

# VIOLÊNCIA PSICOLÓGICA E O SELF: PERSPECTIVA CENTRADA NA PESSOA

Bárbara Guimarães Costa<sup>1</sup>, Thuany Albuquerque<sup>1</sup>, Rodrigo Passos Almeida da Silva<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Acadêmica do curso de Psicologia.

<sup>2</sup>Mestre em filosofia pela Universidade Federal do Rio de Janeiro, Docente Multivix Vila Velha.

## RESUMO

O estudo apresenta a violência psicológica como fator principiante da violência contra a mulher, apresentando uma enorme necessidade de ser discutida, por suas inúmeras consequências e persistência na sociedade. Tem como intenção abordar a sociedade sociocultural machista como problema geracional que ainda se estende nos dias atuais e trazer as causas e consequências de uma violência psicológica na vida da mulher que vivencia uma relação amorosa com agressões, de forma a ressaltar que essa é uma visão que foi normalizada, porém que não deveria ser. Para facilitar o processo de compreensão da mulher que se encontra em uma relação de violência, será utilizada a Abordagem Centrada na Pessoa (ACP), de forma a discutir as consequências ao self. O trabalho se deu por meio de uma pesquisa bibliográfica exploratória com levantamento de estudos na literatura científica de artigos e livros. Os resultados levantados apontam uma discussão acerca de como a violência psicológica é na prática e de como as consequências abordadas pela ACP influenciam na vida da vítima, mostrando que afetam principalmente sua visão de si, comprometendo sua confiança, autoestima e levando-a a autocobrança e problemas tanto físicos quanto mentais.

**Palavras-chaves:** violência psicológica; machismo; abordagem centrada na pessoa; self.

## 1. INTRODUÇÃO

De acordo com Beauvoir (1949), na antiguidade antes do matrimônio, quem exercia o poder sobre a mulher era seu pai, e após o casamento a mulher tornava-se propriedade do seu esposo, bem como escravos e animais de carga. As mulheres eram objetificadas, assim dando a eles o direito de machucá-las caso achassem necessário, de prendê-las e até mesmo de traí-las. (BEAUVOIR, 1949).

Filósofos como Friedrich Nietzsche e Arthur Schopenhauer, não só discutiam os valores sociais, mas também biológicos, trazendo como reflexo da natureza a mulher como um ser frágil e de insignificância. Nesta forma percebe-se que se inicia a construção de uma sociedade, onde o homem seguiria os rótulos sociais do machismo se

sobrepondo acima das mulheres para comandá-las e dessa forma a mulher passa a ser punida e submetida a essa construção social, assim é criando um papel de inferioridade a mulher (apud BARBOZA, SILVA, 2014).

Através dos processos educativos referentes à sociedade patriarcal, é inserida uma violência de gênero onde pode ser certamente esclarecida por uma demonstração de hierarquia. Assim é possível identificar uma ligação entre a construção histórica do machismo com a violência contra a mulher. O homem utiliza dessa violência para provar sua superioridade, tanto física quanto de posicionamento, e assim manter os rótulos e os papéis ou funções estabelecidos. (CORREIA, 2018).

Foi a partir da revolução industrial que a mulher se inseriu no mercado de trabalho, apesar de ainda estar em posição inferior ao homem, recebendo um salário menor e tendo igualmente uma condição de trabalho ordinária. A mulher começa a viver os primeiros passos de liberdade, não sendo mais uma mera propriedade ou um objeto do homem, mas podendo desempenhar e desenvolver seus próprios direitos. Atualmente ainda é perceptível a enorme desigualdade para as mulheres e a dificuldade que estas enfrentam (GALVÃO, 2021).

Em janeiro de 2017, a Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS), destacou a violência contra a mulher como uma problemática agravante do sistema de saúde pública, ainda foi afirmado que esse tipo de violência abrange todos os tipos de classe social.

De acordo com tal afirmativa acima, conclui-se que indiferentemente da condição financeira, raça, crenças, ou o grau de escolaridade, a violência psicológica está presente diariamente na vida de muitas mulheres, impactando prejudicialmente na qualidade de vida das que experienciam esse evento (SIQUEIRA E ROCHA, 2019).

Uma pesquisa realizada por Dias et al (2021), sinalizou que, para 80,2% das mulheres, a violência psicológica é experienciada pelo menos uma vez na vida e, 50% havia sofrido nos últimos 12 meses, trazendo o insulto como a forma de maior prevalência. (DIAS et al., 2021).

Alguns estudos apontam para a violência psicológica como sendo a sinalização de relações abusivas, e a colocam no lugar de condição para a agressão física, podendo resultar até mesmo no feminicídio (SIQUEIRA, MORAES, PASSAFARO, 2021 ; SILVA, COELHO & CAPONI, 2007). Embora não seja comum, dentro da violência psicológica, a ocorrência de agressões físicas, essas se fazem tão lesivas, destruidoras e desfiguradoras da imagem da mulher quanto a violência física propriamente dita (SAFRANOFF, 2017 apud FORMIGA et al., 2021).

Henrique (2021) constatou que mesmo sendo o tipo mais comum apresentado em relacionamentos abusivos e tóxicos, a violência psicológica é o tipo de violência que

tem menor evidência em relação às demais. Isso se dá devido a forma como ela é apresentada, na maioria das vezes, inicialmente de forma sutil, dificultando a percepção da vítima da situação vivenciada, e desse modo, a mesma não consegue se perceber como vítima de um relacionamento adoecedor.

Mesmo com menor visibilidade, é importante ratificar a gravidade dos impactos em mulheres que sofrem esse tipo de violência, que permeiam sequelas e marcas emocionais por um longo tempo na vivência das vítimas, tornando-se assim, tão nociva quanto qualquer outro tipo de violência.

Foi constatado mediante a esse estudo a possibilidade da violência psicológica superar a física, conforme a evidência de que marcas corporais podem ser curadas com maior facilidade do que as marcas psicológicas. (HENRIQUE, 2021).

A forma em que a violência psicológica se apresenta, consoante a variedade e a gravidade dos impactos vivenciados, e a falta de visibilidade da violência psicológica em relação aos demais tipos de violência, aponta a relevância de buscar mais informações sobre esse tema.

Alencar (2019) refletiu a forma em que humilhações e rebaixamentos representados nas falas e tratamentos de agressores são resultados da necessidade de poder, mesmo que de forma inconsciente. Observou-se então, a aplicabilidade do modelo feminista tradicional em que as violências por parceiro íntimo são explicadas por meio das relações de poder que o homem tem sobre a mulher. Portanto, é possível observar uma relevância do poder simbólico perpetuado pela humilhação, que corresponde a uma estrutura hierárquica ao atribuir à mulher um patamar inferior.

Essa revisão bibliográfica tem a finalidade de pesquisar mais a fundo sobre mulheres em situação de violência psicológica, por parceiros íntimos e ex-parceiros, a fim de evidenciar os diversos tipos de consequências e apresentar os danos à saúde mental da mulher, como por exemplo o impacto na autoestima, a distorção da imagem de si e de suas relações, o sentimento de culpa, e retraimento perante a proximidade com outros. Este trabalho irá se utilizar de conceitos e de reflexões provenientes da Abordagem Centrada na Pessoa (ACP) como forma de compreender a relação entre a violência psicológica sofrida e o estado interno e emocional apresentado pela mulher frente à situações de agressões promovidas por um parceiro.

As consequências da violência psicológica podem comprometer drasticamente o estado psíquico, a estrutura física e a interação social da mulher, deixando feridas internas que podem durar por toda uma vida, e dessa forma afetando todas as áreas da existência (SILVA et al., 2015 ; HENRIQUE, 2021).

Autores apresentam a perda da autoestima como um fator que negligencia a segurança da mulher, tendo em vista as situações perigosas nas quais podem se colocar,

sem forças para resolução de conflitos, remetendo ao sentimento de insegurança e desencadeando uma queda no rendimento de demais campos da vida (SIQUEIRA E ROCHA, 2019).

Jesus (2019) retificou o isolamento, expresso pela falta de apoio a quem recorrer, como familiares, amigos, e decorrente até mesmo pela própria mulher acabar se colocando nesse local. Muitas vezes em busca de manter a imagem do relacionamento, proteger a visão negativa que os outros poderiam ter do homem, e até mesmo pela vergonha do que é vivido. Desse modo, o movimento de se isolar, acaba manifestando impactos desde a percepção da mulher sobre si, pressuposta a sentimentos de hesitação, insuficiência, fragilidade, e principalmente, prejuízo em suas relações sociais.

Diante da complexidade que envolve a experiência da mulher que se encontra em uma relação impactante e disruptiva. De que forma a ACP compreende o impacto da violência psicológica sofrida pela mulher dentro de um relacionamento amoroso, na sua experiência de ser mulher e de se compreender a mulher e na forma de se relacionar com o mundo e com o outro?

Compreender, a partir dos princípios da ACP, os impactos consequentes de uma violência psicológica sofrida pela mulher dentro de uma uma relação afetiva. Indaga-se sobre a forma como a qual, a violência psicológica sofrida dentro da relação influencia a percepção que a mulher tem de seu próprio self. Consoante, aparentemente, a forma e seus subtipos, levanta questionamentos sobre as condições as quais a mulher está experienciando a vida, e passando por modificações de aspectos da própria personalidade. Podendo ainda acarretar ao desajustamento, e impossibilitando a vida plena.

Diante do que foi exposto, ao que se relaciona o objetivo geral do estudo é compreender os impactos da violência psicológica sofrida pela mulher à luz da ACP. Em acordo com a isso, é importante trazer a necessidade de a) caracterizar a violência psicológica sofrida pela mulher em relacionamentos amorosos. b) analisar possíveis consequências da violência psicológica sofrida por mulheres em relacionamentos amorosos. c) apresentar conceitos da Abordagem Centrada na Pessoa que podem estar relacionados aos impactos causados pela violência psicológica.

## **2. REFERENCIAL TEÓRICO**

### **2.1 A VIOLÊNCIA PSICOLÓGICA CONTRA A MULHER**

A violência psicológica está classificada dentre um dos cinco tipos de violência doméstica sofrida pela mulher, sendo elas física, psicológica, moral, sexual e patrimonial

presentes no artigo 7º da Lei 11340/06, conhecida popularmente como “Lei Maria da Penha”. A violência psicológica está descrita na lei como:

“[...] qualquer ação que lhe cause dano emocional e diminuição da autoestima, ou que lhe prejudique e perturbe o pleno desenvolvimento, ou que vise a degradar ou a 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).

Apesar da violência psicológica estar dentro de uma das formas de violência doméstica e familiar contra a mulher e de acordo com o artigo 7º, inciso II, da Lei Maria da Penha, sua ocorrência de modo isolado, até 2021 não era constituída como crime. Ou seja, somente após quinze anos a sanção da lei, é que se foi incluído no código penal o crime de violência psicológica contra a mulher (GOMES, 2021). Até então, não havia a descrição de uma conduta específica para a violência psicológica (ALENCAR, 2019).

Foi desenvolvido um estudo em João Pessoa-PB, por De Lucena et al., (2016), entre 2013 e 2015, analisando o ciclo de violência doméstica contra a mulher. De acordo com seus resultados e relatos, o processo desse tipo de relação se inicia com insultos, humilhações, intimidações, e provocações que geram conflitos e tensão.

Ainda segundo a mesma pesquisa, a mulher é colocada enquanto objeto e figura passiva, seguido da necessidade de depreciação, inferiorização da mulher e ameaças promovidas pelo parceiro. O homem nega a ocorrência da violência e culpabiliza a mulher por conflitos e tensões geradas, propõe transformação e mudanças na relação, advinda dos dois lados, contudo, o ciclo se renova por falta de cumprimentos dessas propostas e estereótipos de papéis criados, tornando o fenômeno recorrente (DE LUCENA et al., 2016).

Analisando o estudo, pode-se dizer que ele aponta para indicativos de que a violência psicológica se mostra como a fase inicial do ciclo de violência, procedendo a possível agressão física, mas que também permeia por todo o resto do ciclo.

Alencar (2019), por sua vez, apresenta uma análise dos tipos de agressão psicológica que foram percebidos em relacionamentos amorosos, ou ex-relacionamentos, mediante relatos dos participantes.

Segundo a autora, a ameaça pode ocorrer em relação à vítima, ao próprio agressor, a bens materiais, e até mesmo relacionada ao contexto familiar. Em alguns relatos foi possível notar o fenômeno recorrente do abusador de ameaçar tirar a própria vida, com o propósito de culpabilizar a vítima. Ainda, demonstrou-se o envolvimento dos filhos dentro das ameaças. (ALENCAR, 2019).

Os xingamentos foram apresentados de forma a rebaixar e desmerecer as mulheres. Relacionados principalmente à sexualidade, sobretudo, a insanidade mental e indagação sobre aspectos intelectuais. (ALENCAR, 2019).

A humilhação foi relatada de forma a colocar a mulher em um papel de subordinação e fragilidade, através de diálogos voltados para a falta de respeito e falta de afeto. Ainda, evidenciou-se que muitos agressores tentaram influenciar a vítima a acreditar que nenhum outro parceiro a valorizaria ou teria capacidade de amá-la. Observou-se que o subtipo classificado como humilhação está relacionado a condição de poder sobre o outro, ou seja, do homem sobre a mulher. (ALENCAR, 2019).

O ato de ser traída e enganada, foi indicado como um dos subtipos de violência psicológica, a partir do sofrimento ocasionado por tal comportamento. A crença do homem em ser traído pela mulher, que mesmo sem constatação, remete a julgamentos prévios, e questionamentos sobre a integridade, dignidade e caráter da mulher e a colocando em situação de provação e sofrimento. (ALENCAR, 2019).

Outra questão vivenciada é a indiferença, que foi apresentada como um processo de afastamento, desconsiderando as vontades do outro, e relacionada a ausência de empatia. Percebeu-se também, a falta de apoio e incentivo aos planos do outro. (ALENCAR, 2019).

A forma de criticismo e o comportamento de detentor da razão do homem, traz a ideia de rigidez frente a outras opiniões e deslegitimação da fala da vítima, mediante a essa situação, o agressor se torna o único comunicador validado, e a mulher perde seu local de fala. Com o tempo, a vítima acaba se anulando e sendo deslegitimada (ALENCAR, 2019)

A vigilância, os comportamentos de controle e manipulação realizados pelo homem, foram relacionados ao sentimento de perda, insegurança e desconfiança. Evidenciou-se a forma de restrição à liberdade, em comportamentos como a tentativa de afastar amigas e o controle das redes sociais (ALENCAR, 2019).

Foi pontuado que o ciúme exagerado como um aliado da violência, tendo em vista de que os homens aproveitam dele como forma de manipulação, conflitando uma possível forma de amor com agressividade e controle. Ainda concluem que, a falta de conhecimento sobre o assunto, falta de delimitação do perfil agressor e o medo, impedem mulheres de reconhecer a situação em que se apresentam, e de denunciar. (VOLKMANN; DA SILVA, 2020).

É possível, para além das razões citadas, trazer também como justificativa da vítima em entender que as agressões ocorridas são seguidas de ciúmes e proteção, levando-as a acreditar que seria uma demonstração de afeto vinda do seu companheiro e que posteriormente essas agressões seriam cessadas, assim trazendo um sentimento de

esperança a vítima, de que sua família voltaria a ter equilíbrio. Podendo estender-se ao fato da idealização que a vítima faz em seu companheiro e sua quebra de expectativa sobre o mesmo (GONÇALES et al., 2019)

Dentre esses diversos fatores que buscam justificar o motivo pelo qual a vítima não realiza a denúncia contra seu agressor, destaca-se o fato de que a mulher não quer destituir sua família mesmo após sofrer violência, pois acredita que as agressões nesses casos seriam casos isolados e não voltariam a acontecer. Podendo acometer também ao fato de que a vítima tenta achar uma justificativa em fatores como estresse, cansaço ou dificuldade financeira ocorridas pelo trabalho do agressor (GONÇALES et al., 2019).

Essa relação é historicamente construída pelo sistema patriarcal, legitimada e cultivada ao longo dos tempos, causando danos às estruturas psíquicas e emocionais das mulheres, interferindo em processos de vivência, adoecimento e morte de quem a experiencia. (DE LUCENA et al., 2016).

## **2.2 CONSEQUÊNCIAS DA VIOLÊNCIA PSICOLÓGICA**

Siqueira e Rocha (2019) apresentaram a percepção de que, a forma como cada mulher vivencia a violência é singular. Podendo ocorrer variações de reações adversas, como por exemplo, se comportar de modo retraído, ficar mais quieta, apresentar sensação de medo e até mesmo esgotamento pelo vivido. Ao longo do tempo, essa exaustão de reviver ofensas, traz a possibilidade até mesmo a reação de rebater, e ocasionar explosões, advinda de sentimentos como a raiva e frustração que foram guardados por tanto tempo passando por humilhações e desmerecimentos.

Consoante com as últimas afirmações, a reprodução de comportamento violento foi evidenciada como uma consequência, demandada de uma estratégia de enfrentamento, levando a vítima a efetuar as mesmas agressões psicológicas que o parceiro, algumas vezes, na tentativa de conscientizar o parceiro da forma como a qual ele a tratava (ALENCAR, 2019).

O estado de alerta foi pontuado como uma consequência, originada devido a ameaças sofridas por parceiro íntimo, tendo em vista a falta de previsibilidade sobre a concretização das ameaças. Destacou também, a ridicularização, a desqualificação e a diminuição da autoestima como consequências da humilhação que ocorre nas relações entre casais. Observou ainda, o isolamento como uma das consequências de restrição de liberdade presente no discurso das participantes. (ALENCAR, 2019) e o impacto prejudicial na autonomia da mulher (SIQUEIRA; MORAES; PASSAFARO, 2021).

A violência psicológica contra a mulher pode acometer diversas áreas comprometendo seu modo de vida. Siqueira e Rocha, (2019) mencionam formas de

manifestação, como distorção de pensamentos, fazendo a mulher acreditar que não tem importância, que não é merecedora de reconhecimento e respeito; prejuízo nas relações sociais e familiares; sofrimento silencioso, em que compreende uma certa falta de coragem para compartilhar suas experiências com outras pessoas, conseqüentemente tornando-a mais vulnerável e mentalmente fragilizada. Ainda salientam que a perda da autoestima pode provocar insegurança, desmotivação na resolução de conflitos, e conseqüentemente baixa no rendimento de demais zonas de vida. Esse arcabouço de conseqüências pode gerar doenças psicossomáticas, como depressão, ansiedade, e até mesmo tentativa de suicídio.

Consoante com os resultados de uma pesquisa bibliográfica, efetuada por Henrique (2021), chegou-se à constatação de que a violência psicológica pode comprometer não somente o bem-estar, e a autoestima, mas ocasionalmente pode acarretar ao desenvolvimento de transtornos emocionais severos, como ansiedade, síndrome do pânico, transtornos alimentares, entre outras doenças (HENRIQUE, 2021).

Já no estudo de Álvares et al (2021) em que se foi possível obter a quantificação de que 30,3% das adolescentes entrevistadas haviam experienciado violência psicológica severa, em que 2,5% atestaram o TEPT, apontando o transtorno do estresse pós-traumático como uma das possíveis conseqüências em decorrência da exposição a agressão psicológica.

A culpa foi um dos sentimentos mais expostos por quem sofreu abuso psicológico, remetida sob a tentativa de buscar explicar o fenômeno ocorrido. A vítima se percebe como a causadora dos comportamentos violentos. (ALENCAR et al., 2019).

Alencar et al., (2019) trouxe relatos de mulheres em situação de violência psicológica que tendem a comportamentos de retraimento, receio a novas relações, falta de segurança, alteração da regulação emocional, redução da autoestima e dificuldade em superação.

## **2.3 A ABORDAGEM CENTRADA NA PESSOA (ACP)**

A Abordagem Centrada na Pessoa (ACP) foi desenvolvida por Carl Rogers, surgindo como terceira força da Psicologia, buscando refletir sobre questões existenciais que fazem parte da vida e da relação humana, saindo assim do foco sobre a doença. Ao longo da construção de sua carreira, Rogers moldou pensamentos minuciosamente trazendo uma nova proposta teórica de psicoterapia, e assim, conforme o movimento de estruturação acontecia, a teoria também recebia novas denominações. Dentro da ideia de Rogers, a ACP passou por três fases: não-diretiva, reflexiva e expressiva. (MOREIRA, 2010).

A ACP não se trata de uma teoria, nem uma linha ou filosofia, mas sim, um jeito

de ser. (ROGERS, 1980 apud WOOD et al., 2020). Podendo se caracterizar como uma perspectiva de vida, geralmente positiva, baseada na crença de que indivíduos possuem uma tendência atualizante dentro de si mesmos, dessa forma, são capazes com recursos próprios, de atingirem a autocompreensão, modificar o seu autoconceito, suas atitudes, e direção.

Mas para isso, é necessário que estejam em um ambiente que lhes proporcione um clima favorável e com atitudes facilitadoras. Para que intencionalmente seja possível o processo de mudanças construtivas do outro. A atitude genuinamente receptiva e interessada, seria aquela promovida por meio do respeito, ao indivíduo, a sua autonomia e dignidade, concomitante com o não-julgamento moral de quaisquer questões apresentadas, aceitando a pessoa como ela pode estar naquele momento. (WOOD et al., 2020)

Segundo Fadman e Frager (1986) citados por SCARTEZINI, ROCHA & PIRES (2013) a teoria da personalidade de Rogers apresenta a ideia de que o indivíduo se define através de suas experiências. Em que toda experiência é única, e tudo que acontece com o organismo como os eventos, percepções, sensações, impactos e a consciência dos mesmos, estão presentes no campo das experiências. Todo organismo reage ao campo fenomenológico como um todo organizado a fim de satisfazer suas necessidades dentro de um aqui-agora. Com objetivos básicos, de realização, estabilidade e evolução (BOEREE, 2003).

As pessoas vivem em um mundo de experiências que está em constante mudança, esse mundo é formado pelo campo fenomenológico, que consiste na conscientização de experiências percebidas. Essas experiências são entendidas como qualquer evento, seja ele fisiológico, sensorial, ou motor que acontece no organismo. Nem todas as experiências estão disponíveis à consciência, sobretudo, quando há a necessidade elas podem ser simbolizadas e atribuídas a percepções conscientes (BOEREE, 2003).

Nesse sentido, é possível afirmar que “o organismo reage ao campo conforme o percebe e o experimenta” (ROGERS, p. 523) Este campo consiste na percepção da realidade. Essa citação remete a explicação de que o que é considerado verdade para o indivíduo, mesmo que não seja condizente, é a realidade para ele, ou seja, é uma forma de interpretação e significação, que muda de pessoa para pessoa. A forma como uma pessoa interpreta a realidade a partir das suas experiências orgânicas é o que direciona como a realidade é vista e sentida por essa pessoa (BOEREE, 2003).

Uma porção desse campo em que as experiências são percebidas é diferenciada para formação do que é chamado de Self. Ele é fruto da interação com o meio e do resultado das interações avaliadoras com o outro. O self é caracterizado como

organizado, fluido e consistente, está vinculado ao “eu”, “me” e a valores relacionados a esses conceitos (BOEREE, 2003).

Os valores não são necessariamente associados somente a autoimagem, eles podem ser experimentados diretamente pelo organismo, mas também podem se associar por outros, dessa forma, são percebidos como se tivessem sido experimentados diretamente, quando na verdade, são introjetados de forma distorcida e até mesmo levar à negação de verdadeiros sentimentos. O self é reconhecido como a base para a formação da personalidade, e se caracteriza como:

Um conjunto organizado e mutável de percepções que referem ao indivíduo, tais como as características, atributos, qualidades e defeitos, capacidades e limites, valores e relações que ele reconhece como descritivos de si mesmo e que percebe como dados de sua identidade (ROGERS & KINGET, 1975 apud CAOTICA; XAVIER; EYGO, 2015, p.21).

Entende-se que o organismo se coloca no mundo de maneira como percebe o self, experiências que não estão de acordo com a estrutura do self, são vistas como ameaçadoras (BOEREE, 2003).

A negação de verdadeiros sentimentos, não faz com que eles deixem de existir, dessa forma, eles ainda irão influenciar o comportamento, mesmo de maneira que não seja exercida conscientemente. Gerando um conflito entre, valores introjetados, e renegados e valores genuínos. Conforme esse comportamento se repete, e a quantidade de valores verdadeiros é substituída por valores assimilados dos outros, mas entendidos como próprios, o self se torna uma divisão contra si mesmo, o indivíduo pode sentir tensão, desconforto, mau humor, e para além disso, teria o sentimento de não saber quem é e o que quer (BOEREE, 2003).

O autoconceito, também chamado de self, tende a conservar-se, contudo, quando algo impacta negativamente essa visão, ocorre a negação ou distorção da realidade como forma de preservação, para que não ocorra uma desestruturação do eu e sentimentos angustiantes relacionados a desaprovação, rejeição incapacidade, medo e fraquezas (ROGERS E ROSENBERG, 2002). Nesse sentido:

A distorção da auto-imagem, a conduta inadequada, a incapacidade de enfrentar uma situação nova, ou a percepção de novas limitações pessoais são algumas das formas assumidas por um processo que podemos entender como, unicamente, um empecilho a crescimento humano natural e completo (ROGERS E ROSENBERG, 2002, p.61).

A percepção é dada como seletiva, a autoimagem que está formada no momento, é determinante para os tipos de experiências que serão aceitas. Segundo Rogers, uma pessoa que se considera sem valor, vai deletar evidências que vão de encontro a essa

visão, ou, pode ser realizada uma interpretação da situação de forma a tornar a informação coerente com a falta de reconhecimento (BOEREE, 2003).

O self e o organismo são considerados formas reguladoras do comportamento, que podem trabalhar em conjunto, ou se opor um ao outro. Ao trabalharem em harmonia, ocorre o ajustamento, que consiste na organização e assimilação simbólica de experiências do organismo coerentes com a estruturação do self, ou até mesmo a evitação de que experiências que não estão de acordo com o self se tornem conscientes. Ao trabalharem de forma contrária, ocorre o desajustamento, ou seja, quando o organismo nega experiências ao consciente e conseqüentemente, elas não são simbolizadas e organizadas na estrutura pessoal, gerando o conflito (BOEREE, 2003).

Conforme experiências incongruentes com a organização e estruturação do self vão ocorrendo e sendo percebidas como ameaça, a estruturação pessoal se torna cada vez mais rígida, para ser mantida. Dessa forma, o self cria barreiras para impedir que essas experiências consideradas como ameaçadoras se tornem conscientes, e assim, as nega, construindo uma falsa imagem que acaba sendo sustentada pelo self. Conseqüentemente, a autoimagem vai se tornando cada vez mais incoerente com a realidade orgânica, se afastando das experiências verdadeiras. A constante oposição entre a realidade e o self, aumenta a tensão, e torna a pessoa cada vez mais desajustada (BOEREE, 2003).

A percepção de componentes internos, ou até mesmo externos foi apontada como condição para a possibilidade de novos ajustamentos, tornando assim viável que a pessoa seja menos inibida, solitária, controlada ou infeliz (ROGERS E ROSENBERG, 2002). Quando a pessoa percebe que o self tem capacidade de reorganização, e se vê como agente desse movimento, a organização para a mudança se torna possível. E assim, o indivíduo adquire a visão de que não necessita necessariamente de uma mudança de realidade, mas uma mudança interna, que a partir desse momento, passa a ocorrer naturalmente (WOOD et al., 2020).

A tendência atualizante também é um dos conceitos base da teoria da Abordagem Centrada na Pessoa, que se expressa por:

Todo organismo é movido por uma tendência inerente para desenvolver as suas potencialidades e para desenvolvê-las de maneira a favorecer sua conservação e seu enriquecimento.” (ROGERS, 1977, p. 159 apud MAIA; GERMANO; JUNIOR, 2009, p.36)

Rogers (1977) citado por MAIA, GERMANO e JUNIOR (2009) apresenta o contexto de relações humanas positivas, despida de situações ameaçadoras ou desafiadoras à percepção que o ser tem de si, como pré-requisito para provável evolução das potencialidades.

Rogers e Kinget (1977) citado por Frota 2012, decorrem sobre o conceito da tendência atualizante como uma atribuição natural no homem de conseguir se desenvolver de forma positiva. Ainda pontua que eventos adversos e prejudiciais externos se tornam condições para o adoecimento e corrompimento do indivíduo. Dessa forma, o respeito toma uma posição fundamental em sua teoria, aceitando o ser como digno de confiança. Quando o indivíduo se encontra em circunstâncias que o permitem exercer a tendência atualizante, ou seja, em ambientes que não permeiam a obstáculos psicológicos críticos, tem-se a possibilidade de desenvolvimento da maturidade. Nesse sentido, a visão sobre si mesmo, a consciência da realidade a sua volta, e comportamentos, se modificam:

Sua percepção de si mesmo e de seu ambiente, e o comportamento que se articula de acordo com estas percepções, se modificarão constantemente num sentido de uma diferenciação e de uma autonomia crescentes, típicas do progresso em direção à idade adulta. A personalidade representará, portanto, a atualização máxima das potencialidades do organismo (Rogers e Kinget (1977), p. 52 apud FROTA, 2012, p. 171).

A auto realização não se faz sem sofrimento, mas a pessoa aceita, luta e suporta, porque o impulso de crescer é muito forte. Sobretudo, Rogers aponta que a tendência para a evolução só pode ser exercida quando as escolhas são claramente percebidas, e apropriadamente simbolizadas. Uma pessoa não pode realizar-se, quando não tem capacidade de diferenciar formas de comportamentos evolutivos e retroativos (BOEREE, 2003).

### **3. METODOLOGIA**

A abordagem metodológica adotada nesse estudo, é de natureza qualitativa, utilizou-se uma perspectiva bibliográfica exploratória. Esse tipo de pesquisa, tem como objetivo principal aprimorar concepções e promover aproximação ao que está sendo estudado. Ela estabelece a primeira etapa de um estudo mais amplo e é empregada em pesquisas em que o tema foi pouco explorado, sendo aplicada principalmente em estudos iniciais para obter uma visão geral sobre determinados fatos (GIL, 2002).

Para a coleta de dados, foram selecionadas fontes como artigos científicos, dissertações de pós-graduação, teses de mestrado, e livros de natureza da língua portuguesa tanto quanto estrangeira. Correlacionados ao tema, foram utilizados como descritores “abordagem centrada na pessoa”, “violência psicológica”, “consequências da violência psicológica”. A coleta de dados foi realizada através de fontes eletrônicas disponíveis no Google Acadêmico, Scielo, site do planalto e site da ONU.

#### 4. RESULTADO E DISCUSSÃO

Os artigos utilizados no seguinte trabalho abordam inúmeras causas e consequências provocadas pela violência contra a mulher. Foi realizada a análise com foco na violência psicológica, apontando grande influência sociocultural, trazendo o machismo como um movimento incipiente para as agressões, iniciando a Abordagem Centrada na Pessoa e assim visando as consequências profundas ao Self.

É possível verificar que de acordo com Bevaour (1979) o machismo está estruturado na sociedade a anos, trazendo comportamentos patriarcais instituindo que a mulher é inferior ao homem e que deve seguir e respeitar seus parceiros. Assim, considerando-se geracional e sendo levada ao longo de toda história sociocultural.

A compreensão de violência vai além das agressões físicas, de acordo com o estudo de De Lucena et al., (2016). a violência psicológica é a fase inicial da violência doméstica, seguida por um ciclo de agressões na vida da vítima. A agressões verbais, ameaças, constrangimentos, humilhações, ridicularizações e qualquer ato que gere prejuízo emocional ou que controle o comportamento da mulher se configura como violência psicológica. Nesse sentido, a vítima leva consigo uma visão distorcida de si, prejudicando sua autoestima e aumentando o risco de distúrbios mentais.

A ACP caracteriza-se por uma crença de que os indivíduos são capazes de atingirem a autocompreensão, modificar seu autoconceito, atitudes e direção por meio de recursos próprios, sendo necessário que exista um clima favorável e facilitador. Wood et al (2020) traz que o processo de mudança construtiva é promovido por meio do respeito, autonomia e dignidade proposta ao indivíduo. Dessa forma ficou evidente que o homem agressor não concede a sua parceira os meios necessários para tal e assim faz com que ela tenha uma modificação negativa de seus comportamentos externos e internos, afetando sua saúde mental e física.

É possível visualizar nos artigos analisados que o campo perceptual e o selfie da mulher, após vivenciar a violência, é afetado por diversos fatores. Rogers e Kinget (1977) abordam o conceito de tendência atualizante e atribuem de forma natural ao indivíduo desenvolver-se de forma positiva, porém trazem que eventos externos são prejudiciais, comprometendo a vida e gerando condições para o adoecimento. Assim, sendo fundamental um ambiente que seja de confiança e respeito para que exista a possibilidade de desenvolvimento da maturidade.

Como supracitado anteriormente, de acordo com Alencar (2019), a violência traz como destaque a desqualificação e diminuição da autoestima da vítima, assim levando a mesma a ter comportamentos de isolamento e retraimento. Por decorrência dos abusos psicológicos a mulher tem sua visão de si comprometida, por vivenciar repetições de tais

comportamentos agressivos, acaba sendo levada a acreditar no que lhe é imposto e assim levando-a a ficar vulnerável.

Rogers e Rosenberg (2002) explicam que existem possibilidades de novos ajustamentos do self, assim fazendo com que aconteça primeiramente uma mudança interna e a partir disso, ocorra uma mudança comportamental. O abuso psicológico sofrido pela vítima traz consequências internas em uma mudança de realidade, fazendo com que ela inicie um processo de sofrimento silencioso, levando-a a ter pensamentos distorcidos e conseqüentemente não tendo coragem para compartilhar sua agressão.

Alencar (2019), apontou a reprodução do comportamento violento como uma forma de consequência, a mulher enxerga essa atitude como uma possibilidade de solução na tentativa de conscientizar o parceiro da forma como ele a trata. Esse foi o modo em que ela conseguiu perceber e experimentar o seu campo fenomenológico. Sobretudo, pode estar carregada de negação, na tentativa de conservação do self, para que não ocorra uma desestruturação do eu, e conseqüentemente, ocasionar o sentimento de angústia. Ao efetuar esse movimento de forma consciente, a mulher que acredita amar e ser amada, se coloca no lugar que pode estar indo de encontro ao self real. Apesar de notar que a forma como é tratada, não a agrada, ela modifica seu comportamento a fim de manter o relacionamento que causa sofrimento, conforme esse comportamento se repete, a mulher se torna cada vez mais desajustada.

O contexto de relações humanas positivas, decorrido por Rogers (1977) citado por MAIA, GERMANO e JUNIOR (2009), sem a interferência de questões ameaçadoras ou desafiadoras a percepção de si, foi pontuado como determinante para a provável evolução de potencialidades. Na estruturação e desenvolvimento do self, quando é tomada a consciência de si mesmo, também é desenvolvida a necessidade de consideração positiva incondicional, que é universal em todo ser humano. Pessoas aprendem a diferenciar atitudes e emoções aprovados ou reprovados a partir da avaliação positiva ou negativa sobre seus comportamentos, através das relações. Seguindo esse pensamento, a necessidade de satisfação por meio da afeição, provoca comportamentos que garantem a aprovação, mesmo que vão de encontro aos próprios interesses. Da mesma forma, experiências reprovadas são rejeitadas, ainda que sejam vistas como corretas para o organismo.

A perda da autoestima, de acordo com Siqueira e Rocha (2019), foi evidenciada enquanto consequência da violência psicológica. A autoestima é uma necessidade latente, que mesmo sendo baseada em valores próprios, também é reforçada e influenciada pela união com valores de outros. Algumas vezes, a aprovação e valorização advinda de outros pode acabar substituindo valores construídos pelo próprio indivíduo. O resultado desse movimento, é a mulher tentar ser o que o parceiro quer que

ela seja, e não como realmente é, consoante, seu autoconceito se torna cada vez mais distorcido, por meio da avaliação do parceiro.

No momento em que pessoas não enxergam mais seu potencial inerente, podem se tornar retraídas, agir na defensiva e com rigidez. Ainda se sentem ameaçadas e ansiosas. Passando a ter uma vida direcionada por valores e direcionamento de outras pessoas. Chegando até mesmo a se perderam de si, do que querem e de quem realmente são.

A culpa e a distorção de pensamentos, pode ser percebida como uma visão introjetada do outro. Valores associados uns aos outros, mas percebidos como se tivessem sido experimentados diretamente. A mulher que está em situação de violência psicológica, na realidade, não é a culpada das agressões que vive, mas, muitas vezes, ouve isso constantemente de seu agressor. E em busca de tentar justificar o ocorrido, ou até mesmo negar que permite algo destrutivo a si mesma, e firmar a autoimagem de que é amada, a leva a revisar a sua autoimagem, se colocando como causadora de ciúmes, e às vezes, o colocando como uma manifestação de amor. Desse modo, a vítima se vê no papel de causadora das agressões psicológicas e assim, as justifica.

A crença de não ter importância e sentimento de desqualificação remete a um estado de incongruência discrepante entre a autoimagem, a autoestima e a experiência voltada às agressões psicológicas vividas. A mulher sujeita a esse estado, pode sentir tensões e confusão, se tornando assim cada vez mais vulnerável, angustiada, ameaçada. Até mesmo, quando se tem consciência de que certas experiências não estão de acordo com a ideia quem tem de si mesma, pode haver um desajustamento psíquico, em que o organismo deforma elementos cruciais da experiência vivida.

## **5. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Esse estudo tem como objetivo, a partir de uma pesquisa bibliográfica, discutir e abordar a violência psicológica vivenciada pela mulher dentro de um relacionamento amoroso e demonstrar o quanto esse fenômeno surge negativamente da vida da vítima, afetando sua autoestima, sua condição de vida plena, dentre outros fatores citados e explicados durante o seguinte trabalho.

A estruturação da violência psicológica contra a mulher teve uma grande contribuição sócio, cultural e histórica, tanto relacionada à visão de poder do homem sobre a mulher, quanto pelo machismo estrutural que colocou a mulher dentro desse papel de punição, inferioridade e submissão. Com base nas pesquisas realizadas pode-se considerar a violência contra a mulher uma ocorrência geracional, que continua crescendo consideravelmente.

Constata-se que a violência psicológica é o ponto inicial e a mais difícil de ser identificada pela vítima ao se tratar de uma violência doméstica. Por vezes é escondida por meio de retratações do seu companheiro e promessas de mudança, fazendo com que a mulher continue nesse ciclo de violências.

Foi possível ter a clareza da gravidade que permeia a violência psicológica. Tendo em vista de que por muitas vezes, ela se apresenta inicialmente de forma sutil, e pode ser por um longo tempo, vivida de forma silenciosa.

Afetando não somente a forma como a mulher se relaciona com o outro, mas também, a forma como ela se vê e se coloca no mundo. A vítima, que mesmo tendo suporte familiar, busca passar por tudo sozinha, e acaba se colocando no lugar de isolamento, para que a imagem do homem não seja comprometida aos olhares de outros. Além das ameaças que ocorrem ocasionalmente caso compartilhe suas dores com alguém.

A caracterização da violência psicológica foi evidenciada a partir da sua descrição, da demonstração sobre a forma como ela pode ocorrer, e seus diferentes contextos. Impactando prejudicialmente a vida das mulheres, independentemente dos tipos de classe social, de raça, ou grau de escolaridade.

Por muitas vezes, o abuso psicológico sofrido por essas mulheres na relação conjugal, era comparado a zelo, cuidado, ciúmes e atos de demonstrações de amor. As pesquisas mostraram diversas formas de manifestações de violência, como: ameaças, medo, humilhação, controle, tortura e assim tendo enorme impacto na saúde mental e física da vítima.

Diante de todas as consequências citadas e discutidas durante a construção do trabalho, é indiscutível a visão de que a violência psicológica afeta drasticamente a vida das vítimas que são submetidas a essas experiências, impactando na sua qualidade de vida. Questões relacionadas à: autoimagem; a perda da autoestima; reprodução do comportamento violento, a distorção de pensamentos, a crença de não importância e o sentimento de desqualificação; a culpa; e a falta de visão sobre valores próprios, foram evidenciados durante a discussão.

Neste trabalho, optou-se por não abordar profundamente questões psíquicas voltadas aos transtornos psicológicos citados dentre as possíveis consequências. A escolha de discorrer sobre o tema, foi voltada a fim de compreender de que forma a mulher vivencia esse tipo de violência, a partir da visão que ela tem do mundo, e os possíveis impactos na percepção de si e na construção da sua personalidade.

Mesmo buscando não analisar a situação dentro de um contexto clínico, a Abordagem Centrada na Pessoa, permitiu que fosse possível refletir sobre as condições em que um indivíduo consegue crescer, se desenvolver, e amadurecer. Que deveria ser

em um lugar de respeito, em um ambiente facilitador, com aceitação e acolhimento. Dessa forma, mulheres que vivem em um contexto diariamente hostil, que desfavorece o desenvolvimento de suas potencialidades constantemente, passando por insultos, humilhação, inferiorização, ameaças, restrição de liberdade, ainda sim, apresentam a capacidade de se reerguer e de se reencontrar. Esse fato representa a força inerente da tendência atualizante, que continua a pulsar, mesmo diante das condições que lhe é imposta, a mulher é capaz de autorrealização, buscando recursos próprios para superar a violência, através do movimento de seu impulso de se manter viva. E assim, conservam a busca por uma vida melhor.

Para além desse quesito, a ACP também facilitou o processo de compreensão empática das atitudes e das simbolizações que a mulher pode ter enquanto se encontra dentro de uma relação embasada por agressões psicológicas. Partindo do princípio da empatia, que tem como pressuposto compreender e ver o mundo através da janela do outro, foi possível respeitar e aceitar o sentimento de culpa, as atitudes, a vergonha, e a distorção de imagem.

## 6. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALENCAR, Roberta Braga de et al. Violência psicológica no casal: gênero, cultura da honra e regulação emocional. 2019. Disponível em: [https://tede.ufam.edu.br/bitstream/tede/7111/2/Disserta%c3%a7%c3%a3o\\_Roberta\\_Alencar\\_PPGPSI.pdf](https://tede.ufam.edu.br/bitstream/tede/7111/2/Disserta%c3%a7%c3%a3o_Roberta_Alencar_PPGPSI.pdf) . Acessado em: 22/06/2023.

ÁLVARES, Livia Goreth Galvão Serejo et al. Associação entre a violência psicológica e o transtorno de estresse pós-traumático em adolescentes de uma coorte. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 37, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00286020>. Acessado em: 14/06/2023.

BARBOZA, Cléberton L.G, SILVA, Vanuza, S. Nietzsche, A Mulher e o Feminino: Considerações Acerca Do Espírito Livre Nas Relações De Gênero. Nov. 2014. Disponível em: <http://www.ufpb.br/evento/index.php/18redor/18redor/paper/viewFile/2286/716>. Acesso em: 25 abr. 2023.

BEAUVOUR, S. O Segundo Sexo: Fatos e Mitos. Paris: Librairie Gallimard, 1949. 309p.

BEAUVOUR, S. Segunda parte: História, In: O Segundo Sexo: Fatos e Mitos. Paris: Librairie Gallimard, 1949. p. 102.

BOEREE, George. **Teorias da Personalidade**. CAPÍTULO, X. I. I. TEORIA DO SELF DE ROGERS, 2003. BRASIL. **Presidência da República, Secretaria-Geral**. [LEI Nº 13.772, DE 19 DE DEZEMBRO DE 2018, Subchefia para Assuntos Jurídicos](#). Disponível em: [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_Ato2015-2018/2018/Lei/L13772.htm#art2](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato2015-2018/2018/Lei/L13772.htm#art2) Acesso em: 30 maio 2023.

CORREIA, Lenor Veloso da Rocha Fonseca. Machismo E Violência Contra A Mulher: uma abordagem acerca da reeducação e ressocialização dos agressores. 2018. Disponível

em:

<https://monografias.ufma.br/jspui/bitstream/123456789/2577/1/LeonorCorreia.pdf>.

Acesso em: 25 Abr. 2023.

CÓTICA, Carolina Santin; XAVIER, Gabriela Medina; EYGO, Hudson. O abuso sexual e desenvolvimento do self: um olhar centrado na pessoa. **Humanidades & Inovação**, v. 2, n. 2, 2015. Disponível em:

<https://revista.unitins.br/index.php/humanidadeseinovacao/article/view/55>. Acessado em: 22/03/2023.

DE LUCENA, Kerle Dayana Tavares et al. Análise do ciclo da violência doméstica contra a mulher. **Journal of Human Growth and Development**, v. 26, n. 2, p. 139-146, 2016. Acessado em: 30/04/2023.

DIAS, Letícia Barbosa; PRATES, Lisie Alende; CREMONESE, Luiza. Perfil, fatores de risco e prevalência da violência contra a mulher. **SANARE-Revista de Políticas Públicas**, v. 20, n. 1, 2021. Disponível em:

<https://sanare.emnuvens.com.br/sanare/article/view/1555>. Acesso em: 15 jun. 2023.

FORMIGA, Kenya et al. Violência cometida pelo parceiro íntimo: estudo observacional com mulheres atendidas no Sistema Único de Saúde. **Einstein (São Paulo)**, v. 19, 2021. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/eins/a/HLtgwcBnqKfkv9ShRZp46FM/?format=pdf&lang=ptng=pt>. Acessado em: 21/06/2023.

FROTA, Ana Maria Monte Coelho. ORIGENS E DESTINOS DA ABORDAGEM CENTRADA NA PESSOA NO CENÁRIO BRASILEIRO CONTEMPORÂNEO: REFLEXÕES PRELIMINARES. **Revista da Abordagem Gestáltica: Phenomenological Studies**, v. 18, n. 2, p. 168-178, 2012. <https://www.redalyc.org/pdf/3577/357735517007.pdf>

GALVÃO, Whéria. A luta pela a igualdade de gênero no meio laboral e o feminismo. 2021. Disponível em:

<https://repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/bitstream/123456789/3627/1/WHERIA%20GA LVAO.pdf>.

GIL, Antônio Carlos. Como classificar as pesquisas. Como elaborar projetos de pesquisa, v. 4, n. 1, p. 44-45, 2002. GOMES, Pedro Henrique. Código Penal crime de violência psicológica contra a mulher. G1, Brasília, 28/07/2021. Disponível em:

<https://g1.globo.com/politica/noticia/2021/07/28/governo-sanciona-lei-que-inclui-no-codigo-penal-crime-de-violencia-psicologica-contr-a-mulher.ghtml>. Acessado

em: 01/05/2023.

GONÇALES, Alexsandro Pereira; FERREIRA, Lyzia Menna Barreto. A VIOLÊNCIA DOMÉSTICA E FAMILIAR CONTRA A MULHER. TCC-Direito, 2021. HENRIQUE, Amanda Letícia Campos. Violência psicológica e suas consequências na vida da mulher. **ETIC-ENCONTRO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA-ISSN 21-76-8498**, v. 17, n. 17, 2021. Disponível em:

<http://intertemas.toledoprudente.edu.br/index.php/ETIC/article/view/9103/67650784>.

Acessado em: 02/05/2023.

JESUS, Larissa Bahia de. Violência contra mulher: aspectos normativos e práticas preventivas. 2019. Disponível em:

<https://repositorio.unilab.edu.br/jspui/handle/123456789/1924>. Acessado em:

19/06/2023.

MAIA, Camila Moreira; GERMANO, Idilva Maria Pires; MOURA JÚNIOR, James Ferreira. Um diálogo sobre o conceito de self entre a abordagem centrada na pessoa e a psicologia narrativa. 2009. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rnufen/v1n2/a04.pdf> . Acessado em: 21/06/2023.

MOREIRA, Virginia. Revisitando as fases da abordagem centrada na pessoa. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, v. 27, p. 537-544, 2010. <https://doi.org/10.1590/S0103-166X2010000400011MULTIVIX>. Orientações para a Disciplina Metodologia Científica Aplicada. 2023.

OPAS – Organização Pan-Americana da Saúde. Violência contra a mulher é grave problema de saúde pública. Nações Unidas Brasil, 27/01/2017. Disponível em: <https://brasil.un.org/pt-br/75585-viol%C3%Aancia-contra-mulher-%C3%A9-grave-problema-de-sa%C3%BAde-p%C3%BAblica-alerta-opas> . Acessado em: 30/04/2023.

ROGERS, Carl Ransom; ROSENBERG, Rachel Lea. A pessoa como Centro. São Paulo, Editora Pedagógica e Universitária LTDA. 1977-10º Reimpressão, 2002. Disponível em: <https://gmeaps.files.wordpress.com/2019/02a-pessoa-como-centro- carl-r.-rogers-rachel-lc3a9a-rosenberg.pfd>. Acessado em: 22/06/2023.

SCARTEZINI, Luma Guirado; ROCHA, Ana Carolina Raad; PIRES, V. da S. A necessidade de autoestima em Carl Rogers. **Revista FAEF**, v. 16, p. 1-7, 2013. [http://faef.revista.inf.br/imagens\\_arquivos/arquivos\\_destaque/hkNYQZ4GFZuVXwL\\_2013-5-13-15-59-41.pdf](http://faef.revista.inf.br/imagens_arquivos/arquivos_destaque/hkNYQZ4GFZuVXwL_2013-5-13-15-59-41.pdf)

SILVA, Luciane Lemos da; COELHO, Elza Berger Salema; CAPONI, Sandra Noemi Cucurullo de Violência silenciosa: violência psicológica como condição da violência física doméstica. **Interface-Comunicação, Saúde, Educação**, v. 11, p.93-103, 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/icse/a/9SG5zGMVt4VFDZtzbX97MkP/abstract/?lang=pt> – acessado em 20/06/2023.

SILVA, Susan de Alencar et al. Análise da violência doméstica na saúde das mulheres. **Rev. bras. crescimento desenvolv. hum.**, São Paulo, v. 25, n. 2, p. 182-186, 2015. Disponível em [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-12822015000200008&lng=pt&=iso>.acessos](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-12822015000200008&lng=pt&=iso>.acessos) em 21 jun. 2023. <http://dx.doi.org/10.7322/JHGD.103009>.

SIQUEIRA, Camila Alves; ROCHA, Ellen Sue Soares. Violência psicológica contra a mulher: Uma análise bibliográfica sobre causa e consequência desse fenômeno. **Revista Arquivos Científicos (IMMES)**, v. 2, n. 1, p. 12-23, 2019. – acessado em 30/04/2023. Disponível em: <https://arqcientificosimmes.emnuvens.com.br/abi/article/view/107/63>

SIQUEIRA, Dirceu Pereira; MORAES, Carlos Alexandre; PASSAFARO, Valesca Oliveira. Violência psicológica como mecanismo de censura dos direitos universais das mulheres. **Revista Quaestio Iuris**, v. 14, n. 03, p.1083-1103, 2021. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/quaestioiuris/article/view/44343/39505> - acessado em 20/06/2023.

VOLKMANN, Fabiane Fester; DA SILVA, Everaldo. A VIOLÊNCIA PSICOLÓGICA CONTRA MULHER LEI 11.340/2006: Lei Maria da Penha. 2020. Disponível em: <https://periodicoseletronicos.ufma.br/index.php/bauman/article/view/https://periodicoseletronicos.ufma.br/index.php/bauman/article/view/14116iew/14116> . Acessado em: 01/05/2023.

WOOD, John Keith et al. **Abordagem centrada na pessoa**. São Paulo C. I. Editora e Livraria Ltda, ed. 6, 2020. Acessado em: 21/03/2023.