapontar seus companheiros ou familiares, na tentativa de serem perfeitos. No entanto, por não conseguirem, caem em frustrações constantes e submetem-se a situações de violência psicológica, por acharem que merecem ser tratadas desta forma. Sendo assim, as vítimas são pessoas que necessitam de ajuda profissional, que precisam ver o quanto são valiosas e que sim, podem sair de realidades tão degradantes, humilhantes e insatisfatórias. (SILVA; COELHO; CAPONI; 2007)

Entretanto, tais valores de perfeição estão arraigados na sociedade, que se cala frente a esse tipo de violência. Sobre tal assunto, trataremos a seguir.

### **3 O CALAR DA SOCIEDADE FRENTE A VIOLÊNCIA “INVISÍVEL”**

Uma sociedade impregnada de valores morais impostos em interesse de um status de perfeição de seus integrantes, claramente se cala diante de situações de abuso, visto que, para se manter aceito, essa moral deve ser seguida. Infelizmente, uma sociedade assim, adoece seus membros de todas as formas, seja ela física, social e mentalmente. O ser humano necessita fazer parte de um grupo, no entanto, para ser aceito por seus membros, acaba por se submeter a situações degradantes, de humilhação, desprezo, reclusão, desgaste emocional e, por vezes, de submissão social e emocional (AUGUSTO, 2015).

Ademais, o esperado em um lar é uma família compreensiva, que supere entre altos e baixos a vivência atordoada de dias difíceis, que se mantenha afetuosa diante de crises emocionais e financeiras, que se aceitem em meio as suas diferenças e escolhas. Porém, nem sempre é assim, em grande parte dos lares, encontramos pessoas com a alma ferida, com a autoestima em baixa, magoada, desiludida, desesperançada, por um companheiro(a) incompreensivo, intolerante, agressivo, que desestimula com palavras, que agride verbalmente, que tira a liberdade de ir e vir, de ter seus próprios gostos, de usar e vestir o que se quer. Ainda, composta por pais autoritários que massacram seus filhos por não atenderem suas expectativas de perfeição, por seus filhos não seguirem seus passos, não dividirem as mesmas opiniões, entre tantas outras situações degradantes entre familiares e amigos, pessoas que deveriam estar ao lado para apoiar, mas só causam dor e sofrimento (AUGUSTO, 2015).

**“Ser uma Faculdade inclusiva, comprometida com a formação científica, cidadã e ética”.**

No entanto, essas vítimas mantêm-se caladas, pois acabam por achar que são culpadas pela forma que são tratadas, acham que se submeter a situações assim é sua punição por não atender as expectativas esperadas, se calam, para não perderem o lar, o teto, o amor, o respeito que acham que tem por parte do agressor. A sociedade, por sua vez, veda seus olhos para não ver a dor alheia, porque não cabe a pessoas de fora resolver problemas familiares, sim, infelizmente é essa a visão que se tem atualmente, “por que eu deveria me meter nisso? Já tenho meus próprios problemas, não preciso de mais um...”, a sociedade está cega para o que realmente importa, busca-se somente o próprio bem-estar, não procurando ver a realidade que esta frente dos próprios olhos o tempo todo (SILVA; COELHO; CAPONI; 20017).

Então, é mais fácil fingir não ver o que realmente acontece, para não precisar enfrentar o problema, problema este que acaba por ser social, pois essa violência, que acontece de forma silenciosa, obscura, influencia seus membros, pessoas que se sentem no direito de maltratar, ofender e desmerecer as outras, “porque em casa é assim”, “se posso fazer isso lá, posso fazer em qualquer lugar”, ou até mesmo, “se eu sou tratada assim, também tenho o direito de fazê-lo”. Pensamentos como esses são recorrentes com as vítimas desse tipo de violência, e acontece diariamente diante de uma sociedade doente e cega.

Não nos cabe julgar quem se cala, todos têm suas escolhas, aliás,

O motivo que leva a vítima a ocultar este tipo de violência pode ter as mais variadas origens e justificativas, e a cada um cabe qualificar o valor dos seus problemas. Apesar disso, não podemos ser coniventes e admitir que esse comportamento violento seja ignorado pela sociedade [...] (AUGUSTO, 2015).

As consequências que as vítimas de violência psicológica sofrem são inúmeras e graves, podendo acometer toda sua vivencia e afetar todas as esferas da vida, podem ser citados:

[...] sentimentos de humilhação, ira, vergonha e impotência; preocupação constante pelo trauma; auto-culpabilização, com tendência a reviver e perceber o acontecimento como responsável principal pelo mesmo; perda progressiva de autoconfiança pelos sentimento de impotência por ela experimentados; alteração do sistema de valores, em particular, quebra de sua confiança nos demais e na existência de uma ordem justa; falta de interesse e motivação para atividades e afeições prévias; incremento de sua vulnerabilidade com temor a viver em um mundo perigoso e perda de controle de sua própria vida; diminuição da autoestima; ansiedade, depressão, agressividade; alterações do ritmo e conteúdo do sono, disfunções sexuais; dependência e isolamento; mudanças drásticas no estilo de vida, medo de frequentar os lugares de costume etc. (RODRIGUEZ; JARABO; MOLINA; GOMES, 2002, pp. 86-87)

Nota-se a necessidade de abrir os olhos da sociedade, para que ela veja que isso não é normal, pessoas precisam ser motivadas, aceitas, acolhidas e compreendidas, independente de suas escolhas, erros, orientação, religião, sexo e condição social. Necessita-se abranger essa visão

**“Ser uma Faculdade inclusiva, comprometida com a formação científica, cidadã e ética”.**

limitada de não tomar atitudes frente a situações inadequadas, frente ao desrespeito e ao preconceito. Ademais, são necessárias mudanças de hábitos e de atitudes, intervindo e auxiliando essas vítimas a enxergarem que podem tomar as rédeas de suas próprias vidas e não aceitarem ser tratadas de qualquer forma, que merecem respeito e dignidade.

Em suma, tal violência precisa ser vista pela sociedade como um problema social, ao qual as pessoas tratam como normal e rotineiro. Ademais, ao falar em violência, remete-se às punições que o Código Penal impõe para quem as comete, uma vez que tal ação pode deixar grandes sequelas em suas vítimas.

#### **4 AS PUNIÇÕES PARA QUEM COMETE A VIOLÊNCIA PSICOLÓGICA DOMÉSTICA**

As vítimas acometidas pela violência psicológica carregam em suas vidas sequelas dessas agressões e podem desenvolver quadros de depressão, desesperança, ideação e tentativas de suicídio, além de abuso excessivo de álcool e drogas. Além disso, apresentam quadros de transtornos pós-traumáticos, distúrbios de alimentação e de sono, consequências graves para situações que não são vistas, por serem tratadas como “comuns” (GOMES, 2012).

Felizmente a realidade vem se alterando, pois, essa violência é crime, visto que,

A segurança é considerada como um direito social assegurado no artigo 6º, da Constituição Federal. Por esta razão, cabe ao Estado assegurar a assistência à família, na pessoa de cada um dos que a integram, criando mecanismos para coibir a violência no âmbito de suas relações conforme parágrafo 8º, do artigo 226, da Constituição Federal. (SANTOS; GOMINHO, 2006)

Ademais, um crime respaldado em lei, que quando denunciado e comprovado sua veracidade recebe a punição imposta pela justiça. A lei que prescreve o crime e assegura amparo as vítimas de violência psicológica é a de n.º 13.772/2018, art. 7º, inciso II, Lei Maria da Penha que descreve:

A violência psicológica, entendida como qualquer conduta que lhe cause danos 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, violação de sua intimidade, ridicularização, exploração e limitação do direito de ir e vir ou qualquer outro meio que lhe cause prejuízo à saúde psicológica e à autodeterminação (BRASIL, 2018).

“Ser uma Faculdade inclusiva, comprometida com a formação científica, cidadã e ética”.

As penas e punições asseguradas pela lei regida pela Constituição Brasileira variam desde medidas restritivas até prisões diante do contexto da ação do crime, da reincidência, da gravidade do fato, enfim, varia de acordo com o caso. Cabe ao juiz estabelecer a pena, a partir da análise do caso apresentado perante as provas, relatos e depoimentos (BRASIL, 2018).

A violência psicológica é um crime, e essa informação precisa ser difundida, disseminada, para que essa atitude considerada, infelizmente, como normal até os dias atuais, possa ser punida e suas vítimas possam receber a assistência necessária e o acolhimento adequado, para que quadros de transtornos não se instalem e prejudiquem sua saúde mental, e para que, em situações em que as vítimas já apresentem transtornos psicológicos, possam receber a atenção e tratamento adequados para reestabelecer sua saúde e integridade.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A violência psicológica doméstica não escolhe suas vítimas por classe social, credo religioso, sexo ou idade. Ela apenas faz suas vítimas, em sua grande maioria por ignorância, desrespeito, ou falta de empatia. Por muitas vezes, leva a danos irreversíveis fazendo com que suas vítimas venham a viver a margem da sociedade, chegando a desenvolver a depressão ou até mesmo a cometerem suicídios.

Nota-se a necessidade da divulgação e da disseminação de informações que assegurem que ser mutilado emocionalmente não é normal, é essencial para que as vítimas se sintam encorajadas a denunciar, a procurar ajuda e assim libertarem-se de situações de risco.

Cabe também as autoridades governamentais assegurar a realização e divulgação de campanhas sobre o tema, afinal, trata-se de um tipo de violência presente em grande parte dos lares brasileiros, tornando-se um problema de saúde pública, que interfere no bem-estar e na saúde dos integrantes da sociedade, não somente no seu convívio familiar, mas também no seu convívio social.

## REFERÊNCIAS

AUGUSTO, Naiara C. **Vamos conversar sobre a dor na alma! – A violência psicológica contra a mulher.** Disponível em: < <https://jus.com.br/artigos/39519/vamos-conversar-sobre-dor-na-alma-a-violencia-psicologica-contr-a-mulher> >. Acesso em 03 de novembro de 2.019.

“Ser uma Faculdade inclusiva, comprometida com a formação científica, cidadã e ética”.

GOMES, Rilzeli Maria. **Mulheres vítimas de violência doméstica e transtorno de estresse pós-traumático: Um Enfoque Cognitivo Comportamental**. Revista de Psicologia da IMED, vol.4, n.2, p. 672-680, 2012.

OMS. Organização Mundial de Saúde. Organização Pan-Americana de Saúde. **La unidad de salud de la mujer de la OMS (WHD). Violência contra la mujer: un tema de salud prioritario**. Ginebra, 1998. (Sexta Sesión Plenaria, 25 de mayo de 1996. Junio 1998 - A 49-vr-6).

ONU. Organização das Nações Unidas. Resolução da Assembléia das Nações Unidas. Local: 1985.

BRASIL. **LEI Nº 13.772, DE 19 DE DEZEMBRO DE 2018**. Altera a Lei nº 11.340, de 7 de agosto de 2006 (Lei Maria da Penha), e o Decreto-Lei nº 2.848, de 7 de dezembro de 1940 (Código Penal), para reconhecer que a violação da intimidade da mulher configura violência doméstica e familiar e para criminalizar o registro não autorizado de conteúdo com cena de nudez ou ato sexual ou libidinoso de caráter íntimo e privado. Brasília-DF, 2018. Disponível em: <[http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_Ato2015-2018/2018/Lei/L13772.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato2015-2018/2018/Lei/L13772.htm)>. Acesso em: 10 nov. 2019.

BRASIL. **LEI Nº 11.340, DE 7 DE AGOSTO DE 2006**. Cria mecanismos para coibir a violência doméstica e familiar contra a mulher, nos termos do § 8º do art. 226 da Constituição Federal, da Convenção sobre a Eliminação de Todas as Formas de Discriminação contra as Mulheres e da Convenção Interamericana para Prevenir, Punir e Erradicar a Violência contra a Mulher; dispõe sobre a criação dos Juizados de Violência Doméstica e Familiar contra a Mulher; altera o Código de Processo Penal, o Código Penal e a Lei de Execução Penal; e dá outras providências. Brasília-DF, 2006. Disponível em: <[http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_ato2004-2006/2006/lei/l11340.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2004-2006/2006/lei/l11340.htm)>. Acesso em: 16 nov. 2019.

RODRIGUEZ, Enrique Esbec; JARABO, Gregório Gomes. Psicología forense y tratamiento jurídico legal de la discap. Apud: MOLINA, Antonio García-Pablos de Molina; GOMES, Luiz Flávio. Criminologia. 4. Ed., rev., atual e ampl. São Paulo: **Revista dos Tribunais**, 2002, p. 86-87.

SANTOS, Leide J S; GOMINHO, Leonardo B F. **Danos decorrentes da violência psicológica sofridos pela mulher**. Disponível em: <<https://ferrazbar.jusbrasil.com.br/artigos/373315014/danos-decorrentes-da-violencia-psicologica-sofridos-pela-mulher>>. Acesso em 03 de novembro de 2019.



SEMINÁRIO CIENTÍFICO E CULTURAL DA AJES  
FACULDADE DO NORTE DE MATO GROSSO

*Ano 2019*

**“Ser uma Faculdade inclusiva, comprometida com a formação científica, cidadã e ética”.**

SILVA, Luciane Lemos; COELHO, Elza B Salema; CAPONI, Sandra N Curulho. **Violência Silenciosa:** Violência psicológica como condição da violência física doméstica. Disponível em: <<https://www.scielo.org/article/icse/2007.v11n21/93-103/>>. Acesso em 24 agosto de 2019.