

O IMPACTO DE UM RELACIONAMENTO ABUSIVO NA AUTO ESTIMA DE UMA MULHER.

ANA CLARA ALVES RODRIGUES¹

FAUSTO ROCHA FERNANDES²

RESUMO: O presente trabalho tem como objetivo principal identificar o impacto de um relacionamento abusivo na auto estima de uma mulher. Sabe-se o quanto vem aumentando as taxas dessas relações adoecidas e mesmo assim muitas mulheres, se não a maioria, permanecem nesses relacionamentos, sendo assim é de extrema necessidade aprofundar-se. Esse artigo buscará descrever os principais tipos de violência contra a mulher, como é construída a auto estima e porque permanecem nesses relacionamentos. Para a realização dessa pesquisa bibliográfica foi utilizado o método de pesquisa qualitativa através da metodologia análise de conteúdo pesquisados nos bancos de dados Scielo, PubMed, Pepsic, Scopus Preview, Portal de Periódicos e Google Acadêmico e excluindo aqueles que não se relacionavam com a temática. Sabemos que a violência contra a mulher, no Brasil, atualmente, é considerada como crime preconizada na Lei “Maria da Penha”, de nº. 11.340/2006 e mesmo assim ocupa o 5º lugar no ranking mundial, dentre as violências cinco delas são prescritas pela lei, física, psicológica, sexual, patrimonial e moral. Diante pesquisa foi possível perceber dois motivos predominantes entre inúmeros para a permanência dessas mulheres na relação, sendo elas a dependência emocional e financeira. Além disso, os resultados apontaram com clareza o quão grande é o impacto na auto estima da mulher, uma vez que seus direitos não são respeitados e suas vidas destruídas, passam a viver constantemente com medo, insegurança, tristeza, solidão, etc. E o motivo maior de tudo isso ocorrer seria o desejo do homem de ter poder e controle sob sua vítima.

Palavras chave: Auto Estima. Relacionamento Abusivo. Violência.

¹ Graduanda no Curso de Bacharelado de Psicologia, UNIFUCAMP - Centro Universitário de Mário Palmério.
E-mail: anaalves2731@outlook.com

² Prof. Docente na Instituição UNIFUCAMP - Centro Universitário de Mário Palmério.
E-mail: faustorochofernandes@bol.com.br

1. INTRODUÇÃO

O presente artigo consiste em abordar o relacionamento abusivo na auto estima de uma mulher. Faz-se necessário aprofundar na questão, pois na metade do século XX a violência foi considerada um problema social, e na década de 1990 surgiram as primeiras investigações e programas de prevenção a violência contra a mulher. (GAMA et al, 2017)

O relacionamento abusivo parte de um pensamento errôneo de machismo, onde existe um sistema hierárquico de gêneros, o masculino se coloca como superior e provedor da sua parceira e família, porém se pararmos para analisar essa mesma “pré-história” se repete durante séculos e séculos, desde a antiguidade, quando a mulher foi condicionada a servir e o homem parar assumir e essa representação social mantém seus estereótipos, apesar da evolução de certos costumes. (MAIA; CASCAES, 2017 apud HIRIGOYEN, 2006; ARCINIEGA et al 2008).

A auto estima não está relacionada somente a auto imagem, é o quanto gostamos de nós mesmos, nos apreciamos e amamos, já a auto imagem, é como nós nos vemos diante o mundo. Ambas não são lineares, apresentam altos e baixos constantes. (MOSQUERA; STOBÄUS, 2006). Estas são fenômenos psicológicos que influenciam, por exemplo, na qualidade de vida e saúde mental do indivíduo. (TEIXEIRA; SAMPAIO, 2019 apud TAVARES et al 2010).

Em uma pesquisa realizada com 11 mulheres atendidas da delegacia da mulher do município de Campina Grande- Brasil, foi identificado que a violência trouxe sofrimento e impactos na vida da mulher como perda de sua identidade, desestruturação na autoimagem, sentimento de impotência e redução da autoestima. A carga de sofrimento afetou elas de forma integral, presença de sintomas depressivos e perda de empoderamento. (GUIMARAES, 2018)

Diante disso, o objetivo geral dessa pesquisa será buscar compreender o impacto desse relacionamento abusivo na auto estima da mulher, faz-se necessário aprofundar nessa intercorrência pois, as altas taxas dessas relações adoecidas vêm crescendo gradativamente e atingindo cada vez mais a auto estima dessas mulheres, que aparentemente são as mais atingidas nas relações.

Como objetivos específicos esse artigo busca descrever os principais tipos de violência contra a mulher a partir do entendimento que um relacionamento abusivo precede de inúmeros tipos de violência e não somente psicológica ou física, mas sim um conjunto, entender como é construída a auto estima e explicar o porquê de permanecerem nesses relacionamentos que não são mais saudáveis.

Para conduzir o estudo, essa pesquisa traz como problema a seguinte pergunta: por que surge o abuso nessas relações? Desse modo a hipótese será, os homens se acham dominadores de suas parceiras e no direito de tomarem á para si, onde não tem mais suas vontades e muito menos vida própria, o que inclusive afeta diretamente em sua auto estima, aceitando assim passar por toda a situação.

Essa pesquisa traz como justificativa pessoal a importância de obter conhecimento sobre esse fenômeno que vêm aumentando nos últimos tempos. Como justificativa social, ela busca poder compreender os vários malefícios durante essas relações, pois, além de ser violação dos direitos humanos, acarreta prejuízos em vários aspectos sejam eles, sociais, educacionais e em sua saúde mental e física, podendo perdurar durante toda a vida dessa mulher. Busca ainda como justificativa científica contribuir bibliograficamente com os acervos relacionados a pesquisas sobre relacionamentos abusivos.

Os diferentes tipos de violência contra a mulher são bastante conhecidos e cada vez mais, inúmeros países vêm tomando as devidas providências de serviços legais, de saúde e sociais às mulheres, porém ao mesmo tempo observa-se pouco esforço para colocá-las em vigor. (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2010).

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1. Conceito de relacionamento abusivo.

Os relacionamentos abusivos consistem em excesso de poder e controle, onde o outro se torna posse e objetificação do parceiro, se iniciam de modo sutil podendo ultrapassar o que chamamos de saudável. Quando indivíduos resolvem ter um relacionamento amoroso é necessário levar em consideração tudo o que ocorreu anteriormente na vida de ambos, pois junto com esses dois seres humanos vem toda uma bagagem emocional e histórias pessoais que trazem para essa nova relação, tudo o que adquiriram ao longo de sua vida vão fazer parte desta nova etapa. A principal característica de um relacionamento doentio é o controle que o outro exerce, além de fazê-la se sentir culpada. Boa parte dos

agressores apresentam baixa autoestima, depressão e ansiedade e é exatamente esses problemas que causam às suas vítimas. (ROSA et al 2019 apud PEREIRA, CAMARGO e AOYAMA, 2018)

O Núcleo Institucional de Promoção e Defesa dos Direitos da Mulher - NUDEM (2018): destaca 10 sinais para um relacionamento deixar de ser saudável e tornar-se abusivo

1. Seu parceiro já te proibiu de frequentar algum lugar. Seja bar, academia ou algum curso.
2. Seu parceiro não te proibiu, mas fez chantagem emocional para que você se sentisse culpada, caso fizesse aquilo.
3. Durante as brigas, ele(a) acabava jogando a culpa para você e no final de tudo você sempre acabava pedindo desculpas.
4. Fez você pensar que sua felicidade dependia dele(a).
5. Seu parceiro tentou te afastar de pessoas que você gosta.
6. Seu parceiro te proibiu de falar e manter contato com alguém.
7. Seu parceiro te proibiu de postar algum tipo de foto.
8. Seu parceiro te proibiu de dançar sem ele(a).
9. Tem ciúmes exagerado e se exalta em discussões.
10. Já tentou te diminuir em alguma situação.

O propósito de todo relacionamento abusivo não seria fazer com que o outro sinta dor como no sadismo, mas a questão seria o controle que o parceiro deseja ter do outro. Pois, se o homem estiver no controle da mulher será mais simples de manipulá-la, fazendo com que a mesma se sinta culpada por tudo o que ocorre de errado na relação e na maioria dos casos os abusadores não percebem nada de errado em seu comportamento e não se veem como abusadores de suas parceiras, seria uma maneira normal de “marido” e “mulher” se relacionarem, não se sentem culpados, ao contrário das mulheres. A estratégia

seria exatamente essa, enfraquecê-la para fortalecer-se. Como a vítima já está sendo manipulada o tempo todo, o agressor a faz pensar que é culpada e ela por sua vez, tenta agrada-lo e nesse ciclo que não existe fim, ele deixa existir algumas tréguas para que a mulher se encha de esperança e acredite em sua mudança, mas com o tempo esse pensamento se torna insustentável e doloroso. (PEREIRA et al, 2018 apud MILLER, 1999)

Até que a vítima perceba que está em um relacionamento abusivo leva algum tempo, isso se deve a forma como a sociedade patriarcal assegura e mascara a dominação do homem, não permitindo que vislumbre o que está acontecendo ao seu redor, essa é a primeira de muitas dificuldades que a vítima encontra para sair dessa relação. São alguns dos comportamentos que passam despercebidos, o ciúme confundido com amor, interferência nas roupas, nas amizades, na questão financeira, dentre outros. (SANTOS apud 2020 BARRETTO, 2018, p. 148)

De acordo com Souza (2010) os homens que abusam de suas mulheres usam de diversos meios para atingi-las indiretamente. Filhos são um alvo muito utilizado, pois estes são um de seus pontos fracos e a vítima não quer este sofrer. Animais de estimação são usados para deixar “recado” quando são mortos, deixando a entender que a próxima vítima será a mulher. Objetos pessoais são alvos constantes, como arranhar o carro, invasão a residência, rasgar roupas ou quebrar joias, com o intuito de fazê-la sofrer e consequentemente oprimir a vítima.

Além dessas estratégias possuem várias outras, como deixar a vítima em cárcere privado sem poder ter contato com ninguém. O cativo é usado para mostrar a mulher que se ela for agredida não terá a quem recorrer.

A cultura está acostumada com certos tipos de normas e costumes, a mulher é vista como doméstica, nutridora e emocional, já o homem é o provedor, impõe regras e leva o sustento para a família. Visto como sexo forte, e perante a sociedade dominante ao poder, já a mulher representa a esfera doméstica. Essa inversão de valores contribui para cada vez mais naturalizarem os comportamentos que tendem a se repetir onde estejam e reproduzem questões voltadas a dominação em seus relacionamentos, gerando diversas formas de violência. (CRUZ, 2018 apud JAGGAR; BORDO, 1997).

Em alguns casos já na fase do início da relação são revelados sinais que indicam que futuramente a relação pode vir a ser abusiva, seja por atitudes palavras, ciúme excessivo, nervosismo, uso de álcool e drogas, desconfiança. (MARQUES, 2005, p.7)

Os comportamentos abusivos, que muitas das vezes levam a violências inexplicáveis tira a vida do casal do eixo, desnutrindo a harmonia e a convivência familiar. Existem vários sentimentos que ficam, como sentir tristeza, medo, impotência, preocupação de quando pode ocorrer novamente ou algo acontecer com a sua vida ou de seus filhos, gerando uma série de dúvidas por parte da mulher. Esse conjunto de acontecimentos negativos e depreciativos leva a mulher se tornar uma pessoa mais reprimida, onde não se sente mais vontade de ter qualquer tipo de conversa com o parceiro, pois qualquer atitude ou palavra que não goste já seria motivo para maus-tratos. Ela se torna também uma pessoa sem desejos ou vontades, já que as mesmas podem soar com uma ‘besteira’ para seu parceiro que não a valoriza, afetando assim a sua auto estima. Com a harmonia destruída desse casal a relação se torna desgastante e bastante perigosa aumentando a frequência das discussões e brigas, fazendo assim com que as violências ocorram diariamente. (FONSECA et al, 2012)

Para muitas vítimas o primeiro contato/experiência com os comportamentos opressores e violências de seus parceiros já se inicia na fase do namoro, porém estes não conseguem se desvincular, ou não percebem o que estão vivendo. (GAMA; VERÍSSIMO; TOMÁS, 2017 apud JACKSON, 1999).

Os conflitos dos casais têm início no que chamamos de cognições que são suas expectativas, padrões/regras, atribuições e suposições. Nesse sentido, um dos parceiros pode ter uma suposição de que está sendo traído e como resposta age de forma que não resolve o problema, ou seja, se afastando, se tornando “frio” com o outro, surge agressões físicas e verbais, com isso não existe mais uma comunicação assertiva onde poderiam resolver e se instala um círculo vicioso de conflitos conjugais com o parceiro. (CARDOSO; NEUFELD 2018 apud DATTILIO, 2011)

Muitas mulheres não denunciam seus parceiros por medo de que a situação possa se agravar, ou que sua palavra perante a justiça não tenha valor. O medo de colocar sua vida ou de sua família em risco, também é um dos motivos, aos quais muitas não procuram a polícia para denunciar. Em casos com filhos

é ainda mais difícil ocorrer tais denúncias, visto que, o medo do cônjuge ser preso e esta venha a não ter recurso para sua sobrevivência, leva que suportem tais situações. (PFDC, 2011, p.41).

Vários são os danos causados por essas relações adoecidas, além de destruir vidas, deixam marcas mais profundas que podem perdurar toda a sua vida. Em destaque tem-se a depressão e os comportamentos suicidas e distúrbios sociais, na maioria das vezes os impactos maiores são no emocional. (GOMES; FERNANDES, 2018 apud BALONE et al, 2003; PEDROSA, 2009)

A OMS cita que a violência contra a mulher é uma questão de saúde pública uma vez que compromete milhões de pessoas e acarreta inúmeros agravos a população mundial. A violência está vinculada a vários problemas como à saúde física, abusos de drogas e álcool, distúrbios gastrointestinais, inflamações pélvicas crônicas, dores de cabeça, asma, ansiedade, depressão, distúrbios psíquicos, como tentativa de suicídio, além do trauma físico direto, são incontáveis os pontos negativos trazidos para as vidas dessas vítimas. (OLIVEIRA et al, 2005; RIBEIRO; COUTINHO, 2011)

Muitas dessas vítimas são jovens, ou até mesmo doentes e são forçadas a manterem o seu silêncio sobre o que sofrem. A violência sempre fez parte do mundo e com ela surgiram vários sistemas como uma forma de evitá-la, por exemplo, religiosos, filosóficos, legais e comunais. Mesmo com toda a contribuição que cada um desses trouxe, nenhum foi bem-sucedido. (KRUG et al., 2002, P. 25).

Dentre vários fatores responsáveis para a violência ocorrer destaca-se a pobreza, desigualdade social, o desemprego e também a ineficiência de algumas instituições básicas as quais deveriam amparar essas vítimas. Uma em cada cinco faltas que ocorre no trabalho é causada pela violência sofrida pelas mulheres dentro de suas próprias casas e a cada cinco anos de vida perde-se um se sofre violência doméstica, ou seja, desamparada até mesmo dentro de sua residência, o que a desencoraja cada vez mais de sair desse sofrimento além de consumi-la fisicamente o mesmo ocorre com o seu emocional, muitas vezes até pior. Citando especificamente a violência doméstica a sua prevalência está entre mulheres com baixa renda, baixa escolaridade e a maioria são jovens e casadas, todas elas partilham do medo, insegurança, isolamento, culpa e vergonha, porém a dependência emocional e financeira leva a ficarem e se submeterem às agressões e suas consequências. (RIBEIRO; COUTINHO, 2011)

Como os relacionamentos abusivos costumam acontecer na intimidade do casal, o não é válido para todas as relações, porém o abusador se comporta de forma diferente perante a sociedade, o que dificulta provar algo contra ele. O que torna essa mulher mais uma vez insegura e vulnerável, para que coloque um ponto final na situação, mas caso queira fazê-lo possível existe o Direito da Família, que tem as ferramentas necessárias para proteger a vítima da violência e do desamparo, de não ter para onde ir. (MADALENO, 2018).

O Direito da Família acompanha as constantes mudanças sociais, nossos valores como pessoas e como integrantes de um núcleo familiar, desde a histórica implantação do divórcio no Brasil, com a edição da Lei n. 6.515/1977, e, posteriormente, com as mudanças fundamentais vertidas para o Direito brasileiro com a Carta Política de 1988, a qual reconheceu as diferentes formas de família, e igualdade dos filhos e dos gêneros. (CANOTILHO, 2003)

No Direito de Família, retirou-se o caráter autoritário da prevalência da função masculina, quando tratou de eliminar as relações de subordinação até então existentes entre os integrantes do grupo familiar. Se distanciando assim, da antiguidade onde a concepção coercitiva era unicamente de sexualidade, de matrimônio e submissão da mulher. (CANOTILHO, 2003)

Gomes (2018 apud Hirigyen, 2006) chegou à conclusão que a mulheres têm permanecido nos relacionamentos abusivos devido a duas grandes causas recorrentes, a dependência emocional e financeira. A violência tem início com microviolências sejam verbais ou morais e evoluem para físicas ao longo do tempo, até se tornar algo natural na vida do casal.

2.2. Conceito de auto estima.

O conceito de auto estima é um dos mais relevantes e utilizados na Psicologia atualmente, apesar de não ter uma definição concreta na literatura, diz respeito a maneira como o indivíduo elege suas metas, aceita a si mesmo, e valoriza o outro.(ANDRADE; SOUZA, 2010)

Embora a auto estima tenha sua importância reconhecida no Brasil, existe uma escassez muito grande de instrumentos diagnósticos consolidados cientificamente em amostras brasileiras. Visto que são

necessárias contribuições para esse panorama Rosenberg cria a da Escala de Auto Estima onde é a mais utilizada na investigação psicológica atualmente. Segundo Rosenberg (1965) “é uma atitude positiva ou negativa relativamente a um objecto particular, a saber, o self”. (SANTOS, 2008 apud ROSENBERG, 1965, p. 30; AVANCI et al, 2007)

Escala de Auto Estima trata-se de uma medida que avalia a autoestima global, é unidimensional e formada por dez afirmações relativas a sentimentos de autoestima e autovalia. Os itens são respondidos por meio de uma escala tipo Likert de quatro pontos, com 1 correspondente a discordo totalmente; 2, a discordo; 3, a concordo; e 4, a concordo totalmente (HUTZ & ZANON, 2011).

É um juízo que começa a ser moldado no cotidiano da primeira infância e adolescência e irá influenciar tanto na percepção de si mesmo quanto na dos demais ao seu redor, influenciará em seu comportamento e resultará na forma como enfrentará uma certa passagem em sua vida, seja de forma mais positiva ou negativamente, da mesma forma esta diretamente ligado a auto estima também o sucesso frente a um desafio, como será enfrentado. (MAÇOLA et al, 2009)

Alguns estudos vêm apontando a auto estima como um grande marcador para se ter uma boa saúde mental e nas análises sociais de crescimento e progresso também. A violência familiar, o abuso de drogas, a gravidez precoce, o fraco desempenho escolar, a delinquência, o suicídio, as agressões escolares, a depressão e a prostituição são alguns comportamentos que estão associados a pessoas que possuem uma baixa auto estima. (AVANCI et al, 2007 apud ASSIS e AVANCI, 2003; DOURADO, 1984; GOMES, 1994; MECCA, SMELSER e VASCONCELLOS, 1989; ROSENBERG, 1956/ 1989; TAMAYO e CUNHA, 1983)

É um conjunto de atitudes que cada um tem sobre si próprio, percepções avaliativas sobre si mesma e sobre o mundo sendo positivas ou negativas e a mesma é revelada em acontecimentos cotidianos ou até mesmo sociais, emocionais e psíquico-fisiológicos. Todos temos uma percepção sobre nós mesmos, pois ninguém deixa de pensar em si e irá variar de acordo com o mundo ao meu redor, minhas vivências e ambientes. São traços típicos de quem possui uma boa auto estima, ter confiança e segurança, reconhecer nossas qualidades, não se considerar superior e nem inferior aos outros, seria uma pessoa mais positiva e leve. (MOSQUERA; STOBÄUS, 2006).

A auto estima está diretamente ligada á saúde mental e ao bem-estar psicológico e a sua ausência está ligada a certos fenômenos mentais negativos, como depressão e suicídio. É subjetiva em todos os aspectos, pois além de depender de vivências do sujeito ele mantém uma atitude de aceitação ou repulsa sobre si, está ligada á como elege suas metas, aceita a si mesmo, valoriza o outro e estabelece suas expectativas e projetos ou até mesmo se o indivíduo se presenteia como uma forma de prestígio em determinadas situações/conquistas. Pode ser entendida como um juízo pessoal de valor, externado nas atitudes que o indivíduo tem para consigo mesmo e nas crenças pessoais sobre suas habilidades, capacidades, relacionamentos sociais e acontecimentos futuros. (BANDEIRA; HUTZ, 2010)

Quatro pilares da auto estima para Riso(2011)

Pilar	Características
Autoconceito	<p>Seria o que o sujeito pensa de si próprio e essa concepção refletira em como ele se trata, o que exige de si e como exige.</p> <p>Aqueles que não amam a si mesmos aprenderam a se flagelar-se por tudo e nunca se estimar-se sempre se punindo e nunca se reforçando. Todos são vítimas de suas próprias decisões, seja ela amar-se ou não, porém muitas vezes não temos dimensão do sofrimento que nos causa, precisamos aprender a viver conosco, pois nem sempre o inimigo está do lado de fora.</p>
Autoimagem	<p>É a opinião que tem de sua aparência. Em quase todas as épocas e culturas a beleza física era vista como um dom e a feiura como uma maldição da natureza ou dos</p>

	<p>deuses e até mesmo atualmente existem pessoas que são cruéis á aqueles que fogem dos padrões de beleza tradicionais que é imposto pela sociedade. Apesar de todos esses parâmetros estabelecidos não existe um padrão mundial ideal, é estabelecido subjetivamente de acordo com experiências pessoais e sociais.</p>
<p>Autorreforço</p>	<p>Se trata da medida que você se premia e se gratifica. Temos as nossas tarefas e compromissos a serem cumpridos muito bem traçados e mesmo quando conseguimos findá-los não sabemos o que fazer com o tempo restante, seria uma recompensa tirar para descansar, porém não é o que acontece, muitas vezes somos tomados pelo automático e até mesmo culpa. Não seria interessante gerar saúde mental como geramos dinheiro? Pois ambos são importantes para a nossa sobrevivência.</p>
<p>Autoeficácia</p>	<p>Confiança você tem em si mesmo. Uma baixa autoeficácia levará o indivíduo a pensar que não é capaz de alcançar e a autoeficácia equilibrada te fará acreditar que suas metas são possíveis. Se não consegue acreditar em si mesmo acabará entrando</p>

	em um círculo de pensamentos vicioso que te levará automaticamente á sabotagem, evitará enfrentar os problemas e desistirá diante do primeiro obstáculo que aparecer.
--	---

Tabela 1: Adaptação dos quatro pilares apresentados por Riso(2011)

Fonte: Dados disponíveis em: RISO, W. *Apaixone-se por si mesmo: o valor imprescindível da autoestima*. São Paulo : Planeta, 2012.

A auto estima é um composto de autoconfiança e autorrespeito consigo mesmo e a partir disso será definido o sucesso ou fracasso, onde poderá conquistar seus objetivos ou ficar estagnado na vida. Portanto, para Branden (2000) todos são capazes de desenvolver a auto estima, basta que se tenha convicção que se é merecedor da felicidade, e principalmente otimismo. Quanto mais desenvolvida a auto estima são menores as possibilidades de que o individuo tenha pensamentos negativos para consigo, se sinta inferior aos demais e se diminua. Importante citar que um individuo com uma boa auto estima se relaciona melhor com os outros, conseguem ter relações saudáveis e duradouras ao invés de casos destrutíveis e adoecidos, isso porque já tem desenvolvido em si o amor próprio e sabe o que merece, por outro viés não é o que ocorre em um relacionamento abusivo, pois é totalmente ao contrário.

Segundo Guilhardi (2002) a criança não nasce com a auto estima desenvolvida, mas ela é formada ao longo da vida de acordo com as manifestações dos pais diante situações, seja a de atenção, carinho, afago físico, sorriso e a partir disso irá definir como amar a si mesmo, para que depois possa amar o próximo, se não for desenvolvido esse sentimento em si, este o desconhece, e não pode oferecer aos outros.

A auto estima é uma junção de sentimentos, são estados corporais que são desencadeados de acordo com eventos ambientais, pois não existe sentimento sem manifestações corporais. Como foi citado, os pais são peças fundamentais no desenvolvimento da auto estima na criança, são os principais auxiliares nesse momento, podem ajudar reforçando positivamente o seu filho isso irá garantir que fortaleça os comportamentos adequados, ajuda na criatividade, consegue ter comportamentos de iniciativas e também sentimentos bons, como satisfação, bem-estar, alegria, auto-estima etc.

Perde-se a auto estima quando se passa por muitos momentos negativos como frustrações, sofrimentos, decepções, perdas e até mesmo quando não se tem reconhecimento do que está exercendo,

não somente o reconhecimento de terceiros, mas de si para si próprio. A baixa auto estima está relacionada com falsos valores/crenças, como por exemplo, de que é necessário a aceitação de pai e mãe para fazer algo, essa crença pode gerar alguns comportamentos de insegurança, falta de confiança em si por necessitar de aprovação de outras pessoas, inadequação ao meio em que vive, inutilidade, incapacidade de realizar podendo gerar depressão, perfeccionismo, incômodo com a aparência entre vários outros. E são vários os fatores que podem diminuir a auto estima de determinada pessoa como, autocríticas, sentimento de culpa, abandono, rejeição, carência, frustração, vergonha, inveja, timidez, insegurança, medo, humilhação e raiva, o que pode eleva-la seria questões contrárias a essas relacionadas a aspectos positivos. (TAVARES et al, 2007 apud DAVIDOFF, 2001; STROCHI e VOLI apud CARRARA, 2004; TAVARES, 2007)

2.3. Tipos de violência contra a mulher.

Art. 1º Esta Lei cria mecanismos para coibir e prevenir a violência doméstica e familiar contra a mulher, nos termos do § 8º do art. 226 da Constituição Federal, da Convenção sobre a Eliminação de Todas as Formas de Violência contra a Mulher, da Convenção Interamericana para Prevenir, Punir e Erradicar a Violência contra a Mulher e de outros tratados internacionais ratificados pela República Federativa do Brasil; dispõe sobre a criação dos Juizados de Violência Doméstica e Familiar contra a Mulher; e estabelece medidas de assistência e proteção às mulheres em situação de violência doméstica e familiar. (LEI MARIA DA PENHA nº 11.340, de 2006).

O presente tópico terá início com um pequeno trecho da lei federal Nº 11.340, DE 7 DE AGOSTO DE 2006 que se encontra em seu artigo 1º, prevê que no Brasil o tema ganhou ainda mais destaque e atenção dos pesquisadores após a entrada em vigor da mesma. (BERNARDINO et al., 2016).

A qual tem a finalidade de punir os casos de violência entre parceiros íntimos, independentemente de classe, raça, etnia, orientação sexual, renda, cultura, nível educacional, idade e religião, resguardá-las de toda forma de negligência, discriminação, exploração, violência, crueldade e opressão. Vale ressaltar que o relacionamento abusivo não se resume somente a violência física, mas sim psicológica ou emocional, sexual, patrimonial e moral, todas essas formas atingindo diretamente e subjetivamente cada mulher. (BERNARDINO et al., 2016)

Em seu primeiro ano de vigência teve um decréscimo significativo de violência contra mulheres, onde a Lei Maria da Penha possibilitou esse mérito. Porém, logo no ano de 2010 os números começaram a aumentar novamente e foi um dos maiores patamares já registrados desde então, 4,6 homicídios para cada 100 mil mulheres. (WAISELFISZ, 2012, P.5)

E como citado acima, atualmente existem cinco tipos de violência contra a mulher e todas estão prescritas pela lei Maria da Penha e é de suma importância fazer um breve resumo de quem foi essa mulher que trouxe tantos benefícios justamente com essa lei e que é símbolo da luta pelo fim da violência contra a mulher após ser vítima de tentativa de um feminicídio. Maria da Penha Maia Fernandes era uma farmacêutica que no ano de 1983 seu marido tentou executá-la por duas vezes e antes disso sofreu bastante em sua companhia, a primeira tentativa foi com uma arma de fogo e a segunda por afogamento e eletrocussão, todas elas falhas, porém deixando várias sequelas físicas e emocionais a ela. Somente após 19 anos do ocorrido o caso teve a devida atenção e em 2003 o agressor cumpriu apenas 2 anos em prisão e o restante da pena em liberdade. (ROMAGNOLI, 2015)

A violência se caracteriza por seu uso intencional de força física ou em forma de poder, ameaças ou similares, seja contra si mesmo ou contra outra(s) pessoa(s), sendo grupo ou comunidade, ou seja, é tudo aquilo que tem a possibilidade de causar morte, lesões, dano psicológico, deficiência de desenvolvimento ou privação. Segundo a OMS, a intencionalidade já se caracteriza uma violência independentemente de seu resultado final. (KRUG et al., 2002, P. 27)

Formas de violência doméstica e familiar contra a mulher:

Tipo	Características	Ações
Violência física	Qualquer conduta que ofenda sua integridade ou saúde corporal.	Espancamento, lesões/ferimentos com objetos cortantes ou perfurantes, e até mesmo sufocamento ou estrangulamento, podendo chegar ao extermínio da vítima.
Violência psicológica	Dano significativo emocional,	Ameaças, constrangimentos,

	descrescimento na auto estima da vítima, degrading suas ações, comportamento, crenças e decisões.	humilhações, manipulação, isolamento, chantagens, privação.
Violência sexual	Relação sexual que a vítima não consente ou não quer presenciar, tal ato é considerado como estupro.	Relação que cause desconforto ou repulsa, impedir o uso de métodos contraceptivos, forçar um aborto, gravidez ou prostituição.
Violência patrimonial	Conduta de retenção, subtração, destruição parcial de objetos, documentos, bens, valores.	Controle do dinheiro da vítima, deixar de pagar pensão, ou furto.
Violência moral	Calúnia, difamação ou injúria.	Acusações como traição ou crime, críticas mentirosas, xingamentos, expor a vida íntima da vítima.

Tabela 2: Os principais tipos de violências com suas características e as formas que podem se apresentar.

Fonte: Dados divulgados pela Lei Maria da Penha, 2006.¹

Juntamente com a Lei nº 11.340, de 7 de agosto de 2006 foi sugerido que fossem criadas delegacias e unidades especializadas e direcionadas para a proteção da mulher e também seus filhos. No Brasil, atualmente existem mais de 300 delegacias para este fim, o que é de extrema importância para que não fiquem desamparadas em um momento tão delicado e doloroso de suas vidas. (FONSECA et al, 2012)

3. METODOLOGIA.

O presente estudo se utiliza da pesquisa bibliográfica que é elaborada a partir de documentos já existentes sobre um determinado assunto, são materiais que podem ser achados facilmente em livros,

¹ Tabela formulada de acordo com dados da Lei Maria da Penha, fornecidos pelo governo em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato2004-2006/2006/Lei/L11340.htm//

revistas, publicações em periódicos e artigos científicos, jornais, dissertações, teses, internet. É peça primordial nos cursos de graduações sendo produzida por etapas, seja na delimitação do tema de um trabalho ou pesquisa, no desenvolvimento do assunto, nas citações, na apresentação das conclusões. (SOUZA et al, 2021 apud ANDRADE, 2010, p. 25)

A abordagem metodológica utilizada nesta pesquisa será qualitativa. É um método diferente da pesquisa experimental e o que a difunde das demais é o modo como se capta e faz a validação dos conhecimentos, levando em consideração a subjetividade e o vínculo que cada um tem com o objeto. O pesquisador é uma peça primordial para esse processo, analisando e buscando compreender cada um dos fenômenos estudados, não fazendo isso como uma tentativa de simplificar a pesquisa em uma teoria explicativa, pois não é um objeto neutro, mas possui significado que cada indivíduo irá atribuir de forma única. (CHIZZOTTI,1995).

Para Alves (1991), fenômenos só podem ser entendidos a partir de uma visão holística, ou seja, visualizá-lo como um todo e despir-se de preconceitos, para que não corra o risco de fazer generalizações estatísticas e possivelmente relações de causa e efeito. Buscar compreender o foco da pesquisa e sempre que necessário ir ajustando de acordo com todos os participantes inseridos e que os dados sejam descritivos através de palavras, para que não se tenha nenhuma intercorrência e alterações nos resultados buscados.

Foi realizado um levantamento de dados por meio de artigos científicos coletados que passaram por uma análise onde aqueles que tiverem os pré-requisitos para o estudo que seria abordar sobre relacionamento abusivo e auto estima da mulher e aqueles que não corresponderam a esses critérios foram descartados, após recolhidos e separados para uma leitura mais aprofundada e realizado um fichamento para maior entendimento, pois foram comentados de forma contextualizada para fim de se obter as respostas referentes a este trabalho.

Os materiais utilizados foram buscados através das seguintes plataformas: Scielo, PubMed, Pepsic, Scopus Preview, Portal de Periódicos e Google Acadêmico, essa busca foi realizada durante os materiais dos últimos 10 anos, incluindo o uso de livros, dissertações e teses acerca do tema e utilizando as seguintes palavras chaves: auto estima, relacionamento abusivo e violência.

4. RESULTADOS E DISCUSSÕES

A partir do referencial teórico apresentado é possível observar o quão grande é o impacto do relacionamento abusivo na vida de cada vítima, segundo Gomes (2018) homens e mulheres sofrem violência diariamente, porém é mais comum os homens passarem por essa situação em locais que sejam públicos e a mulher dentro de seu próprio lar. Uma vez que a violência ocasiona cronicidade é necessário o suporte familiar da parte dessa mulher, pois é um momento difícil onde a vítima já passou por inúmeros fatores negativos e assume sentimentos como solidão, desamparo, irritação e tristeza crônica, além de ansiedade, insônia e distúrbios sociais, provocando assim alguns danos físicos como depressão e comportamentos suicidas.

Na mesma linha de raciocínio Pereira (et al 2018 apud Miller, 1999) concorda que toda relação doentia gira em torno do controle, pois é mais simples manipular a vítima fazendo-a se sentir culpada para que ele possa se sentir superior, enfraquecê-la para fortalecer-se e pensar em sair dessa relação não seria uma opção, pois os abusadores fazem de tudo para garantir que a mulher não saia de casa nem para trabalhar. Porém, não são todos os abusadores que veem seus comportamentos como errados e sim uma maneira comum de se relacionar.

Para suportar situações de violências constantes a mulher precisa renunciar de um conjunto de coisas importantes, sendo não somente seus sentimentos, mas também de suas vontades e a partir disso passa a desenvolver uma autopercepção de incapacidade, inutilidade e baixa auto estima pela perda de valorização de si mesma e de seu próprio, não se arruma mais, não se sente bonita e desejada, tudo isso por permanecer no relacionamento abusivo.

Rosa (et al 2019 apud Pereira et al, 2018) cita que a principal característica de relacionamentos abusivos são o excesso de poder e controle que o abusador deseja ter pela vítima, porém com o passar do tempo deixa de ser apenas um desejo e passa a se concretizar dando início a violências súteis, além de fazê-la se sentir culpada. Completa que boa parte dos agressores apresentam baixa autoestima, depressão e ansiedade e é exatamente esses problemas que acarretam para a vida de suas vítimas.

Para Fonseca et al (2006) as pessoas que vivem em um contexto violento e que tendem a violência tem maior pretensão a desenvolver desordens alimentares, alcoolismo e abuso de outras drogas, estresse pós-traumático, depressão, ansiedade, fobias, pânico e baixa autoestima. Já a vítima passa por uma série de tristeza, culpa, medo, impotência por não conseguir impor e receber respeito, vergonha onde tentam esconder das pessoas, não falam sobre em público, restringem as amizades e muitas vezes nem saem de casa. Alé, da preocupação de quando pode ocorrer novamente ou algo acontecer com a sua vida ou de

seus filhos, tudo isso leva a mulher se tornar cada vez mais reprimida e sem forças para sair da relação. Em contrapartida cita os possíveis motivos da violência sendo ciúmes, histórico familiar e o poder que advém de crenças que o homem tem poderes e vantagens a mais que a mulher.

Maia (2017) trás um ponto de vista semelhante quando diz que o relacionamento abusivo surge de um pensamento errôneo, um tanto quanto machista e violento, onde o homem se coloca como superior e se analisarmos perdura desde a época antiga, é uma realidade secular. Salienta ainda que, a mulher se torna cúmplice da violência que sofre, pois está abrindo mão de seus direitos humanos e permanecendo na situação. Seguem nas relações reforçando o que se chama de “ciclo da lua-de-mel”, não conseguindo romper a relação. A violência no Brasil atinge cerca de 49,82% de mulheres de várias faixas etárias, classes sociais e níveis culturais, além de ser uma violação dos direitos fundamentais tira do eixo todos os aspectos da vida da vítima, incluindo seu bem estar psicológico, pessoal e social.

Santos (2020 apud Barretto, 2015) cita que um dos principais motivos para que a vítima não consiga sair da relação são alguns dos comportamentos por parte do homem que não são percebidos como abusivos, o ciúme confundido com amor, interferência nas roupas, nas amizades, na questão financeira, dentre outros.

Souza (2010 apud Miller, 1999) trazendo uma visão diferente diz que o homem usa de outros meios para que consiga atingir a vítima, fazendo assim com que a mesma não consiga findar a relação ou até mesmo se já tenham finalizado o relacionamento ela volte para ele, os alvos seriam seus filhos, animais de estimação, ameaças contra a família, objetivos pessoais quebrados e o cativo que seria uma forma do agressor mostrar a ela que não tem ninguém que possa lhe ajudar e nem mesmo se fosse de sua vontade, não conseguiria sair de seu próprio lar, a consequência seria uma vítima cada dia mais submissa.

Para Ribeiro e Coutinho (2011) existem alguns fatores para a violência ocorrer que se destacam sendo eles, pobreza, desigualdade social, o desemprego e também a ineficiência de algumas instituições básicas que não se dispõem ajudar as vítimas. Concordando com o que cita Fonseca 2012, essas se sentem-se inseguras, tendem a se isolar cada vez mais, culpadas, amedrontadas e envergonhadas.

Gomes et al (2018 apud Hirigyen, 2006; Ribeiro e Coutinho, 2011) estão em comum acordo que a mulher permanece no relacionamento por duas causas em evidência, a dependência emocional e a dependência financeira. Mais que a dependência financeira em relação ao seu parceiro, a emocional faz com que a mulher suporte as agressões e as consequências são assustadoras.

A Organização Mundial de Saúde (OMS) divulgou em 2012 um relatório intitulado “Relatório Mundial sobre Violência e Saúde” que diz o seguinte a respeito da violência, que se tornou um problema de saúde pública e uma grande prioridade da atualidade nesse assunto seria a necessidade de contê-la, por meio de criações de comunidades seguras e saudáveis que atingem o nível global, nacional e comunitário. Alguns indivíduos desejam ferir o seu próximo pelo que já vivenciou em algum local, pelos seus antecedentes e crenças, portanto, não percebem os seus atos como violentos e sim algo normal (KRUG ET AL, 2002). Sendo assim, os principais tipos de violência contra a mulher definidas pela lei federal Maria da Penha nº 11.340, de 7 de agosto de 2006 são: física, sexual, psicológica, moral e patrimonial.

Para Maçola et al (2009) a auto estima começa a ser desenvolvida na primeira infância e a partir disso, será definido sua percepção dos acontecimentos e principalmente seu comportamento, como se lida com as situações, consigo mesmo e com os demais ao seu redor e se o individuo tem uma auto estima equilibrada, conseqüentemente terá o sucesso perante os desafios, pois o seu estado emocional estará equilibrado também. Complementando Bandeira e Hutz (2010; AVANCI et al, 2007 Avanci et al, 2003; Dourado, 1984; Gomes, 1994; Mecca, Smelser e Vasconcellos, 1989; Rosenberg, 1956/ 1989; Tamayo e Cunha, 1983) diz que auto estima é um marcador de boa uma saúde mental e caracteriza a baixa auto estima como sentimento de incompetência, de inadequação á vida, a incapacidade de conseguir superar um desafio, enquanto a auto estima seria o contrário.

Mosquera e Stobäus (2006) tem um posicionamento semelhante sobre auto estima que seria a visão e avaliação de si sendo negativas ou positivas e não é algo estático, está em constando mudanças. A boa auto estima seria onde o individuo passaria por um momento difícil durante a vida, teria resiliência e não catastrofizasse tudo. Segundo o autor o ideal seria sermos a nossa melhor versão, mais realistas e objetivos com a nossa pessoa, seja cultivando as nossas qualidades e nos criticando de forma saudável em nossas limitações e defeitos, porém tentando superá-los.

Guilhardi (2002) cita que uma criança não nasce com a auto estima formada, mas sim com um predisposição para desenvolvê-la de acordo com o seu ambiente social, como, onde e com quem convive, por exemplo, uma pessoa que foi criada em um ambiente desprovido de comunicação e reforços pode vir a ter menor consciência sobre seus sentimentos. Portanto para ensiná-la o que são sentimentos precisa de um uso maior de palavras e situações, pois quanto menor forem esses estímulos, maior dificuldade em saber diferencia-los. A auto estima um conjunto de sentimentos que serão expressos pelo corpo, tais esses seriam alegria, raiva, ansiedade, medo, auto-estima, responsabilidade e quem irá ensinar a criança a

respeito dos sentimentos serão seus responsáveis, amigos e professores, reforçá-los diariamente auxiliará o aprendizado destes.

Bandeira e Hutz (2010 apud Coopersmith, 1989; Heatherton e Wyland, 2003) compartilha da visão dos outros autores que dizem que a auto estima é uma avaliação que o indivíduo tem de si mesmo e dos outros, representando aprovação ou repulsa, construindo assim os pilares fundamentais para a auto estima descritos por Riso (2012), que são o autoconceito, autoimagem, autorreforço e a autoeficácia. A auto estima pode ser entendida como um juízo pessoal de valor que define as crenças pessoais sobre suas habilidades, capacidades, relacionamentos sociais e acontecimentos futuros. Diz respeito a forma como cada indivíduo elege suas metas, aceita e valoriza a si e o outro, estabelece suas expectativas e projetos, sendo que o seu ponto chave é a questão valorativa.

Na perspectiva de Branden (2000) todos são capazes de desenvolver a auto estima , é um composto de autorrespeito e autoconfiança. Idealmente falando, todos deveriam desfrutar de uma boa auto estima, de sentir merecedor feliz e adequado á vida e ás situações cotidianas, portanto, uma grande quantidade e pessoas se sentem o contrário, sofrem com sentimentos de inadequação, insegurança, dúvida, culpa e medo, com pensamentos do tipo: “eu não sou suficiente” “eu não sou capaz” “eu não vou conseguir”. Podemos nunca chegar a uma visão positiva e feliz de nós mesmos devido a informações negativas vindo de fora, dos outros ou por uma série de pensamentos disfuncionais fazendo com que olhemos para nós mesmo com falta de compaixão e compreensão nos julgando o tempo todo, nossas próprias ações. Sendo assim, desenvolver a auto estima é chegar a conclusão que somos merecedores e capazes de ser feliz, capazes de enfrentar a vida com mais confiança em nós, boa vontade e otimismo, que inclusive ajuda a atingirmos as metas e sentir-nos realizados. Desenvolver a auto estima é simplesmente aumentar a capacidade de ser feliz.

De acordo com Tavares (et al, 2007 apud Davidoff, 2001; Strochi e Voli apud Carrara, 2004, Tavares, 2010) a auto estima não pode ser analisada individualmente por estar relacionada a vários fatores, além de estar ligada a outros aspectos da personalidade. Guilhard (2002) cita que a auto estima começa na infância a partir de como os outros nos tratam. Da mesma forma é perdida quando se passa por muitas frustrações, decepções, perdas e ate mesmo quando não reconhecem o que o individuo faz, o que abala muito a auto estima não é a falta de reconhecimento do outro, mas sim, a sua própria falta de reconhecimento consigo.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do que foi pesquisado, podemos concluir que existe um grande impacto na auto estima da mulher devido um relacionamento abusivo, uma vez que seus direitos não são respeitados, suas vidas são destruídas e carregam sequelas. Estas podem adquirir diversos problemas como, estado de tristeza profunda podendo levar a distúrbios psíquicos, ansiedade, depressão ou até suicídio; A vítima pode ou não perceber o que de negativo está acontecendo ao seu redor, achar que a posse e dominação do homem é algo normal, fato este que pode acarretar problemas para se relacionar com outras pessoas futuramente, caso consiga sair dessa relação doentia.

Um relacionamento abusivo pode ou não começar sendo tóxico, o fato de a mulher ir convivendo e ouvindo diversas coisas negativas acaba por destruir sua auto estima saudável, pois como já foi citado, não é algo linear, uma vez que os níveis podem oscilar de acordo com vivências, amor a si próprio, e ambiente em que vivem.

Sendo assim o objetivo geral deste estudo, de compreender o impacto desse relacionamento abusivo na auto estima da mulher foi alcançado com êxito, assim como todos os objetivos específicos foram respondidos com clareza, elucidando e exemplificando os principais tipos de violência que a mulher possa vir a sofrer, são elas física, sexual, psicológica, moral e patrimonial.

Fica claro a partir do referencial teórico apresentado que as mulheres permanecem nesses relacionamentos por inúmeros fatores como o medo de reagir perante a situação e o parceiro fazer pior que a última vez, insegurança de sair da relação e colocar em perigo a sua vida e de sua família ou até mesmo por não ter uma rede de apoio, impotência de não conseguir fazer nada e entra em um ciclo vicioso que nunca terá fim por parte do agressor. Porém, dois motivos estão em evidência nessa pesquisa que são a dependência emocional e financeira que englobam todos esses motivos citados anteriormente. Um outro fator que impede seriam as entidades públicas que deixam a desejar o suporte necessário a essa mulher e filhos, além de ser uma questão de saúde pública nem sempre é dada a devida atenção.

Diante pesquisas o abuso surge a partir do momento que o homem quer ter controle e poder sob sua vítima. Portanto, a hipótese desse artigo está correta quando menciona que o homem se acha um dominador de sua parceira e a partir disso ela não pode mais expressar suas vontades e necessidades, pois o que ocorre é que são negligenciadas. E um ponto interessante a se pensar é que todos os problemas que os agressores acarretam para a vida de suas vítimas eles já possuem, seria então uma forma de se sentirem mais poderosos humilhando, tirando o poder e autonomia da mulher.

Através dos dados é possível constatar traços que a auto estima é construída a partir da segunda infância, onde os cuidadores tem um papel importante ao conseguirem ensiná-la com êxito, pois é o momento onde a criança terá uma impressão positiva ou negativa de si e dos demais ao seu redor, contando também com as crenças pessoais sobre suas habilidades, capacidades, relacionamentos sociais e acontecimentos futuros, tudo isso a partir do ambiente que está inserida. Sendo esse um local onde conseguem ter uma boa interação e relação seu estado emocional estará em harmonia, ou seja, seus pensamentos e comportamentos, faz-se ter a sensação de que é alguém adequada, preparada para encarar as situações de vida e adepta a conseguir o que almeja, fazendo assim com que seja uma pessoa com boa auto estima.

Em um relacionamento é necessário que em grande parte esteja muito bem equilibrado, os limites, as vontades, a opinião de cada um e se a partir de certo momento um dos parceiros já não respeita mais o outro, seja com palavras, brigas, intrigas, surjam fatos que possam fazer com que a relação fique pesada e desgastante para ambos ou apenas um, que fique o alerta, pois desta relação pode surgir um ou mais tipos de violências.

O trabalho de uma equipe multidisciplinar, com psicólogos, advogados, conselheiros tutelares e possivelmente médicos. O trabalho deve ser focado nos direitos da saúde, seja diante o divórcio ou denúncia, questões de guarda e proteção a filhos caso os tenha, saúde física, prevenção de doenças, saúde mental, enfoque na melhora do estado, quebra da estigma de que a mulher tenha culpa de algo.

No caso se a auto estima não estiver equilibrada também, ou seja, estiver baixa, o senso de merecimento da vítima se encontrará baixíssimo fazendo com que a mesma pense que mereça estar nesta situação, que não consegue sair e que até mesmo não irá encontrar ninguém melhor, que o outro está com ela por pena, etc. Pois a baixa auto estima faz com que a pessoa tenha uma visão distorcida de si e do mundo, pensando que não ser merecedora de felicidade se sujeitando a ficar nessas condições. O psicólogo deve intervir nisso, na manutenção dos níveis de auto estima, auxiliando na manutenção dos quatro pilares descritos por Riso(2011), autoimagem, autoconceito, autorreforço e autoeficácia.

Um dos resultados mais discutidos nesse artigo seria a culpa que a mulher sente, faz com que ela não consiga sair da realidade em que vive e pense cada vez mais que a culpa é dela de tudo o que ocorre, se tornando submissa.

Conclui-se que os relacionamentos abusivos tiveram início desde a antiguidade quando os ‘homens da caverna’ se colocavam como superiores na divisão dos afazeres e saiam em busca de caças e do trabalho braçal e a mulher vista como mais fraca e sensível, ficava cuidando dos filhos e do lar. Porém, mesmo com tantas evoluções da contemporaneidade algumas coisas ficam estagnadas e a sociedade insiste em ver com os mesmos olhos de séculos atrás, o que reforça mais ainda a hipótese inicial dessa pesquisa.

ABSTRACT: The main objective of this work is to identify the impact of an abusive relationship on a woman's self-esteem. It is known how much the rates of these sick relationships have been increasing and even so many, if not most, women remain in these relationships, so it is extremely necessary to go deeper. This article will seek to describe the main types of violence against women, how self-esteem is built and why they remain in these relationships. To carry out this bibliographic research, the qualitative research method was used through the content analysis methodology researched in the Scielo, PubMed, Pepsic, Scopus Preview, Journal Portal and Academic Google databases, excluding those that were not related to the topic. We know that violence against women in Brazil is currently considered a crime recommended in the “Maria da Penha” Law, no. 11,340/2006 and even so it occupies 5th place in the world ranking, among the violence, five of them are prescribed by law, physical, psychological, sexual, patrimonial and moral. In this research, it was possible to notice two predominant reasons among countless for the permanence of these women in the relationship, namely emotional and financial dependence. In addition, the results clearly showed how great the impact on women's self-esteem is, since their rights are not respected and their lives destroyed, they start to live constantly in fear, insecurity, sadness, loneliness, etc. And the main reason for all of this to occur would be man's desire to have power and control over his victim.

Keywords: Self esteem. Abusive Relationship. Violence.

REFERÊNCIAS

- ALVES, A, J. **O planejamento de pesquisas qualitativas em educação. Cadernos de Pesquisa**, São Paulo, v.77, p.55. 1991.
- ANDRADE, E, R; SOUZA, E, R. **Autoestima como expressão de saúde mental e dispositivo de mudanças na cultura organizacional da polícia.** Rio de Janeiro, 2010.
- ARCINIEGA, M. G; ANDERSON, T. C; TOVAR, B, Z, G; TRACEY, T, J, G. **Toward a Fuller Conception of Machismo: Development of Machismo and Caballerismo Scale Journal of Counseling Psychology.** 2008
- AVANCI, J, Q et al. **Adaptação Transcultural de Escala de Auto-Estima para Adolescentes.** Rio de Janeiro, 2007.
- AVANCI, J. Q., ASSIS, S. G., SANTOS, N. C. DOS, & OLIVEIRA, R. V. C. (2005). **Escala de violência psicológica contra adolescentes.** Revista de Saúde Pública, 39(5), 702-8
- BALLONE, G. J., ORTOLANI, I. V. **Violência Doméstica.** Disponível em: <http://www.psiqweb.med.br//> Acesso em: 10 de setembro de 2021. 2003.
- BANDEIRA, C. , M; HUTZ, C, M. **As implicações do bullying na auto-estima de adolescentes.** Revista Semestral da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional . Volume 14, Número 1, São Paulo, Janeiro/Junho de 2010: 131-138.
- BARRETTO, R, S. **Psicóloga explica relacionamento abusivos: o que é e como sair dessa situação.** Entrevista. UNESP, São Paulo, 2015.
- BARRETTO, R, S. **Relacionamentos abusivos: uma discussão dos entraves ao ponto final.** Niterói, 2018.
- BERNARDINO, I. M et al. **Violência contra mulheres em diferentes estágios do ciclo de vida no Brasil: um estudo exploratório.** Revista Brasileira de Epidemiologia, São Paulo, Oct-Dec 2016.
- BRANDEN, N. **Auto-Estima: como aprender a gostar de si mesmo.** São Paulo: Saraiva, 2000.
- BRASIL. Lei n. 11.340, de 7 de agosto de 2006. **Lei Maria da Penha. Diário Oficial da União, 8 agosto 2006.** Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2004-2006/2006/lei/111340.htm//
- CANOTILHO, J. J. Gomes. **Direito Constitucional e teoria da Constituição.** 7. ed. Lisboa: Almedina, 2003. p. 416.

- CARRARA, M. C. **A influência da Arte-Educação na Auto-Estima e Auto-imagem do Adolescente em Atendimento Psicológico.** Dissertação de Mestrado. Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul. Pag 33 – 41 Porto Alegre. 2004.
- CARDOSO, B, L, A; NEUFELD, C,B. **Conceitualização cognitiva para casais: um modelo didático para formulação de casos em terapia conjuga.** São Paulo, 2018.
- CHIZZOTTI, A. **Pesquisa em ciências humanas e sociais.** 2. ed. São Paulo: Cortez, 1995.
- COOPERSMITH, S. **Coopersmith - self-esteem Inventory.** Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press. 1989.
- CRUZ, J, M et al. **Relacionamento abusivo: o silêncio dentro do lar.** Curitiba, 2018.
- DATTILIO, F. M. **Manual de terapia cognitivo-comportamental para casais e famílias.** Porto Alegre: Artmed. 2011
- DAVIDOFF, Linda L. **Introdução a Psicologia:** 3 ed. São Paulo: Makron Books, 2001.
- DOURADO, J. M. B. **O rendimento acadêmico e sua relação com o autoconceito do aluno e a retroalimentação do professor.** Dissertação de Mestrado não-publicada, Universidade de Brasília, 1984.
- FONSECA, D, H. et al. **Violência doméstica contra a mulher: realidades e representações sociais.** João Pessoa, 2012.
- FONSECA, P. M. da; LUCAS. T.N.S. **Violência doméstica contra a mulher e suas conseqüências psicológicas.** TCC Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública. Salvador, 2006
- GAMA, A et al. **Violência no Namoro na Escola Superior de Educação de Lisboa.** Lisboa, 2017.
- GOMES, I, R, R; FERNANDES, S, C, S. **A permanência de mulheres em relacionamentos abusivos à luz da teoria da ação planejada.** Bol. - Acad. Paul. Psicol. vol.38 no.94 São Paulo jan./jun. 2018.
- GOMES, I, R, R. **A intenção feminina de permanecer em um relacionamento abusivo.** Maceió, 2018.
- GOMES, R. A. **Violência enquanto agravo à saúde de meninas que vivem nas ruas.** Cadernos de Saúde Pública, 10(1), 156-167. 1994.
- GUIMARAES, Renata Cavalcante Santos et al. **Impacto na autoestima de mulheres em situação de violência doméstica atendidas em Campina Grande, Brasil.** Rev Cuid. vol.9, n.1, pp.1988-1997. 2018.

GUILHARD, H. J. **Auto-estima, autoconfiança e responsabilidade.** In M. Z. S. Brandão et al. Comportamento humano: tudo ou quase tudo que você queria saber para viver melhor . p.63-98. Editora Esetec: Santo André, 2002.

HEATHERTON, T. F. & WYLAND, C. **Assessing self-esteem.** Em S. Lopez and R. Snyder, (Eds). Assessing positive psychology (pp. 219-233). Washington, DC: APA, 2003.

HIRIGOYEN, M. F. **A violência no casal: da coação psicológica à agressão física.** Trad. Maria Helena Kühner. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 2006.

HUTZ, C. S., & ZANON, C. **Revisão da adaptação, validação e normatização da Escala de Autoestima de Rosenberg.** Avaliação Psicológica, 2011.

INSTITUTO MARIA DA PENHA. **Tipos de Violência.** Disponível em: <https://www.institutomariadapenha.org.br/lei-11340/tipos-de-violencia.html>. Acesso em: 22 set. 2021.

JACKSON, S. **Issues in the dating violence research: a review of the literature.** *Aggression and Violent Behavior.* 1999.

JAGGAR, A, M; BORDO, S, R. **Gênero, corpo, conhecimento.** Rio de Janeiro: Record: Rosa dos Tempos, 1997.

KRUG, E, G. et al. **Relatório mundial sobre violência e saúde.** Genebra, 2002.

MAIA, L.R, CASCAES, N. **A CULTURA DO MACHISMO E SUA INFLUÊNCIA NA MANUTENÇÃO DOS RELACIONAMENTOS ABUSIVOS.** Santa Catarina, 2017.

MAÇOLA, L et al. **Avaliação da autoestima de gestantes com uso da Escala de Autoestima de Rosenberg*.** Campinas, 2009.

MADALENO, R. **Direito de família.** Rio de Janeiro; Forense, 8. ed., rev., atualizada e ampliada, 2018.

MARQUES, T.M. **Violência Conjugal: estudo sobre a permanência da mulher em relacionamentos abusivos.** Instituto de Psicologia. Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, 2005,

MECCA, A., SMELSER, N. J., & VASCONCELLOS, J. **The social importance of self-esteem.** Berkeley, CA: University of California Press. 1989.

MILLER, M. S. **Feridas invisíveis: Abuso não físico contra mulheres.** São Paulo, 1999.

MOSQUERA, J, J, M; STOBÁUS, C, D. **Auto-imagem, auto-estima e auto-realização: qualidade de vida na universidade.** Porto Alegre, vol. 7, núm. 1, 2006, p. 83-88. 2006.

MUNROE, H, A; REHMAN, U; HERRON, K. **General and spouse-specific anger and hostility in subtypes of maritally violent men and nonviolent men.** Behavior Therapy. 2000.

NUDEM. Núcleo Institucional de Promoção e Defesa dos Direitos da Mulher (NUDEM). Informativo, ANO 5 - 19ª Edição. 2018

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Prevenção da violência sexual e da violência pelo parceiro íntimo contra a mulher,** 2010.

OLIVEIRA, E. M. et al. **Atendimento às mulheres vítimas de violência sexual: um estudo qualitativo.** Saúde Pública: São Paulo, 2005.

PEDROSA, C. M. **A construção de uma ferramenta social para promoção da saúde e dos direitos das mulheres.** Paidéia, Ribeirão Preto, v. 19, n. 42, pp. 123-130. 2009.

PEREIRA, D, C, S. et al. **Análise funcional da permanência das mulheres nos relacionamentos abusivos: Um estudo prático.** Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva, 2018.

Portal do Ministério Público Federal /Procuradoria Federal dos Direitos do Cidadão (PFDC). **Cartilha Maria da Penha e Direitos da Mulher.** Brasília, 2011. Disponível em: http://www.al.rs.gov.br/FileRepository/repdcp_m505/CSP/cartilha-maria-da-penha.pdf. Acesso em: 23 set. 2021.

RIBEIRO, C, G; COUTINHO, M, L, L. **Representações sociais da violência doméstica: Qualidade de vida e resiliência entre as mulheres vítimas e não vítimas.** Psicologia e Saúde, João Pessoa, 2011.

RISO, W. **Apaixone-se por si mesmo: o valor imprescindível da autoestima.** São Paulo : Planeta, 2012.

ROMAGNOLI, R, C. **Várias Marias: efeitos da Lei Maria da Penha nas delegacias.** Belo Horizonte, 2015

ROSA, A, F et al. **Relacionamentos abusivos: na perspectiva da análise do comportamento.** Anápolis, 2019.

ROSENBERG, M. **Society and the adolescent self-image.** Princeton, NJ: Princeton University Press. 1989 (Original publicado em 1956)

SANTOS, L, K, R. **Relacionamentos abusivos na perspectiva masculina.** Fortaleza, 2020.

- SANTOS, P, J. **Validação da Rosenberg Self-Esteem Scale Numa Amostra de Estudantes do Ensino Superior.** Porto Alegre, 2008.
- SILVA, T, D. **Informativo do Núcleo Institucional de Promoção e Defesa dos Direitos da Mulher – NUDEM.** 19. ed. Mato Grosso do Sul, 2018. p.20.
- SOUZA, A, S et al. **A PESQUISA BIBLIOGRÁFICA: PRINCÍPIOS E FUNDAMENTOS.** Uberlândia, 2021.
- SOUZA, H, L; CASSAB, L, A. **Feridas que não se curam: A violência psicológica cometida à mulher pelo companheiro.** Londrina, 2010.
- STROCCHI, Maria Cristina. **Auto-estima: Se não amas a si mesmo, quem te amará?.** 3. ed. Petrópolis: Vozes, 2004.
- TAMAYO, A., & CUNHA, P. **Autoconceito, sexo e frequência de atividade sexual pré-marital.** Ciência e Cultura, 35(7). 1983.
- TAVARES, D. M. S, et al. **Qualidade de vida e autoestima de idosos na comunidade.** 2016.
- TAVARES, K, S et al. **Treinamento de força como terapia para adolescentes depressivos e com baixa auto-estima.** São Paulo, 2007.
- TAVARES D, FREIRE T. **Percepções de felicidade, regulação emocional e autoestima em adolescentes: contributos para a psicologia clínica [dissertação].** Braga: Universidade do Minho; 2010.
- TEIXEIRA, A,C; SAMPAIO, F. **Desenvolvimento de um catálogo CIPE® para o foco de enfermagem ‘autoestima’: uma scoping review,** 2019.
- VOLI, Franco. **A auto-estima do professor.** 2. ed. São Paulo: Loyola, 2002.
- WASELFISZ JJ. **Mapa da violência 2012: atualização: homicídios de mulheres no Brasil.** Rio de Janeiro: Centro Brasileiro de Estudos Latino-americanos Cebela; 2012.
- WALTER, R. **Apaixone-se por si mesmo: o valor imprescindível da autoestima.** São Paulo, 2011.

