



Violência psicológica contra mulheres:

reconhecer para
prevenir e enfrentar

Um guia para entender, prevenir e enfrentar a violência psicológica contra mulheres, abordando
sinais, leis, dados e ações estruturais

Realização:



Expediente

Esta cartilha é uma ação da **ALIANÇA
PELAS MULHERES.**

Realização

TODA CIDADÃ
INSTITUTO AURORA para Educação em
Direitos Humanos

Coordenação

Michele Bravos | Instituto Aurora para Educação
em Direitos Humanos

Co-coordenação

Gabriela Toso | Toda Cidadã

Redação

Ana Carolina Soares | Instituto Justiça Delas
Bruna Camilo | Visibilidade Feminina
(organização convidada)
Camila Rufato Duarte | Direito Dela
Gabriela Resende Barreto | Não Era Amor
Gabriela Toso | Toda Cidadã
Isabelle Faria | Instituto Justiça Delas
Julyelle Conceição | Não era amor

Laís Pereira | Não era amor
Luiza Cotta Pimenta | Direito Dela
Michele Bravos | Instituto Aurora

Elaboração do “Mapa das principais vozes no enfrentamento à violência psicológica contra mulheres - Organizações da Sociedade Civil”

Manuela Pirolo | Toda Cidadã

Edição

Michele Bravos | Instituto Aurora
Gabriela Toso | Toda Cidadã

Revisão textual

Gabriela Toso | Toda Cidadã
Isabela Pontes | Toda Cidadã
Michele Bravos | Instituto Aurora

Projeto gráfico e Diagramação

Rafaella Moura

Imagen da capa e miolo

Freepik

Não pode ser seu
amigo quem exige seu
silêncio ou atrapalha
seu crescimento.

Alice Walker

Sobre a

Aliança Pelas

Mulheres (APM)

A Aliança Pelas Mulheres (APM) é uma coalizão de organizações que atua na promoção dos direitos das mulheres através de advocacy, eventos, pesquisas e a promoção de conscientização sobre a violência de gênero.

A coalizão nasce do entendimento que as violências contra as mulheres e a estrutura patriarcal da qual elas nascem, sempre atreladas às estruturas racistas e classistas, são um problema complexo e que, portanto, dependem de múltiplas soluções.

Ainda, a coalizão entende que a diversidade do Brasil, com suas múltiplas regiões, costumes e desigualdades, também deve ser observada ao se construírem ações coletivas que visem a promoção dos direitos das mulheres. Por isso, usa da intersecionalidade como método para pensar ações e estratégias de educação, prevenção e enfrentamento a todas as formas de violência contra as mulheres.

Formada por organizações e consultoras residentes nas 5 regiões brasileiras, com atuações nas áreas do direito, assistência social, comunicação, educação em direitos humanos, pesquisa e psicologia, a APM traz um olhar sobre gênero multiprofissional e com foco nas

interseccionalidades entre raça, classe, gênero, origens geográficas e outros marcadores sociais.

Atuam na APM as organizações:

A **Toda Cidadã**, que democratiza a educação política como forma de garantir acesso à cidadania. Faz isso por meio de capacitações para que mulheres e jovens compreendam e tenham voz ativa em debates políticos e sociais, além de entenderem como acessar seus direitos.

O **Instituto Aurora**, que tem como missão educar em direitos humanos, ampliando a compreensão do tema e promovendo diálogos para o reconhecimento das diferenças e a construção da paz.

A **Não Era Amor**, que existe para impactar as lheiras, a psicologia e a sociedade para a construção de um mundo livre de relacionamentos abusivos.

O **Direito Dela**, que é uma plataforma dedicada a informar os direitos das mulheres de forma acessível por meio das redes sociais. Além disso, possui uma rede que conecta advogadas de todo o Brasil entre si e com potenciais clientes.

O **Instituto Justiça Delas**, que promove e protege os direitos de todas as mulheres em situação de violência de gênero por meio de iniciativas de educação, capacitação, acolhimento e *advocacy*, em articulação com o poder público e empresas privadas.

O **Instituto Odara** – Instituto da Mulher Negra, que é uma organização negra feminista, centrada no legado africano, que atua pelo fortalecimento da autonomia e garantia de direitos das mulheres negras e pelo enfrentamento às violências raciais e de gênero.

Além das organizações, fazem parte da APM as consultoras **Luanna Oliveira**, mestra em Serviço Social pela Universidade Federal da Paraíba (UFPB), pesquisadora nas áreas de Gênero, Violência e Segurança pública, e **Luiza Pimenta**, advogada, pesquisadora mestra em Ciências Sociais pela Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF) e organizadora do livro Gênero e Sexualidade.

Sobre as Organizações Realizadoras

Toda Cidadã

A Toda Cidadã é uma organização sem fins lucrativos que nasceu em 2022, com o objetivo de democratizar a educação cidadã para mulheres em situação de vulnerabilidade. Entendemos a cidadania como o acesso pleno a direitos fundamentais e recursos que permitem a participação social.

Nosso método educacional inclui análises sobre como as desigualdades de gênero e suas intersecionalidades afetam o acesso à cidadania de mulheres, seja em razão de violências de gênero, seja em razão de questões socioeconômicas.

Desde o seu lançamento, em 2022, a Toda Cidadã já impactou mais de 7 mil mulheres e meninas com seus cursos, e realizou parcerias para ampliar ainda mais esse alcance.

A Toda Cidadã integra a Rede Nacional de Educação Cidadã e já foi reconhecida pelo programa Impacto - TODXS, pelo Porto Social (Programa GE Formando Líderes), e pelo YLAI, *fellowship* do Departamento de Estado dos EUA e da organização IREX.

<https://www.todacidada.org/quem-somos>

Instituto Aurora

Instituto Aurora para Educação em Direitos Humanos, com atuação desde 2018, tem como missão promover e defender a educação em direitos humanos, ampliando a compreensão do tema e promovendo diálogos para o reconhecimento das diferenças e para a construção da paz. Alinhados com a Agenda 2030 da ONU, atuamos com populações vulneráveis e não-vulneráveis, com especial atenção

aos jovens, às meninas e mulheres, e aos servidores públicos de áreas estratégicas de mudança, como: da justiça, da segurança pública e da educação. Desde 2020, produzimos pesquisas sobre o contexto institucional da Educação em Direitos Humanos no Brasil, utilizando esses dados para embasar ações de advocacy.

Desejamos que nossa organização seja reconhecida por educar em direitos humanos de forma dialógica, plural e despolarizada. Almejamos integrar um país socialmente justo, livre de desigualdades e preconceitos, e que compreenda sua humanidade compartilhada.

O Instituto Aurora já esteve presente no conselho consultivo da ouvidoria externa da Defensoria Pública do Paraná, na Comissão de Estudos de Violência de Gênero da OAB/PR e na Comissão Municipal de Direitos Humanos de Curitiba. Atualmente, integra a Rede Brasileira de Educação em Direitos Humanos na seção Paraná, o Comitê Estadual de Educação em Direitos Humanos do Paraná e a Comissão Nacional de Políticas Educacionais em Direitos Humanos do Ministério da Educação/MEC.

<https://institutoaurora.org/>

Sumário

APRESENTANDO A VIOLÊNCIA CONTRA MULHERES	17
O que é e o que não é violência psicológica? (<i>Por Instituto Aurora</i>)	8
O que diz a Lei Maria da Penha e o Código Penal? (<i>Por Instituto Aurora</i>)	19
Estatísticas e dados atuais: o que sabemos? (<i>Por Não Era Amor</i>)	21
ENTENDENDO A VIOLÊNCIA CONTRA MULHERES	25
1. Reconheça os sinais da violência psicológica contra mulheres (<i>Por Toda Cidadã</i>)	26
1.1 Sinais de Violência Psicológica nas Relações Afetivas	27
1.2 Sinais de Violência Psicológica no Trabalho	28
1.3 Sinais de Violência Psicológica nas Comunidades de Fé	29
1.4 Sinais de Violência Psicológica na Internet	29
1.5 Sinais de Violência Psicológica na Política	30
2. Como amparar mulheres vítimas de violência psicológica por pessoas dos seus círculos mais próximos? (<i>Por Não Era Amor</i>)	32
3. A misoginia online propagada por <i>redpills</i> e <i>incels</i> (<i>Por Visibilidade Feminina e Instituto Aurora</i>)	36
3.1 Caminhos possíveis	38
4. O que a sociedade perde quando a violência psicológica interrompe a atuação de mulheres na política? (<i>Por Toda Cidadã</i>)	40

5. Atuação da saúde e segurança pública para a prevenção e enfrentamento da violência psicológica contra a mulher (<i>Por Instituto Justiça Delas</i>)	44
5.1 O papel dos Centros de Assistência Social	45
5.2 O papel das Delegacias da Mulher	46
6. Como fica o psicológico das advogadas defensoras de mulheres vítimas de violência psicológica? (<i>Por Direito Dela</i>)	48
OSCS NO COMBATE À VIOLENCIA CONTRA MULHERES (<i>Por Toda Cidadã</i>)	53
A VIOLENCIA CONTRA MULHERES NO CONGRESSO (<i>Por Instituto Aurora</i>)	57
PL 409/2023 (em tramitação/ CMulher)	58
PL 5467/2023 (em tramitação/CCJC)	59
PL 2783/2021 (arquivado)	59
RECOMENDAÇÕES PARA O COMBATE À VIOLENCIA CONTRA MULHERES	61
i. Elaboração de normas específicas (<i>Por Justiça Delas</i>)	62
ii. Emendas para acolhimento de vítimas de violência psicológica (<i>Por Toda Cidadã</i>)	62
iii. Ações formativas de educação em direitos humanos (<i>Por Instituto Aurora</i>)	63
iv. Campanhas de comunicação interna de cunho informativo (<i>Por Não Era Amor</i>)	64
v. Campanhas de comunicação externa de cunho informativo (<i>Por Direito Dela</i>)	66

Apresentando

a violência

psicológica

contra mulheres

O que é e o que não é violência psicológica?

*Michele Bravos
Instituto Aurora*

A violência psicológica é caracterizada por comportamentos que afetam a saúde emocional e mental da mulher. É importante saber o que ela é e o que não é, para melhor orientar o desenho das políticas públicas sobre o tema, bem como o treinamento de equipes para o atendimento adequado a uma vítima de violência psicológica.

O que é violência psicológica?

É quando uma pessoa usa palavras ou atitudes para enfraquecer o emocional da mulher, controlando suas ações, pensamentos e sentimentos. Isso pode incluir:

AMEAÇAS

Quando o agressor ameaça prejudicar a mulher ou pessoas da família e círculo de amizades.

HUMILHAÇÃO

Insultos constantes, críticas que diminuem a autoestima ou exposição a situações constrangedoras.

ISOLAMENTO

Quando o agressor impede a mulher de manter contato com suas amizades, familiares ou outras pessoas de seu convívio social.

CONTROLE

O agressor monitora e tenta controlar todas as decisões da vítima, seja financeira, profissional ou pessoal.

DESVALORIZAÇÃO

Comentários que desqualificam a mulher, suas conquistas e suas habilidades, fazendo-a duvidar de seu valor.

O que não é violência psicológica?

Os conflitos fazem parte das relações interpessoais e, por isso, discussões e desentendimentos são normais na convivência entre pessoas. A diferença está no exercício de poder com intenção de controle. Veja situações que são comuns:

CONFLITOS PONTUAIS

Discussões que ocorrem em situações isoladas, sem um padrão contínuo de desrespeito.

OPINIÕES DIVERGENTES

Quando pessoas têm pontos de vista diferentes, desde que sejam expressados com respeito.

CRÍTICAS CONSTRUTIVAS

Quando alguém aponta algo a melhorar, mas sem o intuito de desvalorizar ou ofender a pessoa.

O que diz a Lei Maria da Penha e o Código Penal?

A Lei Maria da Penha (Lei nº 11.340/2006) foi um marco na proteção dos direitos das mulheres no Brasil, criando mecanismos mais eficientes para prevenir e punir a violência doméstica e familiar. Com esta lei ficou evidente que a violência contra mulher era também responsabilidade do Estado, passando a mensagem de que **uma violência, ainda que ocorrida no âmbito privado, não poderia ser minimizada.**

A violência psicológica é, segundo a Lei Maria da Penha, uma das formas de abuso contra a mulher,

juntamente com a violência física, sexual, patrimonial e moral. No Artigo 7º, inciso II, dessa lei, violência psicológica é definida como:

“a violência psicológica, entendida como qualquer conduta que lhe cause dano emocional e diminuição da autoestima ou que lhe prejudique e perturbe o pleno desenvolvimento ou que vise degradar ou controlar suas ações, comportamentos, crenças e decisões, mediante ameaça, constrangimento, humilhação, manipulação, isolamento, vigilância constante, perseguição contumaz, insulto, chantagem, 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”

A Lei Maria da Penha prevê que as mulheres em situação de qualquer tipo de violência, incluindo a psicológica, tenham direito a atendimento especializado e multidisciplinar, o que inclui apoio psicológico, jurídico e social. Além disso, a lei é objetiva em dizer que, para proteger a integridade física e também psicológica da vítima, estabelece-se medidas protetivas de urgência, como o afastamento do agressor do lar, o impedimento de

frequentação de determinados lugares e a proibição de contato com a vítima.

O Código Penal brasileiro também trata da violência psicológica, especialmente após a Lei nº 14.188/2021, que introduziu o crime de violência psicológica contra a mulher no artigo 147-B, em que se lê:

"Causar dano emocional à mulher que a prejudique e perturbe seu pleno desenvolvimento ou que vise a degradar ou a controlar suas ações, comportamentos, crenças e decisões, mediante ameaça, constrangimento, humilhação, manipulação, isolamento, chantagem, ridicularização, limitação do direito de ir e vir ou qualquer outro meio que cause prejuízo à sua saúde psicológica e autodeterminação."

A pena prevista é de seis meses a dois anos de prisão, além de multa, para quem causar dano emocional que prejudique e perturbe o pleno desenvolvimento da mulher ou vise controlar seu comportamento e decisões.



Estatísticas e dados atuais: **o que sabemos?**

*Gabriela Resende Barreto
Não Era Amor*

De acordo com o **18º Anuário Brasileiro de Segurança Pública: 2024**, a violência doméstica contra a mulher teve um aumento significativo, tendo um crescimento de 9,8% em relação a 2022, totalizando 258.941 vítimas mulheres. Especificamente em relação à violência psicológica, o aumento foi de 33,8%, tendo sido 38.507 mulheres que registraram boletim de ocorrência.

O crime de ameaça e de *stalking* (perseguição), por estarem interligados com o crime de violência psicológica, também merecem destaque. O referido Anuário de 2024 registrou que, em 2023, 778.921 mu-

lheres registraram boletins de ocorrência em razão do crime de ameaça. Isso significa 2.134 registros por dia e um crescimento anual de 16,5% em relação ao ano anterior, de 2022. Já em relação ao crime de *stalking*, que pode também ocorrer de forma virtual, por telefonemas, mensagens de texto, e-mails, redes sociais, 77.083 mulheres registraram ocorrências, o que representa um aumento de 34,5%.

A tabela a seguir, presente no citado Anuário, relaciona os dados de violência psicológica e do crime de *stalking* em todas as regiões do Brasil nos anos de 2022 e 2023:

Brasil e Unidades da Federação	Perseguição (<i>stalking</i>) ⁽¹⁾					Violência Psicológica ⁽²⁾				
	N.ºs Absolutos		Taxas ⁽³⁾		Variação (%)	N.ºs Absolutos		Taxas ⁽³⁾		Variação (%)
	2022 ⁽⁴⁾	2023	2022	2023		2022 ⁽⁴⁾	2023	2022	2023	
Brasil	57.294	77.083	54,8	73,7	34,5	28.771	38.507	27,5	36,8	33,8
Acre	230	221	55,5	53,3	-3,9	271	378	65,4	91,2	39,5
Alagoas	300	520	18,4	31,9	73,3	484	429	17,3	26,3	51,1
Amapá	888	1.004	240,5	271,9	13,1	642	639	173,9	173,1	-0,5
Amazonas	1.613	1.877	81,6	95,0	16,4	3.784	3.562	191,5	180,3	-5,9
Bahia	1.631	2.414	22,3	33,0	48,0
Ceará	1.447	1.812	31,9	39,9	25,2	883	1.074	19,5	23,7	21,6
Distrito Federal	1.925	2.283	130,8	154,8	18,6	936	1.304	63,5	88,4	39,3
Espírito Santo	512	661	26,1	33,7	29,1	388	503	19,8	25,6	29,6
Goiás	2.914	3.711	81,2	130,4	27,4	1.792	2.737	49,8	76,2	52,7
Maranhão	723	840	21,0	24,4	16,2	743	1.260	21,6	36,6	69,6
Mato Grosso	1.227	1.808	67,5	99,5	47,4	-	-	-	-	-
Mato Grosso do Sul	1.373	1.223	98,0	87,3	-10,9	417	602	29,8	43,0	44,4
Minas Gerais ⁽⁵⁾	3.126	4.385	29,7	41,4	39,4	1.678	2.341	15,9	22,2	39,5
Pará	1.168	1.931	28,7	47,5	65,3	1.946	2.130	47,8	52,4	9,5
Paraíba	605	930	29,4	45,2	53,7	325	495	15,8	24,1	52,3
Paraná	5.476	7.004	93,3	119,4	27,9	1.567	1.887	26,7	32,2	20,4
Pernambuco ⁽⁶⁾	768	1.024	16,2	21,6	33,3	96	796	2,0	16,8	729,2
Piauí	737	1.045	44,1	62,6	41,8	549	515	32,9	30,8	-6,2
Rio de Janeiro	2.642	2.743	31,2	32,4	3,8	1.992	3.038	23,5	38,5	52,6
Rio Grande do Norte	761	1.155	44,7	67,8	51,8	-	-	-	-	-
Rio Grande do Sul	5.505	6.596	97,8	116,7	19,3	3038	5074	54	90,2	67
Rondônia	295	426	37,0	53,7	44,4	53	40	6,7	5,0	-24,5
Roraima	237	524	74,9	165,7	121,1	4.518	5.578	1.428,3	1.763,4	23,5
Santa Catarina	3.142	4.072	81,4	105,5	29,6	2.036	3.201	52,8	82,9	57,2
São Paulo	17.079	25.510	74,2	110,8	49,4	-	-	-	-	-
Sergipe	527	803	45,7	69,7	52,4	398	452	34,5	39,2	13,6
Tocantins	443	615	58,7	81,5	38,8	435	471	57,7	62,5	8,3

Legenda

(...) Informação não disponível.

Ø Fenômeno inexistente.

(1) Refere-se à categoria prevista no Art. 147-A, em redação dada pela Lei 14.132/2021, que a define como “Perseguir alguém, reiteradamente e por qualquer meio, ameaçando-lhe a integridade física ou psicológica, restringindo-lhe a capacidade de locomoção ou, de qualquer forma, invadindo ou perturbando sua esfera de liberdade ou privacidade” e que prevê agravamento da pena quando o ato é cometido contra mulheres por razão da condição do sexo feminino (§1º, inciso II).

(2) Refere-se à categoria prevista no Art. 147-B, em redação dada pela Lei 14.188/2021, que a define como “Causar dano emocional à mulher que a prejudique e perturbe seu pleno desenvolvimento ou que vise a degradar ou a controlar suas ações, comportamentos, crenças e decisões, mediante ameaça, constrangimento, humilhação, manipulação, isolamento, chantagem, ridicularização, limitação do direito de ir e vir ou qualquer outro meio que cause prejuízo à sua saúde psicológica e autodeterminação.”

(3) Taxa por 100 mil mulheres.

(4) Atualização das informações publicadas no Anuário Brasileiro de Segurança Pública, ano 17, 2023.

(5) Em 2022, o dado de violência psicológica refere-se ao período de março a dezembro.

(6) Em 2022, o dado de Violência psicológica refere-se ao período de setembro a dezembro.

Fonte: Secretarias Estaduais de Segurança Pública e/ou Defesa Social; Polícia Civil do Estado do Acre; Polícia Civil do Distrito Federal; Instituto de Segurança Pública/RJ (ISP); Censo 2022 - IBGE; Fórum Brasileiro de Segurança Pública.

Entendendo

a violência

psicológica

contra mulheres

Reconheça os **sinais da** **violência** **psicológica** **contra** **mulheres**

Por **Gabriela Toso**
Toda Cidadã

No imaginário popular, ao ouvir falar sobre violência contra as mulheres, dificilmente o que vem à tona são as violências psicológicas. O pensamento inicial pode voltar-se para situações de agressões físicas ou sexuais, e mesmo essas são muitas vezes descredibilizadas, usando do imagético da “mulher de bandido” ou da dicotomia “mandona-prostituta” para invalidar o sofrimento que mulheres sofrem nas mãos de seus “parceiros”.

Embora saibamos que violências também existem em relações homoafetivas, cito parceiros, no masculino, porque é dos homens que procede a maior parte dessas violências. Pudera: a noção de que mulheres são inferiores aos homens é milenar, e a de que eles têm não só o direito, mas o dever de violentá-las quando não cumprem seus caprichos já foi até determinada por lei: nas Ordenações Filipinas, era permitido ao marido matar sua esposa.

Embora legalmente tenhamos avançado na proteção aos direitos das mulheres, no aspecto cultural, ainda temos muito a avançar. A naturalização da violência contra a mulher se escancara na cultura brasileira — na mídia, em fóruns de internet, em casos de feminicídio e na própria política, em que falas e posturas agressivas às mulheres são toleradas.

A violência doméstica é, por natureza, privada. Essa esfera é onde fica difícil encontrar apoio — afinal, nem toda violência deixa marcas visíveis. Se a naturalização do fenômeno da violência contra as mulheres é tão corriqueira na esfera pública e no mundo online, como fazem as mulheres para navegar as esferas afetivas onde frequentemente são expostas à agressões?

E, se todas as violências fatais contra a mulher iniciam na violência psicológica — uma vez que essa sozinha já causa suficientes danos à saúde física e psicológica da mulher, tornando-se um verdadeiro problema de saúde pública —, como os tomadores de decisão podem enxergá-la a tempo, criar políticas públicas que a previnam e amparem eventuais vítimas?

Neste capítulo, falaremos sobre alguns sinais de violência psicológica, essa forma insidiosa de agressão que, muitas vezes, se manifesta de maneira sutil e passa despercebida. Nesse sentido, o objetivo das próximas páginas é o de apoiar gestores públicos na compreensão desse problema. Afinal, é quando o compreendemos que se torna possível agir de forma certeira.

Sinais de Violência Psicológica nas Relações Afetivas

Pesquisadores desenharam o modelo do ciclo do relacionamento abusivo para melhor ilustrar o que acontece numa relação onde a violência psicológica está presente.

Geralmente, essas relações se iniciam por meio de uma espécie de conto de fadas, onde a vítima é bombardeada de atenção e promessas de amor. Essa tática foi nomeada de *love bombing* e costuma funcionar principalmente devido à questões sociais, como o estado de privação de afeto e sobrecarga que a maior parte das mulheres se encontra, além dos aspectos culturais que ensinam meninas desde a mais tenra infância um modelo de amor romântico que costuma recair em estereótipos de gênero.

Após essa primeira fase, há o isolamento gradual da vítima daqueles que a amam, como amigos e família, podendo ser seguida de momentos de insultos dis-

farçados de elogios e uma fase de crescente tensão. Nessa fase, a vítima costuma sentir-se de forma similar a um “pisar em ovos” — e a escalada de tensão cresce até que aconteça uma explosão violenta — seja em formato de aumento e refinamento da violência psicológica, ou de violência verbal, patrimonial, sexual ou física.

Seguindo-se a essa explosão, a próxima fase é de arrependimento, pedido de desculpas, promessas de que o agressor irá melhorar. Como nessa fase a vítima já está isolada de família e amigos, e o agressor volta a se comportar como no início, há uma tendência de a relação ser continuada e migrar para a fase de lua de mel, que será seguida pelo aumento de tensão, explosão, fazendo o ciclo se reiniciar.

Nesse sentido, em relações afetivas, a violência psicológica pode se manifestar por meio de comportamentos como controle excessivo, manipulação emocional, desvalorização constante, ameaças veladas, isolamento de amigos e familiares, entre outros. Muitas vezes, a parceira sente-se culpada ou confusa, acreditando que suas reações são exageradas, o que dificulta ainda mais a identificação do abuso.

Sinais de Violência Psicológica no Trabalho

No ambiente de trabalho, a violência psicológica pode se manifestar de diferentes formas. Ela pode ocorrer horizontalmente, no formato de *bullying* de colegas de mesmo nível hierárquico, ou verticalmente, quando há uma diferença hierárquica em que superiores realizam práticas de assédio ou violência psicológica com as vítimas.

Não à toa, tais violências ao acontecerem contra mulheres costumam vir carregadas dos estereótipos das expectativas de gênero (e, muitas vezes, raça e sexualidade), sendo comum em profissões feminizadas, como a enfermagem ou contra trabalhadoras domésticas.

A violência psicológica no trabalho produz efeitos devastadores na autoestima das vítimas, que se sentem muitas vezes impossibilitadas de saírem da situação, dado que o trabalho é a sua fonte de subsistência, e o medo de perda do emprego muitas vezes faz com que a situação seja mais difícil de ser superada.

Algumas das formas pelas quais ela se manifesta é por meio de: assédio moral, em que a mulher é alvo de críticas constantes, desmerecimento de seu trabalho ou até mesmo exclusão social; sexual, quando esse assédio passa a conter sugestões sexuais ou até avanços indesejados; exposição à gritos; psicoteror; entre outros. Esse tipo de comportamento gera um clima hostil e pode afetar a autoestima da vítima, tornando-a hesitante em buscar ajuda ou denunciar a situação.

Sinais de Violência Psicológica **nas Comunidades de Fé**

No livro **Cultos**, a autora aborda como a linguagem de seitas é usada para facilitar a violência psicológica contra mulheres em comunidades de fé. Nele, a autora explica como conceitos relacionados à submissão feminina, autorresponsabilização, perdão e até a ideia de amor são manipulados por alguns líderes de religiões para praticar a violência psicológica contra mulheres, que, muitas vezes,

de forma similar a um relacionamento abusivo, leva a outros tipos de violência, mais comumente a violência patrimonial.

Para além da violência praticada pelos próprios líderes de comunidades de fé — que costumam ter um peso maior para a vítima, dado que essa violência é supostamente cometida em nome do poder divino —, também pode haver a naturalização da violência cometida por terceiros, em nome da manutenção da comunidade de fé, de valores que prezam por papéis de gênero tradicionais ou simplesmente da falta de preparo dos líderes dessas comunidades para lidar com essa questão.

Sinais de Violência Psicológica **na Internet**

Embora saibamos que a violência psicológica na internet possa ser difícil de ser mensurada, pois depende de interações algorítmicas em plataformas, ela também deixa rastro. Alguns exemplos

são, ações de grupos organizados (como os *incels* ou *redpills*), de comentários feitos em modo privado, podendo ser agravadas por redes de *deep fake* ou até de crimes organizados que costumam se articular na *deep web*.

Entendendo a complexidade do problema, num primeiro momento focaremos na violência que acontece nas plataformas, em especial contra defensores de direitos humanos, mulheres e outros representantes de minorias. Aqui, grupos conservadores — ou indivíduos que comportam-se sob a proteção do anonimato —, costumam se organizar para realizar uma forma de assédio moral contra quem eles querem ter como alvo da vez.

A pesquisadora Lola Aronovich, desde 2013, sofre assédio digital de um grupo organizado de *incels*, que já extrapolou a esfera do online e passou para ameaças offline de morte e violência contra sua família. Outras mulheres feministas relatam com frequência um tipo de assédio que ocorre nos comentários, geralmente em massa e seguido de denúncias de suas contas, para que seus pensamentos progressistas sejam literalmente derrubados da plataforma.

Com todas suas nuances, dentro da esfera digital podemos dizer que a violência psicológica se manifesta através de práticas como o *cyberbullying*, *stalking* (perseguição) ou do uso de redes sociais para controle e humilhação, com viés forte de gênero. As vítimas podem ser alvo de comentários depreciativos, ameaças e perseguições, muitas vezes, sem que outros percebam a gravidade da situação.

Sinais de Violência Psicológica na Política

Num Brasil com representação feminina de mulheres muito abaixo da média da América Latina, é comum que mulheres que ousam ocupar os espaços da política institucional passem a ser vítimas de diversos tipos de assédio, incluindo ameaças às suas vidas e de suas famílias, que, por vezes, viram homicídios — como no caso Marielle Franco, ou tentativas de, como ocorrido com a vereadora Tainá de Paula no Rio de Janeiro.

A violência psicológica contra mulheres na política já atingiu patamares absurdos no Brasil. Por exemplo, a campanha difamatória contra a ex-presidenta Dilma Rousseff e a fala do então deputado Jair Bolsonaro sobre “não estupro porque não merece”, além do assédio sofrido pela ex-deputada Manoela d’Ávila.

Após séculos de falta de representatividade feminina na política, os avanços de ocupação dos espaços nas últimas décadas foram tímidos e tomados por **backlash** (reação negativa apontando para um retrocesso). De forma resumida, no âmbito político, a violência psicológica se tornou comum e pode se manifestar através de discursos que deslegitimam a voz das mulheres, promovendo a ideia de que suas opiniões são irrelevantes. A misoginia nas políticas públicas e na representação política pode criar um ambiente hostil, onde as mulheres sentem-se inseguras e subestimadas, dificultando sua participação plena na sociedade.

REFERÊNCIAS

Artigo: **Assédio moral no trabalho, gênero, raça e poder: revisão de literatura**, de Cristiane Batista Andrade e Simone Gonçalves Assis.

Artigo: **A violência psicológica contra a Mulher - reconhecimento e visibilidade**, de Gabriela Bothrel Echeverria e Diego Freitas Rodrigues.

Artigo: **Violência silenciosa: violência psicológica como uma condição da violência física doméstica**, de Luciane Lemos da Silva, Elza Berger Salema Coelho e Sandra Noemi Cucurullo de Caponi.

Trabalho de Conclusão de Curso: **Da mucama à globeleza: o perfil do assédio sexual no trabalho doméstico na luz dos Tribunais Regionais do Trabalho**, de Barbara Martins Alves dos Santos.

Artigo: **Violência psicológica e assédio moral no trabalho enquanto expressões de estratégias de gestão**, de Mayte Raya Amazarray.

Livro: **Cultos: A linguagem do fanatismo**, de Amanda Montell.

Artigo: **Violência de gênero e religião: alguns questionamentos que podem orientar a discussão sobre políticas públicas**, de Sandra Duarte de Souza.

Artigo: **Análise acerca da violência psicológica laboral: aspectos jurídicos e efeitos fisiopatológicos**, de Zaíama do Rosário de Assis Lopes Wanderley, Daniele Rodrigues da Silva, Ranyérica Pereira de Andrade Rozendo e Luciana Moura de Assis.

Artigo: **Cultura, religião e racismo: retratos da violência contra a mulher na Amazônia brasileira**, de Laryssa Sayuri Garcia, Lilian Mendes Pereira Barros, Michelle Christina de Souza Matos, Brenda Luana Ribeiro Souza e Iris Tarcila da Conceição Baia.

Cartilha: **Violência simbólica: a outra face das religiões**, de Maria Teresa Citeli e Maria José F. Rosado Nunes - Católicas Pelo Direito de Decidir

Pesquisa DataSenado: **Mulheres na política 2022**

Como amparar mulheres vítimas de violência psicológica por pessoas dos seus círculos mais próximos?

Por *Laís Pereira e
Julyelle Conceição*
Não Era Amor

Uma rede de apoio muitas vezes será composta por pessoas do convívio de uma mulher vítima de violência. Ou seja, nem sempre será composta por especialistas ou pessoas com formação em áreas como saúde ou direito. É, por isso, que esse tipo de rede precisa de orientação para, de fato, poder ser efetiva quando solicitada. Nesse sentido, a política pública de prevenção e combate à violência contra mulher deve também voltar o seu olhar para essas pessoas — comuns, mas com papel importante no amparo às mulheres vítimas.

Transmitir a mensagem de que a violência contra mulher pode acontecer nos nossos círculos mais próximos e como ela opera nesse contexto é uma chave importante para orientar pessoas do convívio das mulheres para serem uma efetiva rede de apoio, se necessário.

Quando existe um relacionamento próximo entre vítima e abusador, os alertas de que a mulher está passando por uma violência podem ser mais difíceis de serem reconhecidos por ela própria. Assim, a sua rede de apoio desempenha um papel importante em perceber que algo pode não estar indo bem.

É comum que essa dificuldade de reconhecimento da violência se agrave quando se trata da violência psicológica, uma vez que seus efeitos podem não ser visíveis em um primeiro momento. Vale lembrar que a violência psicológica sempre está presente em um relacionamento abusivo — seja de forma direta (com o abusador exercendo controle sobre as ações, pensamentos e sentimentos da vítima, levando ao enfraquecimento emocional da mulher); ou de forma indireta, provocada por outras violências, como a moral, a patrimonial, a física e a sexual, que igualmente geram impactos psicológicos negativos na vítima.

Os efeitos, gerados de modo direto ou indireto, são agravados por um dos principais desafios enfrentados pelas mulheres inseridas em um ciclo de violência: o isolamento social. Essa estratégia, usada pelo abusador para que a mulher fique mais dependente dele e permaneça sob seu controle, tem a função de afastar a vítima de toda e qualquer pessoa que possa questionar ou perceber a violência e, consequentemente, ajudá-la a sair do domínio do abusador.

Por isso, uma rede de apoio diversificada e bem orientada é tão importante. É fundamental que

as mulheres cultivem relacionamentos sinceros com pessoas de diferentes espaços de convivência, sabendo que podem contar com essas pessoas a depender de cada situação. Se a violência e o isolamento social estão acontecendo no ambiente familiar, colegas de trabalho ou da comunidade de fé podem ter importante papel no suporte à vítima. O contrário também é válido. Se a violência acontece no trabalho ou na comunidade de fé, que os familiares possam desempenhar esse papel.

A seguir, algumas informações que podem ser popularizadas em nossa sociedade a fim de contribuir para o fortalecimento de redes de apoio formadas por pessoas comuns:

VALIDAR SENTIMENTOS

Quando a vítima se queixa do relacionamento para pessoas da sua rede de apoio, é importante que essas pessoas afirmem que faz sentido se sentir desconfortável com os comportamentos do parceiro. Assim, a mulher se sentirá validada em suas questões, justamente o contrário do que sente quando está no abuso e tem seus sentimentos manipulados, confundidos e controlados.

ACOLHER A AMBIGUIDADE

Saiba que ora a vítima sente raiva, ora sente esperança de mudança por parte do abusador. Acolher a ambiguidade emocional é parte dos desafios da rede de apoio. Essa ambiguidade é uma consequência gerada pelo ciclo da violência: ciclo constituído de fases de tensão/brigas e lua de mel. Desse modo, é comum que a mesma mulher que se queixa do seu parceiro abusivo após uma briga, no momento seguinte, acabe perdoando-o ou valorizando algo muito básico que o parceiro fez, na fase de lua de mel.

ESTAR AO LADO DELA

É comum que as pessoas da rede de apoio desejem o término do relacionamento, quando cientes dos riscos e dos malefícios causados pelo abusador. Porém, enquanto a vítima passa pelo seu próprio processo de reconhecimento da violência e fortalecimento de si mesma, é importante que a rede de apoio se mantenha por perto, e que evite os julgamentos. Demonstrar o posicionamento contrário ao relacionamento pode afastar ainda mais a vítima da convivência e deixá-la ainda mais isolada. Importante lembrar que, de acordo com o ciclo da violência, essa mulher entende que ora a relação está ruim e ora está boa, como se cada fase do ciclo fosse apenas um evento comum, que acontece em todas as relações. Mantendo-se por perto, a rede de apoio poderá ajudá-la a perceber as etapas do ciclo e a gravidade delas.

ESCUTAR SEM FORÇAR

Pedir para que a mulher conte repetidas vezes a sua história é uma atitude que causa danos à saúde mental e à segurança emocional da mulher. É importante que a rede de apoio cuide para que ela não precise reviver situações de violência além do necessário, pois isso pode retraumatizá-la.

APOIAR OS RECOMEÇOS

Quando ela tenta retomar projetos e sonhos individuais, os quais o parceiro sabotava ou impedia, é importante que a rede de apoio esteja presente. Cabe lembrar aqui que uma das consequências do relacionamento abusivo é a baixa autoconfiança. Ao sair do abuso, a vítima ainda está imersa nos efeitos psicológicos causados pelo ciclo de violência: vergonha, culpa, esperança, ansiedade, medo e confusão mental.

Por tudo isso, torna-se essencial que essa vítima receba apoio, para que ela absorva a mensagem de que alguém acredita na capacidade dela (conteúdo oposto ao que ela recebia do abusador). Essa sensação de se lembrar de suas próprias potencialidades irá ajudá-la a investir em seus projetos.

REFERÊNCIAS

Artigo: **Análise funcional da permanência das mulheres nos relacionamentos abusivos: um estudo prático**, de Daniely Cristina de Souza Pereira, Vanessa Silva Camargo, Patricia Cristina Novaki Aoyama.

Livro: **O corpo guarda as marcas**, de Bessel Van Der Kolk.



A misoginia online propagada por redpills e incels: regulação da internet para a prevenção da violência psicológica contra mulheres?

Por Bruna Camilo
e Michele Bravos
Visibilidade Feminina
e Instituto Aurora

A internet inaugura, no início dos anos 2000, um novo tempo para a comunicação por meio de blogs, correio eletrônico, sites de notícias e as redes sociais. Essas novidades trouxeram outras formas de nos relacionarmos, mas, infelizmente, também trouxeram outras formas possíveis de manifestação de violências. Vale dizer que não estamos falando, necessariamente, de novas categorizações de violências, mas de violências seculares, como a misoginia, ou seja, o ódio contra as mulheres, que ganham novas formas e alcances no meio cibernetico.

Em uma entrevista ao jornal Le Monde Diplomatique Brasil, Viviane Lira, que é uma mulher lésbica e negra, afirmou que constantemente sofria ataques machistas e lesbofóbicos por parte de homens desconhecidos em forma de comentários no seu perfil do Facebook — até que decidiu parar de postar sobre sua orientação sexual. Na entrevista, ela disse “[Esse tipo de violência] quebra nossas forças de imediato, afeta nosso emocional”.

O ódio às mulheres é o que, desde os primórdios, faz com que as mulheres sejam as principais vítimas da violência cometida por homens ou, ainda, culpabilizadas pelos crimes cometidos contra elas mesmas.



Nós, enquanto mulheres, nos sentimos constantemente ameaçadas por essa cultura de ódio — seja ela concretizada na forma de um xingamento na rua ou de um ataque online direto ou indireto. É essa opressão que afeta o estado psicológico de todas nós, ainda que em diferentes proporções. A interseccionalidade — entendida como a sobreposição dos marcadores identitários — indica o peso da opressão, como no caso de Viviane. Mulheres lésbicas, mulheres negras, mulheres periféricas sofrem mais, têm sua saúde mental afetada pelo ódio propagado contra seu gênero, mas também contra sua orientação sexual, raça, classe social entre outros marcadores que são fatores de exclusão em nossa sociedade.

Entender que a misoginia é cultural e está na base de nossa sociedade torna um pouco mais fácil compreender o quanto essa violência cometida no mundo físico é facilmente reproduzida no mundo virtual. Como aponta Mariana Valente, em seu livro Misoginia na Internet, é importante perceber os ambientes offline e online como um sendo a continuidade do outro. O ódio propagado no ambiente offline alcança meninos e homens que, valendo-se da dinâmica algorítmica própria do espaço online,

fazem com que a misoginia alcance grandes escala, representando perigo para a dignidade das mulheres em ambos os ambientes.

Segundo dados registrados pela organização SaferNet, entre 2021 e 2022, houve um aumento de 251% nos casos reportados de misoginia e opressão contra mulheres no meio cibêmético. Essas denúncias revelam o tipo de conteúdo que vem se disseminando na internet de modo indiscriminado.

Os movimentos misóginos na internet, que antes eram organizados na *deep web*, recentemente se tornaram de fácil acesso em plataformas comuns a todos e todas nós. Homens, por vezes escondidos em perfis anônimos ou falsos, promovem ataques contra mulheres, ameaçam e propagam notícias falsas por vingança ou por ódio da existência do gênero feminino.

Os chamados *incels* (celibatários involuntários), geralmente mais jovens, introspectivos e sem muita interação social, entendem que a falta de socialização pela qual passam é culpa das mulheres que os ignoram e, por isso, elas merecem todo ódio e violência. Já os *redpill* são muito conhecidos pelos seus cursos que prometem aos homens sucesso na carrei-

ra e métodos de como não caírem na armadilha de estar com “qualquer mulher”. Há também o MGTOW, sigla para *Men Going Their Own Way*, traduzido do inglês “Homens Seguindo Seu Próprio Caminho, que é um movimento que propaga que homens não devem se relacionar com mulheres de nenhuma forma e isso será a solução dos problemas masculinos.

Esses e outros grupos têm um objetivo em comum, disseminar o ódio contra mulheres por serem mulheres. A misoginia possui esse objetivo, violentar mulheres de diversas formas e, com isso, manter a subordinação e desigualdade em relação aos homens.

Caminhos possíveis

Soluções para o combate à misoginia são diversas, passando pela educação formal e não-formal, pela discussão de normativas mais eficazes, e também, fundamentalmente, pensando em propostas que considerem a internet e as redes sociais.

Nesse contexto é válido reconhecer a Lei Carolina Dieckmann (Lei nº 12.737/2012) e a Lei Rose Leonel

(Lei nº 13.718/2018) como exemplos de respostas institucionais à violência contra mulher, que também está presente no ambiente online. A primeira torna crime, por exemplo, o roubo de informações pessoais guardadas em ambiente virtual, como uma foto íntima, bem como o seu compartilhamento sem a devida autorização, com a finalidade de colocar a vítima em uma situação de vulnerabilidade. A segunda, por sua vez, passa a considerar crime o compartilhamento de cena de estupro ou qualquer cena de sexo ou nudez, envolvendo uma pessoa que não consentiu o registro. Outra lei que marca o combate a crimes de ódio cometidos em ambiente virtual é a Lei Lola (Lei nº 13.642/2018) que atribui à Polícia Federal a investigação de crimes praticados na internet que promovam conteúdo misógino.

Ainda que tais leis sugiram a proteção das mulheres vítimas de casos de violência no ambiente online, elas são insuficientes para conter a disseminação de ódio às mulheres nesse espaço. Por isso, a regulação é uma discussão necessária e que pode significar a preservação das vidas e da saúde das mulheres, principalmente a mental. Tanto ameaças advindas desses grupos misóginos quanto a mercantilização da misoginia através desses cursos produzidos por homens

redpill ou a imposição dos corpos perfeitos são armas cabais para a deterioração da autoestima das mulheres — o que tem efeitos sobre a forma como elas se posicionam no mundo, bem como na segurança que terão — ou não — na tomada de decisão sobre as próprias vidas, diante de relacionamentos abusivos, diante de casos de assédio no trabalho, por exemplo.

Sendo inevitável viver a vida virtual e física ao mesmo tempo, uma vez que é inegável que a internet se tornou o cotidiano das pessoas, pensar de maneira sistêmica as violências sofridas nesse ambiente e seus efeitos é imprescindível. A misoginia e crimes cibernéticos contra mulheres são cometidos e seus promotores seguem com a sensação de que ficarão impunes. Essa inação e impunidade soam como legitimação da violência contra mulher, entre elas a psicológica, gerada na internet e sentida pelas mulheres que vivem sob uma atmosfera de humilhação, ameaça e medo. O nosso momento atual pede que o combate e prevenção da violência contra mulher, especialmente a violência psicológica, tenham como estratégia a regulação e controle do mundo virtual.

REFERÊNCIAS

Artigo: **De “merdalheres” a “conservadias”: o discurso de ódio masculinista**, de Bruna Camilo e Alessandra Sampaio Chacham.

Artigo: **O ódio a mulheres na raiz do extremismo violento**, de Bruna Camilo e Michele Bravos.

Livro: **Misoginia na internet**, de Mariana Valente.

Reportagem: **Violência de gênero na internet expressa misoginia da sociedade brasileira**, de Elaine Dal Gobbo e Mabel Dias.



O que a sociedade perde quando a violência psicológica **interrompe** a atuação de mulheres na política?

Por **Gabriela Toso**
Toda Cidadã

Um estudo da União Interparlamentar analisou que a participação feminina na política tem andado a passos muito lentos — com taxa quase estagnante de crescimento mundialmente — e que as mulheres mais proeminentes da política têm se retirado da esfera pública em razão do cansaço e do assédio sofrido ao ocuparem esse espaço. Uma das grandes perdas foi a da australiana Jacinda Ardern, que foi elogiada em razão do ótimo desempenho na gestão de crise da pandemia do COVID-19, e que, quando anunciou sua saída da política, disse que não pretendia retornar em razão da violência política de gênero que sofreu.

Além dela, outras mulheres na política, principalmente as de esquerda e que se posicionam em prol dos direitos humanos, vêm enfrentando batalhas muito públicas contra a misoginia. E embora hajam movimentos de resistência, a mensagem do desdém por elas não poderia ser mais clara: ela grita “o seu lugar não é aqui, na esfera pública”.

Essas atitudes produzem consequências para as mulheres na política — as candidatas e as eleitas —, para as cidadãs que gostariam de ver seus interesses também pautados dentro do sistema que aprenderam ser representativo, e também para a sociedade

como um todo, pois ao despriorizar demandas de 50% da população — fato que ocorre quando não há representantes dos interesses dessa parcela da população em esfera pública — criam-se problemas de ordem de direitos humanos, saúde pública, economia, entre outros.

Dentre os problemas que a violência política de gênero — que mais comumente se manifesta na forma psicológica, sendo o assédio moral mais frequente —, ressaltamos aqui algumas das implicações sociais da interrupção da participação política de mulheres em decorrência da violência.

A primeira delas diz respeito à representatividade. Embora ela sozinha não mude estruturas, o ato de ver uma figura semelhante a si na política inspira meninas e mulheres a começarem a enxergar o campo das decisões públicas sobre a sociedade como também seu. De forma similar, ao observar episódios de violência tal qual aconteceu em casos já citados anteriormente, há um desestímulo para a participação política de mulheres.

Isso é prejudicial não apenas no nível da política institucional, mas também na política de base. Ora, se as

mulheres não se vêem representadas na esfera pública, nem tampouco têm seus interesses vistos como prioridade nas pautas dos tomadores de decisão, há um desestímulo para que participem de organizações políticas locais, dado que qualquer envolvimento em prol de advogar por direitos e acessos pode ser visto como perda de tempo — recurso caro às mulheres, geralmente ocupadas com uma carga contínua de trabalho.

Vale dizer que a participação de mulheres na política de base é, inclusive, chave para práticas de desenvolvimento social e de ampliação do acesso à direitos de outros grupos vulneráveis, como crianças e idosos. Em decorrência do trabalho de cuidado — desproporcionalmente atribuído às mulheres —, muitos governos criam estratégias desenvolvimentistas contando com as ações locais de mulheres na construção de cidadania, por meio de grupos de discussão e formação de liderança, pela colaboração de cuidado de crianças informais que elas gerenciam nas periferias, por programas de transferência de renda que vinculam essa transferência à presença de crianças na escola, como é o caso do Bolsa Família, entre outros.

Ao atacar a participação das mulheres na esfera política, ataca-se também a possibilidade de todas

as mulheres enxergarem-se como cidadãs plenas em direito e em possibilidade de tomada de decisão e liderança comunitária.

O segundo ponto no qual a interrupção da participação feminina na política afeta é, justamente, no avanço dos direitos das mulheres. Ora, se não há na política institucional representantes suficientes dos interesses femininos para formar uma maioria, quanto tempo as mulheres deverão aguardar até que tenham sua cidadania e seus direitos humanos respeitados?

Países nos quais há maior representatividade feminina na política também são países nos quais há um maior avanço nos direitos reprodutivos, no combate à violência doméstica e à desigualdade salarial, no avanço dos direitos de crianças e de maternidade — e esses fatos não parecem ser independentes um do outro.

Nesse sentido, enquanto atualmente o conservadorismo avança a passos largos na política institucional mundo afora — impulsionados pelos algoritmos de plataformas que se beneficiam e muito desse avanço — mulheres, meninas, crianças e outros grupos minoritários vêem seus direitos conquistados diminuindo, sua própria humanidade negada e seus acessos dificultados.

Por fim, o maior impacto talvez seja o democrático: quando violências em âmbitos institucionais são naturalizadas, quando metade da população não se vê representada na esfera política, e quando os direitos que essa parcela da população precisa para ter acesso à uma vida digna simplesmente não são prioridade, há um enfraquecimento claro da democracia.

Ora, se democracia é o governo do povo, então o povo deve ver-se representado. E se não o faz, toda a teoria do contrato social é posta a prova: quem, afinal, assinou o contrato dando aos homens o direito de decidir sobre todos os sujeitos? Com toda certeza não foram as mulheres. E se não foram elas, de que forma poderiam validar esse sistema “representativo”?

Nas eleições de 2020, 2022 e 2024, uma análise se repetiu: foram as mulheres as responsáveis por barrar o extremismo nas urnas. São elas quem têm decidido as últimas eleições e, se são elas a não estarem representadas, por quanto tempo o Estado Democrático de Direito poderá contar com esse papel essencial?

As instituições precisam ser ativas na prevenção à violência política de gênero, e rápidas nas punições quando elas ocorrem. Também precisam incentivar a

participação política de todas as mulheres — em suas diferentes raças, origens geográficas, etnias, orientações sexuais, entre outros. Somente dessa forma a paridade representativa poderá acontecer e, somente dessa forma a democracia brasileira será fortalecida.

REFERÊNCIAS

Notícia: **Participação de mulheres na política é marcada por assédio e tem ritmo reduzido**, do UN News.

Artigo: **Introdução à violência contra as mulheres como um problema de direitos humanos e de saúde pública**, de Mariana Porto Ruver de Azambuja e Conceição Nogueira.

Artigo: **Influência social, minorias ativas e desenvolvimento moral: ensaio teórico sobre a representatividade política brasileira**, de Paulo Roberto Grangeiro Rodrigues.

Artigo: **What have we learned from research on intrahousehold allocation? In household decisions, gender, and development: a synthesis of recent research**, de Agnes Quisumbing.

Capítulo: **Gender Equality, Economic Growth, and Women's Agency: the "Endless Variety" and "Monotonous Similarity" of Patriarchal Constraints**, de Naila Kabeer, no livro Feminist.



Atuação da saúde e segurança pública para a prevenção e enfrentamento da violência psicológica contra a mulher

*Por Ana Carolina Soares
e Isabelle Faria
Instituto Justiça Delas*

A violência contra a mulher é um problema social e cultural complexo, que, justamente por isso, demanda respostas multidisciplinares capazes de reconhecer e abordar todas as suas dimensões. Dessa forma, o enfrentamento à violência psicológica contra a mulher requer a atuação integrada de várias áreas, promovendo estratégias e ações que abrangem prevenção, garantia de direitos, responsabilização dos agressores e assistência qualificada às mulheres em situação de vulnerabilidade.

Em busca de atuações articuladas e integradas, o enfrentamento e a prevenção da violência contra à mulher articulam redes de atendimento e redes de enfrentamento que atuam conjuntamente para o desenvolvimento de uma estrutura organizada e efetiva contra a violência de gênero, conforme dispõe a Lei nº 14.899/2024. Enquanto as estratégias de combate destinam-se ao desenvolvimento de políticas que garantam o empoderamento, a responsabilização dos agressores e a assistência qualificada às mulheres em situação de violência, a rede de atendimento faz referência ao conjunto de ações e serviços que ampliam e melhoram a qualidade do atendimento, auxiliam na identificação e na orientação a um atendimento adequado.

Dentro desse cenário, ao buscar uma atuação integrada entre as áreas de saúde e segurança pública, privilegiam-se ações e serviços voltados para o atendimento humanizado e para o acolhimento da mulher vítima de violência, assim como para uma atuação preventiva direcionada à identificação da violência.

A Lei nº 10.778/2003 estabelece a notificação compulsória, no território nacional, dos casos de violência contra a mulher que forem atendidos em serviços de saúde públicos ou privados. Nesse contexto, serão obrigatoriamente comunicados à autoridade policial no prazo de 24 (vinte e quatro) horas, para as providências cabíveis e para fins estatísticos.

A Lei Maria da Penha prevê, em seu art. 9º, como uma das estratégias de enfrentamento à violência doméstica e familiar contra a mulher, que a assistência à mulher em situação de violência doméstica e familiar será prestada em caráter prioritário no Sistema Único de Saúde (SUS) e no Sistema Único de Segurança Pública (Susp), de forma articulada e conforme os princípios e as diretrizes previstos na Lei Orgânica da Assistência Social, e em outras normas e políticas públicas de proteção, e emergencialmente, quando for o caso.

Os hospitais e consultórios médicos são, muitas vezes, a porta de entrada do atendimento à mulher vítima de violência. Durante os atendimentos e consultas realizadas por profissionais de saúde, enfermeiros, psicólogos e médicos podem contribuir para a percepção de sinais de violência psicológica, orientando a mulher vítima a buscar ajuda especializada.

Nessa linha, a capacitação dos profissionais de saúde para a identificação, o acolhimento e o direcionamento dos casos de violência psicológica às autoridades competentes, como as delegacias especializadas, é uma estratégia fundamental para o combate e redução de situações de risco.

O papel dos **Centros de Assistência Social**

Integrantes das redes de atendimento, os Centros de Assistência Social (Centros de Referência de Assistência Social - CRAS e Centros de Referência Especializado de Assistência Social - CREAS)

são unidades públicas responsáveis pela organização e oferta de serviços socioassistenciais de proteção social básica às famílias e indivíduos. Ao desenvolver um trabalho social com as famílias, objetivam promover um bom relacionamento familiar, prevenir o rompimento de vínculos familiares, promover o acesso a direitos fundamentais e a melhoria da qualidade de vida.

Como estão em contato direto com populações vulneráveis e podem ser o primeiro ponto de contato para mulheres que sofrem violência psicológica, os centros de assistência social desempenham um papel crucial na identificação de sinais como o isolamento, baixa autoestima, mudanças comportamentais e relatos de abuso emocional, encaminhando as vítimas para serviços de saúde, segurança pública (Delegacia da Mulher) e apoio psicológico, além de orientar acompanhamento jurídico quando necessário.

Atuam também na promoção de campanhas de conscientização e programas de apoio comunitário, buscando a sensibilização da população local para a gravidade da violência psicológica e o incentivo à denúncia.

O papel das Delegacias da Mulher

A primeira Delegacia de Polícia de Defesa da Mulher foi criada em São Paulo, por meio do Decreto nº 23.769, de 6 de agosto de 1985, que estabeleceu, em seu artigo 2º, que caberia àquela delegacia a investigação e a apuração dos delitos contra pessoa do sexo feminino, sendo o primeiro marco de reconhecimento da mulher enquanto vítima de um sistema opressor.

Contudo, somente após a Lei Maria da Penha as reflexões sobre gênero alcançaram um novo patamar, na medida em que ampliaram a linha de discussão e enfrentamento a essa espécie de violência. As delegacias de atendimento à mulher foram concebidas para constituir espaços de acolhimento, que resguardam a integridade física, psíquica e emocional da mulher vítima. Assim, durante os registros das denúncias de violência psicológica, deve-se assegurar um ambiente seguro e humanizado para que as mulheres possam relatar abusos.

No atendimento à mulher em situação de violência doméstica e familiar, a autoridade policial deverá, entre outras providências, garantir proteção policial quando necessário; encaminhar a ofendida ao hospital ou posto de saúde e ao Instituto Médico Legal; fornecer transporte para abrigo ou local seguro, quando houver risco de vida; se necessário, assegurar a retirada de seus pertences do local da ocorrência ou do domicílio familiar.

Mais recentemente, a Lei nº 14.541/2023, abril de 2023, determina que as Delegacias Especializadas de Atendimento à Mulher (DEAM) devem funcionar 24 horas por dia, todos os dias, incluindo feriados e fins de semana.



Como fica o psicológico das advogadas defensoras de mulheres vítimas de violência psicológica?

Por **Camila Rufato Duarte**
e **Luiza Cotta Pimenta**
Direito Dela

A saúde psicológica das advogadas defensoras de mulheres vítimas de violência psicológica é colocada à prova diariamente, devido à complexidade dos casos e à carga emocional que carregam. Muitas vezes, essas profissionais são desumanizadas, como se o fato de estarem no exercício de suas funções profissionais anulasse o impacto emocional da situação concreta. No entanto, atuar na defesa de mulheres vítimas de violência é uma escolha penosa, sobretudo quando se considera que, na maioria das vezes, o poder econômico está nas mãos do abusador.

Esse desequilíbrio de poder intensifica as dificuldades enfrentadas pelas advogadas. Além disso, as vítimas que passaram por um longo processo de invalidação e sofrimento, veem nessas profissionais sua última esperança, como se fossem suas salvadoras. Esse é um lugar muito delicado de ocupar, que gera uma imensa pressão sobre as profissionais. A advogada tem o papel de acreditar, de escutar e de oferecer suporte concreto para uma pessoa que, muitas vezes, teve sua história negligenciada. A violência psicológica sofrida pelas vítimas, ao gerar importantes demandas por atenção e validação, faz das advogadas uma fonte de suporte emocional e psicológico, além do jurídico.

Além disso, as dificuldades no exercício profissional são incontáveis, a começar com o registro do boletim de ocorrência por violência psicológica, pois, mesmo tendo sido tipificado como crime em 2021, as delegacias ainda resistem em registrar esse tipo de ocorrência. Quando o fazem, muitas vezes desencorajam a vítima, afirmando que “não vai dar em nada”, o que reflete os preconceitos em torno da saúde mental e os estereótipos que rotulam mulheres como exageradas, histéricas ou ressentidas. Essa falta de validação também ocorre no âmbito cível, o que recai diretamente sobre o trabalho da advogada, que precisa não apenas instruir o processo adequadamente, mas também convencer o judiciário a reconhecer questões já previstas em lei ou sedimentadas jurisprudencialmente.

O processo judicial pode ser um espaço de intensificação da fragilidade das vítimas, em função da necessidade de reviverem o trauma. Para a advogada, esse impacto chega direta e pessoalmente, sobretudo quando a advocacia praticada envolve escuta ativa, acolhimento e uma abordagem humanizada. O desafio psicológico inicial reside aí: como manter a empatia e a conexão com a cliente sem se envolver emocionalmente a ponto de prejudicar sua própria saúde mental?

Os desafios se tornam ainda maiores quando observamos que advogadas da área são frequentemente vítimas de ameaças, tanto explícitas quanto veladas. Há inúmeros relatos de profissionais que tiveram seus escritórios vandalizados, pneus estourados, e que receberam ameaças de morte ou violência sexual contra si ou seus familiares. Além disso, os advogados da parte contrária, rotineiramente, utilizam o processo não como um meio para solucionar a questão jurídica, mas como uma forma de vingança. Para isso, recorrem a estereótipos machistas e misóginos, tachando a profissional de exagerada, e reproduzindo discursos de que esta “odeia homens” e que se remunera “arrancando dinheiro de homens”. Essas estratégias são usadas para manter o controle sobre a vítima e enfraquecer a defesa.

Outro fator que agrava o impacto psicológico na advocacia feminina é o uso abusivo do judiciário como forma de retaliação. Advogadas são frequentemente alvo de processos infundados, movidos pelos abusadores ou seus defensores, com o claro objetivo de intimidá-las e desgastá-las emocional e financeiramente. Alegações falsas, questionamentos à moralidade e a saúde mental

da advogada e a interposição de recursos de má-fé são comuns, prolongando o processo de forma desnecessária e estressante.

A violência contra as advogadas também vem de dentro do próprio sistema. O judiciário, reflexo de uma sociedade discriminatória (machista, lgbtfóbica, racista, capacitista, entre outros), frequentemente ignora ou desrespeita as diretrizes estabelecidas para garantir uma justiça equitativa, como é o caso do Protocolo para Julgamento com Perspectiva de Gênero. Quando uma advogada solicita a aplicação dessas diretrizes, muitas vezes é ignorada ou rotulada negativamente, não se permitindo, assim, que a advogada exerça seu trabalho de forma plena. O descaso é evidente mesmo com a Resolução CNJ nº 492/2023, que torna obrigatória a aplicação dessas diretrizes.

Além disso, muitas advogadas são processadas por se posicionarem publicamente contra práticas abusivas, seja nas ações, na vida pessoal ou nas redes sociais. Elas enfrentam processos movidos por juízes, promotores, delegados, entidades de classe e até por colegas de profissão, numa evidente tentativa de silenciar suas vozes. Esse uso abusivo do judiciário e de instâncias disciplinares têm um impacto devastador,

tanto psicológico quanto financeiro, e desestimula denúncias legítimas, perpetuando a impunidade e fortalecendo a cultura do silêncio e do medo.

Em um contexto em que as advogadas ainda lutam por paridade dentro do seu órgão de classe, essas ameaças e ataques se tornam uma tentativa de deslegitimar suas pautas e impedir que questões importantes, como o combate à violência contra a mulher, sejam levantadas. O desgaste psicológico é profundo, e o sistema, além de não apoiar as profissionais, frequentemente as silencia.

A VIOLÊNCIA CONTRA AS
ADVOGADAS TAMBÉM VEM DE
DENTRO DO **PRÓPRIO SISTEMA**

O DESGASTE PSICOLÓGICO É
PROFUNDO, E O SISTEMA, **ALÉM**
DE NÃO APOIAR AS PROFISSIONAIS,
FREQUENTEMENTE AS SILENCIA

OSCs no combate

à violência

psicológica

contra mulheres

Mapa das principais vozes no enfrentamento à violência psicológica contra mulheres



Por **Manuela Pirolo**
Toda Cidadã

Este mapa interativo tem como objetivo apresentar de forma visual e acessível um mapeamento das Organizações da Sociedade Civil (OSCs) no Brasil que atuam em defesa dos direitos das mulheres e meninas, bem como suas interseccionalidades.

O objetivo é facilitar o entendimento das temáticas abordadas pelas OSCs e possibilitar uma visão geral de suas atuações em diferentes regiões do país. A Aliança Pelas Mulheres, coalizão realizadora da



<https://bit.ly/mapaapm>

cartilha, acredita que esse mapa é uma ferramenta essencial para abordar as organizações que trabalham nas múltiplas dimensões no combate à violência contra as mulheres.

Para visualizar é só apontar a câmera do seu celular para o QRCode e você chegará ao mapa completo com as organizações e suas localidades.

a violência

psicológica

contra mulheres

no Congresso

A violência psicológica contra mulheres no Congresso

Por **Michele Bravos**
Instituto Aurora

Utilizando a palavra-chave “violência psicológica contra mulher” nas ferramentas de busca disponíveis nos sites da Câmara dos Deputados e do Senado Federal, bem como na plataforma unificada Simplificou, foram identificados dois Projetos de Lei que se apresentam como relacionados ao tema da violência psicológica contra mulheres¹. São eles:

PL 409/2023 (em tramitação/ CMulher)

O Projeto de Lei 409/2023 diz respeito à garantia de implementação e funcionamento de casas de acolhimento da mulher vítima de violência, citando em sua justificativa a violência psicológica contra mulheres, especialmente o crime de stalking (perseguição). O PL foi apensado ao PL 2618/2022.

Fonte: Proposição PL 409/2023

¹As buscas foram realizadas em setembro de 2024 e fevereiro de 2025.

PL 5467/2023 (em tramitação/ CCJC)

O Projeto de Lei 5467/23 propõe incluir a divulgação de conteúdo sexual falso como parte da definição de violência psicológica contra a mulher. Essa ampliação busca reforçar a proteção às mulheres, reconhecendo os impactos devastadores dessa prática na saúde mental e na dignidade das vítimas. Atualmente, o projeto está em tramitação na Comissão de Constituição e Justiça e de Cidadania (CCJC), aguardando a designação de relator(a).

Fontes: Proposição PL 5467/2023 e Notícia sobre PL

PL 2783/2021 (arquivado)

Embora o Projeto de Lei 2783/2021 apareça como resultado em pesquisas relacionadas à violência psicológica contra a mulher, seu conteúdo trata especificamente de questões ligadas à violência patrimonial. Esse projeto foi arquivado e não está em tramitação atualmente.

Fonte: Proposição PL 2783/2021

Recomendações para o combate

à violência

psicológica

contra mulheres

O combate à violência psicológica contra mulheres, enquanto um dos tipos de violências sofridas por elas, exige uma atuação contundente e eficiente do Estado, como estabelece a Convenção de Belém do Pará, de 1994, da qual o Brasil é signatário. Assim, este capítulo apresenta recomendações que apontam caminhos estratégicos para fortalecer a prevenção, proteção e enfrentamento dessa forma de violência, promovendo um ambiente social e institucional mais justo e seguro para as mulheres. As recomendações incluem propostas normativas, ações formativas e campanhas de sensibilização em um esforço conjunto e interseccional.

i. Elaboração de normas específicas

*Ana Carolina Soares e Isabelle Faria
Justiça Delas*

A elaboração de normas que fortaleçam o combate à violência psicológica contra a mulheres é essencial para fomentar a prevenção, proteção e empoderamento de mulheres. Por isso, recomendamos a elabora-

ração de normas que: (i) tornem obrigatória a capacitação e reciclagem para profissionais de segurança pública, saúde e assistência social, com foco na sensibilização, identificação e abordagem da violência psicológica, suas consequências e nuances; (ii) determinem a realização periódica de campanhas educativas voltadas a servidores e à sociedade civil, com foco na identificação e na prevenção da violência psicológica, destacando seus sinais e impactos, além de desmistificar conceitos sobre relacionamentos abusivos; (iii) uniformizem, estruturem e fortaleçam os canais de denúncia; (iv) direcionem recursos específicos para a educação sobre o tema, bem como para a ampliação e qualificação de equipes multidisciplinares capacitadas no acolhimento de vítimas.

ii. Emendas para acolhimento de vítimas de violência psicológica

*Gabriela Toso
Toda Cidadã*

A destinação de emendas parlamentares para esse fim é essencial para fortalecer a rede de apoio e proteção, principalmente nos municípios pequenos, áreas ribeirinhas e áreas rurais, onde nem sempre estão disponíveis os serviços de apoio à saúde e aos direitos das mulheres.

Nesse sentido, as emendas têm o potencial de sanar um grande gargalo nas políticas públicas de proteção às mulheres, sendo capazes de financiar abrigos, serviços de acolhimento psicológico e programas de capacitação profissional, proporcionando espaços seguros onde as mulheres podem reconstruir suas vidas.

Além disso, investir em campanhas de prevenção da violência, como grupos de discussão de masculinidades, campanhas educativas em escolas, entre outros, são atividades cruciais para educar a sociedade sobre a violência psicológica contra mulheres e suas consequências.

Ao apoiar esses projetos, os parlamentares não apenas demonstram compromisso com os direitos das mulheres, mas também contribuem para a construção de uma sociedade mais justa e igualitária.

iii. Ações formativas de educação em direitos humanos

*Michele Bravos
Instituto Aurora*

A capacitação de servidores públicos sobre violência psicológica contra mulheres pode ser contemplada como parte de uma formação mais ampla em direitos humanos. A educação em direitos humanos, respaldada pelo Plano Nacional de Educação em Direitos Humanos, prevê que **servidores públicos sejam formados adquirindo entendimento técnico sobre o tema abordado, mas também desenvolvendo habilidades socioemocionais para sua atuação profissional frente ao desafio posto por uma violência ou violação de direitos humanos**.

A recente tipificação da violência psicológica como crime, por meio da Lei nº 14.188/2021, que alterou o Código Penal, aponta a necessidade de formação do ponto de vista técnico. Já pela perspectiva socioemocional, a violência psicológica contra mulher apresenta nuances que precisam ser compreendidas para

que o servidor público não seja negligente, uma vez que esta violência, muitas vezes, não deixa sinais aparentes e físicos. **Além disso, um atendimento empático pode garantir a não revitimização da vítima, mais eficácia durante o processo de denúncia, e prevenir a ocorrência da violência institucional de gênero.**

Essa iniciativa pode se basear no já referido Plano Nacional de Educação em Direitos Humanos, sendo reforçado pelo o que indica:

1. Lei nº 14.986/2024³ e a Lei nº 14.164/2021⁴, que apontam a necessidade de incluir conteúdos de prevenção à violência contra mulher nos currículos escolares, o que implica a formação de servidores da educação nesse tema.

2. Decreto nº 11.431/2023, que institui o Programa Mulher Viver sem Violência, orientando a “formação continuada das equipes que atuarão nas unidades da Casa da Mulher Brasileira e nos serviços espe-

cializados para o atendimento de todos os tipos de violência contra as mulheres, com foco na atenção humanizada e não revitimizadora”.

3. Resolução nº 254/2018 do CNJ, que fomenta a capacitação de magistrados e servidores no combate à violência contra mulher, considerando sua intersecionalidade com questões étnico-raciais.

Vale dizer que a própria Lei Maria da Penha (Lei nº 11.340/2006) também respalda essa recomendação, pois prevê campanhas educativas e capacitação contínua sobre questões de gênero de modo interseccionado com outros marcadores identitários.

IV. Campanhas de comunicação interna de cunho informativo

*Laís Pereira e Gabriela Resende
Não Era Amor*

³ Esta lei institui a Semana de Valorização de Mulheres que Fizeram História no âmbito das escolas de educação básica do país.

⁴ Esta lei institui a Semana Escolar de Combate à Violência contra a Mulher.

O tema da violência psicológica precisa ser incluído na agenda da comunicação interna de organizações públicas em geral, por se tratar de um assunto que, apesar de sua prevalência e importância, é frequentemente silenciado.

A maioria das vítimas de violência psicológica **sequer identificam que sofreram violência**, devido às características e consequências desse tipo de abuso, somadas à falta de treinamento social para a identificação dos sinais (muitas vezes sutis) da violência.

Dessa forma, é preciso ampliar o acesso a informações sobre violência psicológica, para que vítimas possam identificar o que estão vivendo, e para que toda a sociedade possa ser sensibilizada, a fim de se qualificar como rede de apoio e suporte de vítimas de violência.

Uma sociedade treinada e sensibilizada a respeito da violência psicológica tem mais chances de oferecer posicionamento e intervenção social, visando a proteção de vítimas e à criação de um ambiente interno e externo menos violento.

Para o alcance dos objetivos de ampliação do acesso à informação e aumento da sensibilização das

pessoas, as campanhas de comunicação interna sobre violência psicológica devem levar em conta:

- 1.** As características do público alvo, seu estilo de linguagem e nível de conhecimento prévio sobre o tema;
- 2.** Os meios de comunicação interna mais adequados à veiculação dos conteúdos, seguindo uma estratégia de comunicação assertiva;
- 3.** O gestor de comunicação interna deve buscar conhecimento científico e atualizado a respeito da violência psicológica, como base dos conteúdos das campanhas;
- 4.** Utilizar abordagens de comunicação que conversem com os sentimentos das pessoas, a fim de trazê-las para mais perto da realidade da violência psicológica.

As campanhas de comunicação interna deverão ter, além do planejamento da execução, uma fase de monitoramento posterior do alcance e dos resultados esperados. Tal medida é importante para que novas campanhas possam ser feitas e aperfeiçoadas, e que o tema continue a ser explorado, de forma contínua e alinhada às necessidades do público interno(e da sociedade em geral).

V. Campanhas de comunicação externa de cunho informativo

*Camila Rufato Duarte
Direito Dela*

A construção de um ambiente social mais seguro e equitativo para as mulheres passa pelo reconhecimento da violência psicológica como um problema, que deve ser discutido e combatido de forma eficaz. O fomento de campanhas que incentivam a conscientização da sociedade sobre esta forma de abuso pode ser a ponte para que vítimas quebrem o silêncio, além de promover a sensibilização da sociedade para as dinâmicas que alimentam a violência de gênero, gerando empatia e o desestímulo a comportamentos abusivos.

A mobilização de formas de comunicação sobre a violência psicológica nas mídias sociais é um dos recursos mais eficazes na disseminação de conhe-

cimento sobre os sinais de abuso, promovendo a educação sobre relacionamentos saudáveis e contribuindo para a prevenção da violência.

Neste sentido, o uso das mídias sociais é estratégico pois permite a ampla veiculação de campanhas de sensibilização, incentivando Criadores de Conteúdo a falar sobre o tema através de postagens, lives e webinars. A disseminação de conteúdos interativos através de quizzes, enquetes e infográficos interativos é fundamental para promover a educação sobre a violência psicológica, envolvendo não sómente organizações de ampla projeção, mas também organizações locais, fortalecendo a rede de apoio às mulheres no seu entorno.



Campanhas de comunicação

**Emendas para
acolhimento**
de vítimas
de violência
psicológica

Ações formativas
de educação em
direitos humanos

IA / APM / CARTILHA / APM / CAR
RTILHA | APM | CARTILHA | APM | CARTILHA | APM | CARTILHA
CARTILHA | APM | CARTILHA | APM | CARTILHA | APM | CARTILHA
A | APM | CARTILHA | APM | CAR
ARTILHA | APM | CARTILHA | APM | CARTILHA | APM | CAF
CARTILHA | APM | CARTILHA | APM | CARTILHA | APM | A

