



Conhecer Para Educar Sobre Violência no Namoro em Contexto Universitário: O Educador Social como Mediador na Prevenção

Marta Cristina Leite Martins

Dissertação apresentada à Escola Superior de Educação de Bragança para a
obtenção do Grau de Mestre em Educação Social – Educação e Intervenção ao Longo
da Vida

Orientada por:

Professora Mestre Teresa de Jesus Preto Fernandes

**Bragança
(novembro, 2020)**



**Conhecer Para Educar Sobre a Violência no Namoro em Contexto
Universitário: O Educador Social como Mediador na Prevenção**

Marta Cristina Leite Martins

Dissertação apresentada à Escola Superior de Educação de Bragança para a
obtenção do Grau de Mestre em Educação Social – Educação e Intervenção ao Longo
da Vida

Orientada por:

Professora Mestre Teresa de Jesus Preto Fernandes

Bragança

(novembro, 2020)

Agradecimentos

Na elaboração desta investigação, várias pessoas contribuíram para o seu desenvolvimento, sem as quais a sua concretização não teria sido possível. A todos queria expressar o meu grato reconhecimento.

À professora Mestre Teresa de Jesus Preto Fernandes pela orientação, disponibilidade, críticas construtivas e pela bibliografia disponibilizada para a presente investigação. Um agradecimento, em especial, pela transmissão de conhecimentos, mas principalmente por nunca ter desistido de mim e por exigir sempre mais e melhor, dando-me a oportunidade de aprender e de me desenvolver enquanto profissional.

Às participantes desta investigação, que tiveram a gentileza de se disponibilizar para participar de forma voluntária neste estudo. Sem a sua colaboração esta investigação não poderia ter sido realizada.

À minha família, por me transmitir a motivação que às vezes faltava, pelo carinho e amor e por me compreenderem mesmo em silêncio. Obrigada por acreditarem sempre em mim.

À minha colega, Mónica Pintor, pela ajuda e companheirismo ao longo deste trabalho, mas acima de tudo pelo amparo e força na etapa final da investigação.

À minha amiga, Marina Lopes, pela disponibilidade sempre demonstrada, pelo apoio e por todas as dúvidas esclarecidas ao longo deste processo.

Finalmente, agradeço a todos aqueles que direta ou indiretamente ajudaram na concretização desta investigação e que, apesar de não terem sido mencionados estiveram, de uma forma ou outra, presentes.

A todos vós: um enorme obrigado!

Índice Geral

| | |
|---|----|
| Agradecimentos..... | i |
| Índice Geral..... | ii |
| Índice de tabelas..... | iv |
| Resumo..... | v |
| Abstract..... | vi |
| Introdução..... | 1 |
| Capítulo I – Enquadramento teórico: da definição conceptual aos programas de prevenção..... | 3 |
| 1. Violência no namoro em contexto universitário..... | 3 |
| 1.1. O namoro enquanto relação de intimidade: do romântico ao violento..... | 3 |
| 1.2. Definição de violência no namoro..... | 6 |
| 1.3. Tipos de violência no namoro..... | 8 |
| 1.4. Modelos explicativos da violência..... | 11 |
| 1.5. Dinâmicas de perpetuação da violência..... | 18 |
| 1.6. Fatores de risco e de proteção na violência no namoro..... | 20 |
| 1.7. Consequências biopsicossociais da violência no namoro..... | 23 |
| 1.8. Crenças associadas à violência no namoro..... | 24 |
| 1.9. Prevalência..... | 27 |
| 2. Enquadramento legal da violência no namoro..... | 30 |
| 3. O papel do Educador Social na prevenção da violência no namoro..... | 33 |
| Capítulo II – Metodologia..... | 37 |
| 1. Questão-problema e objetivos gerais..... | 37 |
| 2. Opções metodológicas..... | 38 |
| 3. Participantes..... | 40 |
| 4. Instrumento de recolha de dados..... | 41 |
| 5. Instrumento de análise de dados..... | 44 |
| 6. Resultados..... | 48 |
| Capítulo III – Análise e discussão dos resultados..... | 52 |
| Considerações Finais..... | 72 |
| Bibliografia..... | 80 |

| | |
|--|-----|
| Anexos..... | 96 |
| Anexo I – Termo de consentimento livre e esclarecido..... | 97 |
| Anexo II – Guião das entrevistas | 98 |
| Anexo III – Tabela com as categorias das entrevistas | 102 |

Índice de tabelas

| | |
|--|-----|
| Tabela 1. <i>Regras para a caracterização das entrevistas</i> | 50 |
| Tabela 2. <i>Tabela com as categorias, subcategorias, indicadores e excertos das entrevistas</i> | 102 |

Resumo

A violência nos relacionamentos de intimidade tem vindo a alcançar grande visibilidade a nível jurídico e científico, sendo atualmente considerada como um problema social que afeta de forma biopsicossocial muitos jovens. Com tal, a presente investigação tem como objetivo identificar, entre outras dinâmicas deste fenómeno, quais os fatores protetores presentes na tomada de decisão da vítima de violência no namoro em contexto universitário em terminar a relação abusiva para desta forma contribuir para a compreensão e atuação do Educador Social na implementação de programas de prevenção uma vez que os dados estatísticos chamam a atenção para elevadas taxas de prevalência deste crime.

O estudo empírico levado a cabo pela presente investigação é de natureza qualitativa (estudo de caso), usando como técnica de recolha de dados a entrevista semiestruturada aplicada a três vítimas de violência no namoro com o intuito de responder aos objetivos formulados: identificar as tipologias e dinâmicas de perpetuação da violência durante a relação de namoro, averiguar as crenças associadas à violência no namoro e que servem para manter a relação abusiva, e compreender o processo de tomada de decisão e os fatores de proteção para o *terminus* da relação e a construção de um projeto de vida afastado da violência.

Os resultados obtidos permitiram-nos identificar quatro tipos de violência (violência verbal, a violência psicológica, a violência física e violência sexual) e que o bom suporte social e familiar e o *empowerment* psicológico são fatores de proteção que levam as vítimas a sair da relação abusiva.

Palavras-chave: violência no namoro; crenças; fatores de proteção; *empowerment*; estudantes do ensino superior.

Abstract

Concerning violence in close relationships, we have been noticing that it has received high visibility not only in the scientific field but also in legal issues; therefore, this kind of violence is currently regarded as a social problem which impacts many youngsters in a biopsychosocial way. Being so, the aim of this study is to identify, among other dynamics of this phenomenon, the protecting factors which are involved at the time that a victim of dating violence takes the decision of breaking up with an abusive relationship, in an University context. In this way, we intend to contribute to a general awareness and understanding in what the Social Educator's practice is concerned, when it comes to implement prevention programmes since there are statistics data which call our attention to high prevalence rates of this crime.

The empirical study we have carried out is qualitative (study case). We used the semistructured interview as a data collection technique which was applied to three victims of data violence aiming to answer to the following: to identify the different types and dynamics of the perpetuation of violent situations during the relationship; to find out which beliefs are associated with dating violence and the reasons why the abusive relationship goes on, to understand the process of both taking decisions and the protecting factors for the terminus of the relationship; finally to study the achieving of a life plan removed from violence.

The results allowed us to identify four types of violence (verbal, Psychological, physical and sexual); we also came to the conclusion that a good social and familiar support as well as the psychological empowerment are protecting factors which lead the victims to leave na abusive relationship.

Key words: dating violence, beliefs, protecting factors, empowerment, higher education students.

Introdução

A presente dissertação, inserida no âmbito do Mestrado em Educação Social – Educação e Intervenção ao Longo da Vida, intitula-se “*Conhecer Para Educar Sobre a Violência no Namoro em Contexto Universitário: O Educador Social como Mediador na Prevenção*” pois pretende trazer mais alguma clarificação às dinâmicas de perpetuação mas sobretudo, e de forma inovadora, ao momento de rutura e elaboração, por parte da vítima, de um novo projeto de vida afastado da violência para tornar mais compreensível este fenómeno para a comunidade científica, no geral e ao Educador Social, em particular, profissional que pode assumir um papel fundamental na prevenção e intervenção com jovens universitários.

Isto porque somente a partir da década de 60 é que o fenómeno da violência, sob as diferentes formas, aparece como um problema social específico (Caridade & Machado, 2006). Mais recentemente, a violência nas relações de intimidade tem vindo a adquirir grande visibilidade científica e social, sendo que esta problemática se tornou ainda mais relevante na medida em que pode ser um forte preditor da violência doméstica (Caridade, 2011). Por outro lado, sendo a violência no namoro um fenómeno transversal às diversas culturas e etnias torna-se necessário agir o mais rápido e precocemente possível, procurando compreender este fenómeno para mais eficazmente o prevenir. E no campo da prevenção, importa realçar que o Educador Social é um profissional que utiliza a Pedagogia Social como a ciência da Educação Social. Desta forma, atua pedagogicamente perante outros indivíduos, grupos ou comunidades, crianças, jovens, adultos e idosos numa perspetiva de prevenção e reabilitação dos problemas sociais, ajudando “o seu educando a interpretar o mundo e a desenvolver formas de relacionamento com outros, assente em princípios de entendimento e respeito pela individualidade e unicidade inerente à vida” (Azevedo & Correia, 2013, p. 9). Assim, mais do que trabalhar para o outro, trata-se de atuar com os indivíduos “numa lógica de coresponsabilização e de coautoria” (Azevedo & Correia, 2020, p.20). É também função do Educador Social desenvolver e promover a qualidade de vida de todos os indivíduos e adotar e aplicar estratégias de prevenção de problemas sociais, podendo desta forma implementar projetos de intervenção socioeducativa, nomeadamente em contexto universitário.

No que concerne à estrutura, a presente dissertação subdivide-se em três capítulos. No capítulo I, relativo ao enquadramento teórico, apresenta-se uma abordagem teórica que fundamenta o objeto de estudo – violência no namoro em contexto universitário. Primeiramente, define-se o conceito de namoro enquanto relação de intimidade e o conceito

de violência no namoro, explicando os tipos de violência, os modelos que a explicam, as dinâmicas de perpetuação, os seus fatores de risco e de proteção, as suas consequências biopsicossociais, as crenças associadas à violência no namoro e a sua prevalência. De seguida elucida-se sobre o atual enquadramento legal da violência no namoro e por último, reflete-se sobre o papel do Educador Social na prevenção da violência no namoro.

No segundo capítulo II, relativo à metodologia, é apresentada a questão-problema e os objetivos da investigação assim como as opções metodológicas, participantes, instrumentos de recolha de dados, instrumento de análise de dados e resultados.

No capítulo III, procede-se à análise e discussão dos resultados com o objetivo de explicar de forma mais aprofundada todos os dados encontrados.

Por último, são ainda referidas as considerações finais, onde se dá resposta à questão-problema e objetivos da investigação, assim como explicar de que forma o Educador Social pode desenvolver programas de prevenção em contexto universitário, capacitando os jovens para a prevenção ou identificação precoce da violência no namoro. E ainda, refletimos sobre as limitações da investigação.

Capítulo I – Enquadramento teórico: da definição conceptual aos programas de prevenção

1. Violência no namoro em contexto universitário

1.1. O namoro enquanto relação de intimidade: do romântico ao violento

O namoro é uma relação interpessoal que sempre esteve presente na nossa sociedade, porém o seu conceito foi evoluindo ao longo do tempo (Oliveira, 2011). Antigamente, “o namoro era gerido por regras que determinavam a sua duração e estavam definidos os rigorosos padrões morais que deviam ser seguidos para que o namoro fosse considerado sério e levasse ao matrimónio” (Del Priore, 2006, citado por Santos, 2015, p.28).

Nos dias de hoje o namoro assume-se como “uma relação entre duas pessoas, interposta pelo desejo de ficarem juntas, porém com regras estabelecidas de compromisso e fidelidade, na qual ambas residem em lares diferentes e podendo ou não preceder um casamento” (Santos, 2015, p. 28). Paralelamente, Murray e Kardatzke (2007, citado por Oliveira, 2011) definem o namoro também como uma relação de intimidade entre dois indivíduos que possuem uma ligação emocional, romântica e/ou sexual mais forte do que uma relação de amizade. Da mesma maneira, Staus (2004, citado por Monteiro, 2015) define o namoro como: um relacionamento dinâmico que envolve um conhecimento com propósito de socialização, bem como o de obter companhia para desenvolver atividades, com um carácter explícito ou implícito de perpetuar a relação amorosa, até ao momento em que uma das partes termine, ou até ao momento que um outro tipo de relação (e.g. viver em união de facto, noivado, casamento) com outro grau de importância se imponha (p.9).

Para explicar a vinculação e a relação entre duas pessoas desenvolveu-se um conceito designado por amor romântico. Nas palavras de Ferreira (1995, citado por Leitão, 2013):

as ideias mais características do “amor romântico” são que os elementos do casal se entregam totalmente à outra pessoa, vivem experiências muito intensas de felicidade e de sofrimento, dependem da outra pessoa e adaptam-se a ela, esquecendo-se de si próprio, perdoam e justificam tudo em nome do amor, dedicam-se ao bem-estar da outra pessoa, estão todo o tempo com a outra pessoa, pensam que é impossível voltar a amar com a mesma intensidade, sentem que nada vale tanto como aquela relação, desesperam-se só de pensar que podem perder a outra pessoa, pensam todo o tempo na outra pessoa, idealizam a outra pessoa não aceitando que pode ter algum defeito, sentem que qualquer sacrifício é positivo

com a justificação que se faz por amor à outra pessoa, tenham vontade de ajudar e apoiar a outra pessoa sem esperar reciprocidade nem gratuidade e procuram a união mais íntima e definitiva (p.40).

Desta forma, o conceito de amor é entendido por um conjunto de elementos como “a paixão, proximidade, intimidade, fascinação, exclusividade, desejo incontável, medo de perder, partilha, preocupação e atração” (Soares, 2017, p.5).

A teoria triangular do amor desenvolvida por Sternberg (1986, citado por Morais, 2015), é um elemento fundamental para a compreensão do amor. De acordo com esta, o amor é constituído por três fatores – intimidade, paixão e compromisso – que formam os vértices de um triângulo (Mônego & Teodoro, 2011). O fator intimidade refere-se à “presença de felicidade, respeito, entendimento mútuo, capacidade de se entregar, apoio emocional, comunicação e valorização” (Mônego & Teodoro, 2011, p. 97). O fator paixão diz respeito aos impulsos que um indivíduo tem sobre outro, que levam à vontade de estarem perto um do outro, à atração física e sexual e ao romance. Por último, o fator compromisso corresponde à crença de amor, de ser amado e ao desejo de ter uma relação de longa duração (Mônego & Teodoro, 2011; Morais, 2015). Com base nestes três fatores bem como a sua presença ou ausência, Sternberg (1986, citado por Morais, 2015) distingue oito espécies de amor: não gostar (ausência dos três fatores), gostar (presença do fator intimidade), amor louco (presença do fator paixão), amor vazio (presença do fator compromisso), amor romântico (presença do fator intimidade e paixão), amor companheiro (presença do fator intimidade e compromisso), amor insensato (presença do fator paixão e companheiro) e amor-perfeito (presença dos três fatores). Michener, DeLamater e Myers (2005, citado por Oliveira, 2011) acrescentam que a relação de namoro progride ao longo do tempo desenvolvendo um grau elevado de intimidade física e psicológica entre duas pessoas. Nesta perspetiva, os autores afirmam que existem três fases relativas à evolução de um relacionamento amoroso. A primeira reverte para a autoexposição, onde o casal vai partilhando informações pessoais entre si que faz com que o nível de intimidade aumente. De seguida a fase da confiança, onde o casal demonstra ser honesto e ter boas intenções um com o outro. Por fim, a fase da interdependência, que “envolve troca de potenciais recompensas entre parceiros e vai-se estabilizando à medida que o relacionamento se desenvolve” (p. 4).

Uma relação de namoro começa e passa pelas seguintes fases: começa com “interações frequentes entre duas pessoas que procuram a companhia uma da outra. E que ao longo do

tempo vão aumentando o seu grau de intimidade física e psicológica, iniciam um processo de compreensão a partir do ponto de vista do outro, estabelecem objetivos comuns, partilham semelhanças entre eles, investem no relacionamento e por fim começam a comportar-se como um casal” (Oliveira, 2011, p.4).

Na perspectiva de Toscano (2007, citado por Oliveira, 2011, p. 5) uma relação de namoro passa por sete fases: “(1) *group meeting*, (2) *talking and exchanging*, (3) *couple-group dating*, (4) *dating outside de group*, (5) *re-entering the group as a couple*, (6) *breaking up* e (7) *reintroducing the Self into the group*”. Na primeira fase, os indivíduos conhecem-se, existindo uma interação entre grupos. Normalmente os adolescentes/jovens iniciam um relacionamento com um indivíduo que pertença ao mesmo grupo que eles. Na segunda fase, inicia-se um modo de aproximação entre os dois indivíduos fora do grupo, onde passa a existir uma partilha de informações e de tempo. Na terceira fase, os indivíduos vão a encontros formais com outros casais do grupo. Na quarta fase, os elementos do casal passam mais tempo sozinhos do que em grupo e ocorre uma maior “aproximação emocional e física e uma maior partilha de tempo e informação” (Toscano, 2007, citado por Oliveira, 2011, p.5). Na quinta fase, os indivíduos apesar de manterem uma relação independente continuam integrados no seu grupo. Na sexta fase, com o fim da relação de namoro, o casal “diminui a partilha de informação e de tempo que passam juntos e o grupo está normalmente envolvido neste processo de separação” (Toscano, 2007, citado por Oliveira, 2011, p.5). Na sétima fase, os indivíduos juntam-se grupo individualmente, o que implica uma nova construção de papéis.

Atualmente, a evolução social fez surgir outras formas de relações de intimidade para além do namoro. São elas o “ficar”, “pegar” ou “curtir” (Simões, 2015, p. 20). Na relação do “ficar” não existe um compromisso entre os indivíduos, apenas se busca o prazer a partir da sedução e pode incluir beijos, abraços e relações sexuais sendo que os indivíduos envolvidos nesta relação podem, mais tarde, desenvolver uma relação de namoro. Este tipo de relação de intimidade surge muitas vezes em festas, tem uma duração variável e é possível que um indivíduo mantenha esta relação com mais do que uma pessoa. Semelhantemente, a relação de intimidade “pegar” ou “curtir” tem características comuns às de “ficar”, na medida em que existe uma ausência de compromisso. No entanto, esta é um ato mais espontâneo, desenvolvendo-se devido à beleza ou sensualidade do outro (Stengel & Tozo, 2010, citado

por Simões, 2015). Apesar destas formas de relação não incluírem o namoro é certo que os elementos envolvidos partilham entre si uma relação de intimidade.

Dentro destas relações de intimidade podem existir muitas vezes conflitos entre os elementos do casal. A definição de conflitos nas relações de intimidade pode ser “complexa, pois pode envolver desde discordâncias facilmente solucionáveis até ameaças, comportamentos hostis e agressões. Assim (...) são definidos por quaisquer disputas, discordâncias ou expressões de emoções contrárias aos assuntos do quotidiano entre os membros do casal” (Bolze, 2016, p. 37). Estes conflitos podem ser caracterizados por diferentes níveis de intensidade, frequência, conteúdo e resolução e surgem devido ao processo de adaptação, sincronia e amadurecimento da relação ao longo do tempo (Bertoni & Bodenmann, 2010 citado por Costa, Cenci & Mosmann, 2016). Podem ocorrer como fruto da interação de pessoas que desejam construir um projeto de vida juntas e que precisam de discutir e negociar sobre pontos de vista divergentes e tentar chegar a um acordo.

Deutsch e Coleman (2000, citado por Pereira, 2014) afirmam que, devido às diferenças existentes entre as pessoas, “a ausência de conflito geralmente demonstra ausência de interação significativa. Assim, estes autores afirmam que por si só o conflito não é bom nem mau, mas será o modo como lidamos com o conflito que “irá determinar o quão construtivo ou destrutivo ele poderá ser” (p.10). Neste sentido as estratégias de resolução de conflitos são muito importantes e podem ser caracterizadas como positivas ou negativas (Pereira, 2014). As primeiras envolvem “a empatia, negociação, aceitação e respeito pela individualidade do outro, perdão, utilização do humor, comunicação clara e sincera” (p.11) e as segundas dizem respeito “a perda de controlo, a retirada/evitamento, a cedência imediata (sem apresentação do seu próprio ponto de vista), defensividade, agressão e retração” (p.11). Nesta perspetiva, as relações de intimidade podem ser saudáveis e agradáveis para os elementos do casal ou através delas se vivenciarem e perpetrarem os primeiros atos de violência (Oliveira, 2004).

1.2. Definição de violência no namoro

Segundo Vieira (2013) “a violência em contexto de intimidade é um fenómeno complexo, heterogéneo (pelo tipo de relações e formas de violência), transversal (pelas diferentes classes e estatutos sociais e económicos intervenientes) e multidimensional (em termos de tipologia, severidade, frequência e direção dos atos violentos)” (p.3).

WHO (2019, p.5) considera violência:

o uso intencional de força ou poder físico, ameaçado ou real, contra si mesmo, outra pessoa ou contra um grupo ou comunidade que resulte ou tenha uma alta probabilidade de resultar em ferimentos, morte, dano psicológico, mau desenvolvimento ou privação

Na mesma linha de pensamento, Veloso (2013) refere que a violência é um ato violento que pode ter como objetivo a demonstração de poder e força ou a intenção de agredir alguém fisicamente. Semelhantemente Paviani (2016) refere que esta se reflete numa demonstração de força de um indivíduo contra outro.

A violência já foi entendida como um comportamento incentivado e natural, necessário para que um indivíduo mantivesse a sua honra e fosse respeitado (Paviani, 2016). Atualmente, este conceito em vários países é reprovável e criminalizado sendo considerado uma forma de violação dos direitos humanos.

Marques (2016) afirma que existem três tipos de violência: a violência autoinfligida, que acontece quando um indivíduo se magoa a si mesmo, ou seja, tem comportamentos suicidas ou de automutilação; a violência coletiva ocorre quando um grupo de grandes dimensões (e.g: políticos, terroristas, organizações) utiliza a violência contra outro grupo; a violência interpessoal, quando um indivíduo ou vários a utilizam contra outro(s), sendo que pode ser dividida em violência familiar, violência em relacionamentos amorosos e violência comunitária (Veloso, 2013). Segundo Machado (2016) todos os anos mais de um milhão de pessoas sofrem de formas de violência fatais ou com danos significativos quer seja autoinfligida, interpessoal ou coletiva, tornando-se uma das principais causas de morte na nossa sociedade.

Segundo Matos (2006), a violência em contextos de intimidade como o namoro define-se como “o abuso de uma pessoa sobre outra, numa relação específica de intimidade, podendo ocorrer em relações maritais e não maritais (e.g. namoro, coabitação, separação), atuais ou passadas, de caráter heterossexual ou homossexual.” (p.27), independentemente da idade, estado civil, nível de formação, etnia, cultura ou classe social. Smith e Donnelly (2000, citado por Monteiro, 2015) acrescentam que esta violência ocorre quando existe abuso físico, sexual e emocional durante uma relação de namoro. Também Ferreira (2011) afirma que a violência em contextos de intimidade se define como um *continuum* abuso, que vai desde o abuso verbal e emocional até à violação ou homicídio.

Antunes (2016) define a violência em contexto de intimidade como “um conjunto de comportamentos violentos, que ocorrem entre duas pessoas que têm entre si uma relação

íntima” (p.17). Segundo Krug, Dahlberg, Mercy, Zwi e Lozano (2002) estamos perante uma relação de namoro violenta se presenciarmos qualquer comportamento violento que cause dano sexual, físico ou psicológico à vítima.

APAV (2011) acrescenta que a violência no namoro começa no início das primeiras experiências amorosas, não sendo necessário existir regime de coabitação ao contrário da violência doméstica. A este propósito e sendo a violência nas relações de intimidade considerada um antecedente da violência doméstica, importa clarificar este conceito. Entende-se por violência doméstica:

um comportamento violento continuado ou um padrão de controlo coercivo exercido, direta ou indiretamente, sobre qualquer pessoa que habite no mesmo agregado familiar, ou que, mesmo não co-habitando, seja companheiro, ex-companheiro ou familiar. Este padrão de comportamento violento continuado resulta, a curto ou médio prazo, em danos físicos, secuais, emocionais, psicológicos, imposição de isolamento social ou privação económica da vítima, visa dominá-la, fazê-la sentir-se subordinada, incompetente, sem valor ou fazê-la viver num clima de medo permanente” (Manita, Ribeiro & Peixoto, 2009, p.11).

Desta forma, a violência conjugal constitui uma das dimensões da violência doméstica e caracteriza-se como “qualquer ato, conduta ou omissão que sirva para infligir, reiteradamente e com intensidade, sofrimentos físicos, sexuais, mentais ou económicos, de modo direto ou indireto (...), pode ser exercida, tanto sobre cônjuges ou companheiros maritais como sobre ex-cônjuges ou ex-companheiros maritais” (Tavares, 2011, p.28). Por sua vez, o conceito de violência nas relações de intimidade emerge da grande necessidade de ampliar o conceito de violência conjugal de modo a incluir a violência que nos vários tipos de relacionamentos íntimos e não apenas na conjugalidade (Manita, Ribeiro & Peixoto, 2009).

1.3. Tipos de violência no namoro

Apesar de não existir ainda uma definição concreta sobre a violência no namoro, vários autores partilham da mesma ideia de que existem três tipos de violência no namoro: violência física, violência sexual e violência psicológica ou emocional (Antunes, 2016; APAV, 2011; Monteiro, 2015).

A violência física acontece quando um dos parceiros utiliza a agressão física contra o outro com o objetivo de causar dano físico: arranhar, esbofetear, empurrar, pontapear, esmurrar, morder, queimar, sufocar, puxar o cabelo ou através do recurso a objetos perigosos

que tenham o objetivo de lesar o outro (Antunes, 2016; Oliveira, 2011). No estudo de Marques (2016), realizado com jovens universitários, este concluiu que a violência física é praticada por 18,9% dos alunos, sendo o ato mais perpetuado o empurrar (61,8%).

A violência sexual ocorre quando uma pessoa utiliza meios verbais ou físicos para obrigar outra a praticar relações sexuais sem consentimento (Koss & colaboradores, 1987, citado por Martins, 2012). Esta violência engloba um conjunto de atos abusivos como beijar contra a vontade do parceiro, acariciar contra a vontade do parceiro, forçar o mesmo a ter relações sexuais e partilhar conteúdos de cariz sexual da vítima, sem o seu consentimento (APAV, 2011; Ferreira, Abreu & Neves, 2019). Marques (2016) refere que este ato é o menos praticado por jovens universitários no contexto de uma relação de namoro (9,2%). Não obstante, Paiva e Figueiredo (2004, citado por Antunes, 2016) no seu estudo sobre a prevalência da violência no namoro em jovens universitários demonstraram que existe uma percentagem de 25,6% de vitimação e de 18,9% de perpetração no que diz respeito a esta violência abusiva. Salieta-se que, segundo Magalhães (2019), o ato mais praticado pelos jovens é o de pressionar a vítima a beijar o companheiro à frente das pessoas, sendo este praticado por indivíduos do sexo masculino e vitimizado por indivíduos do sexo feminino.

A violência psicológica ou emocional consiste no conjunto de atos verbais ou não verbais que têm como objetivo causar dano psicológico ou emocional à vítima (Monteiro, 2015), sendo os mais comuns: (a) o isolamento que ocorre quando a agressor proíbe a vítima de comunicar com o seu grupo de amigos ou família; (b) a perseguição, ou seja, controlar as movimentações ou atividades do parceiro (c) a ameaça de suicídio, que ocorre quando o agressor ameaça matar-se se a vítima terminar com ele (d) o desprezo, que surge quando o agressor ignora a presença do parceiro, apontando-lhe falhas e defeitos constantemente; (e) atirar ou estragar objetos de grande importância do parceiro para lhe causar sofrimento psicológico (APAV, 2011; Oliveira, 2011). Marques (2016) refere que esta violência é praticada por 32% dos jovens universitários, sendo o comportamento mais utilizado o de ligar ou enviar mensagens constantemente (53,5%). Por outro lado, Magalhães (2019) acrescenta que 33% dos jovens não considera esta uma forma de violência, ainda que quanto à vitimização o ato mais frequente é o insulto (53%) sendo mais praticada pelo sexo feminino do que pelo sexo masculino. A violência psicológica é uma forma de violência considerada, pelos jovens, como normal numa relação de namoro, isto acontece porque existem outras formas de violência mais severas e violentas e por isso esta banaliza-se (Monteiro, 2015).

Outros autores acrescentam ainda mais formas de violência no namoro que se vêm juntar aos tipos de violência anteriormente explicados: São estes: a violência económica, a violência social e a violência verbal (APAV, 2011; Carvalho, 2011; Santos, 2019). De acordo com Santos (2019), a violência económica acontece quando um parceiro controla financeiramente o outro, fazendo com que se torne dependente de si. A violência social ocorre quando um parceiro faz com que o outro se isole e corte relações com os seus amigos e familiares. Acontece, muitas vezes, que o agressor obrigue a vítima a deixar de fazer as suas atividades diárias (e.g. ir às compras, ir trabalhar, ir ao ginásio). Segundo APAV (2011) a violência verbal é diferente da violência psicológica já que aquela caracteriza-se por um conjunto de atos verbais que têm como objetivo melindrar e atemorizar a vítima: gritar, insultar ou chamar nomes ofensivos publicamente.

Mais recentemente, à medida que as novas tecnologias evoluem e se massificam, nascem novas formas de violência nas relações de intimidade: *stalking*, *cyberstalking* e *sexting* (Antunes, 2016). Nestas formas de violência mais recentes, os perpetradores utilizam as ferramentas virtuais e informáticas para causar dano à vítima. Antunes (2016) refere que o *stalking* surge quando existe uma aproximação visual ou física, comunicação verbal ou escrita não consentida e ameaças implícitas que causam à outra pessoa medo. Os comportamentos mais comuns neste tipo de violência são: oferecer presentes e demonstrar afeto obsessivamente por alguém que não o deseja, ligar, enviar continuamente mensagens ou *emails* à vítima, tentativa de obter informações sobre a vítima, invadir na sua privacidade, espalhar rumores e inventar embustes e boatos com o objetivo de prejudicar a reputação do alvo e ameaçar a vida da vítima (Cupach & Sptzberg, 2007, citado por Carvalho, 2011). A propósito da figura do *stalker*, Mullen e Colaboradores (2000, citado por Carvalho, 2011) distinguem cinco tipos: (1) o *stalker* rejeitado, alguém que procura reconciliação ou vingança, normalmente ex-parceiros que não aceitam o fim do relacionamento; (2) o *stalker* rejeitado é aquele que pretende iniciar uma relação de intimidade com alguém e acredita que o sentimento é recíproco; (3) o *stalker* incompetente que quer iniciar uma relação de amizade ou sexual com alguém estranho; (4) o *stalker* ressentido que procura obter vingança por alguma coisa que acredita que o outro tenha feito com intenção de o prejudicar; (5) o *stalker* predador que procura atacar alguém a nível sexual, mostrando forte motivação pelo poder e controlo. Matos, Grangeia, Ferreira e Azevedo (2011) concluíram no seu estudo que 19,5% dos inqueridos já tinham sofrido desta forma de violência, sendo o sexo feminino o mais

vitimizado. O *stalker* neste caso foi identificado como uma pessoa conhecida, familiar ou vizinho (40,2%) ou o ex-parceiro (31,6%).

Semelhantemente, o *cyberstalking* diz respeito ao assédio persistente *online* ou eletrônico e engloba comportamentos como

o controlo e vigilância diária do/a parceiro/a (seja através do *facebook*, *twitter*, *instagram* ou outra rede social); o recurso/publicação de comentários ofensivos ou humilhantes para o/a parceiro/a; envio de *e-mails* ou mensagens contendo diferentes ameaças; o publicar de fotos ou mesmo o envio de vídeos através das redes sociais com a intenção de humilhar o/a parceiro/a e/ou prejudica-lo/a; utilizar as *passwords* do/a companheiro/a sem a sua autorização com a finalidade de o/a espiar (Caridade & Braga, 2019, p.94).

Carvalho (2011) realizou um estudo com jovens universitários e concluiu que 74,8% destes já passaram por algum tipo de situação associada ao *cyberstalking*. A forma como os conteúdos ofensivos são partilhados na *internet* e em segundos podem ser vistos e igualmente partilhados por diversos indivíduos, leva à impossibilidade de se encontrar o autor desta violência e por este motivo é extremamente complicado impedir a reprodução do conteúdo e identificar os autores do crime (Flash & Deslandes, 2017). Por último, o *sexyting* assenta no envio de mensagens ou fotos de cariz sexual ou troca de conteúdos entre vítima e parceiro que este torna públicos (Farber, Shafron, Hamadani, Wald & Nitzburg, 2012 in Antunes, 2016).

Estas várias formas de violência no namoro não ocorrem de forma isolada, ou seja, numa relação de namoro pode estar presente mais do que uma forma de violência. Além disso, estes comportamentos são muitas vezes considerados pelas vítimas, comportamentos passageiros, o que dificulta muitas vezes a denúncia (Barilari, 2007, citado por Dixe, Rodrigues, Freire, Rodrigues, Fernandes & Dias, 2010).

1.4. Modelos explicativos da violência

Neste ponto é essencial refletir sobre as diferentes abordagens explicativas relativamente à problemática da violência no namoro. O Modelo da Transmissão Intergeracional surgiu com base na Teoria da Aprendizagem Social desenvolvida por Bandura que define que os comportamentos violentos são aprendidos através da observação ou vitimação dos mesmos (Antunes, 2016). Segundo Bandura, Azzi e Polydoro (2008) a aprendizagem social ocorre “por meio de quatro subfunções cognitivas, abrangendo processos de atenção, representação, tradução ativa e processos motivacionais” (p.17). Este modelo

defende que existe uma tendência para perpetuar a violência especialmente quando os indivíduos crescem num ambiente de violência no seu contexto familiar e social (Oliveira, 2004). A família é o principal meio de socialização e de aprendizagem da criança por isso se neste contexto existirem comportamentos violentos a criança pode recriá-los futuramente. Para além disso é também com a família que se começam a interiorizar as primeiras crenças e atitudes que legitimam a violência e que desta forma podem passar de uma geração para outra (Wagner, 2005, citado por Scantamburlo, Moré & Crepaldi, 2012).

Esta observação ou vivência da violência e a aprendizagem de crenças e atitudes que a legitimam cria possibilidades para que a criança possa ser agressor ou vítima numa relação de namoro. Contudo, o ciclo intergeracional não é uma relação causal nem linear, mas sim provável, pois existem variáveis mediadoras que impedem a reprodução de violência. Existem crianças/jovens que apesar de estarem rodeados de fatores de risco nas suas vidas são bem-sucedidas e ajustadas, ou seja, resilientes à reprodução de violência (Correia, 2018). Segundo Rutter (1987, citado por Ribeiro & Sani, 2009), embora não exista uma definição consensual, entende-se por resiliência “o conjunto de processos sociais e intrapsíquicos que possibilitam o desenvolvimento de uma vida sadia, mesmo vivendo num ambiente não sadio” (p.405). Este processo é resultado das características da criança/jovem e do seu ambiente familiar, social e cultural. Desta forma, a resiliência não pode ser vista como uma característica que nasce com o indivíduo, mas deve ser entendida como um resultado positivo e interativo entre o indivíduo e o meio onde está inserido, sendo muitas vezes vivida de forma diferente por cada indivíduo.

Na mesma linha de pensamento, Sani (2011, citado por Correia, 2018) identifica as características individuais e situacionais que contribuem para tornar a criança/jovem resiliente. Dentro das características individuais incluem-se as capacidades sociais (fortes competências relacionais, flexibilidade, competências multiculturais, empatia e cuidado com os outros, forte capacidade de comunicação e um bom sentido de humor), as competências de resolução de problemas (capacidade de planear, de introspeção, e pensamento crítico), a autonomia (percepção de identidade, *locus* de controlo interno, autoconsciência, competências de resiliência) e um sentido objetivo e perspetiva de um futuro brilhante (orientação para objetivos, motivação e aspirações educacionais). Sani (2004) acrescenta a idade, o género e o temperamento como variáveis para a capacidade de resiliência das crianças/jovens face à violência. Por seu lado, as características situacionais consistem nas oportunidades de participação (envolvimento e responsabilidade significativos, poder para tomar decisões,

oportunidades de reflexão e diálogo), as relações afetivas (de suporte com um adulto, dentro ou fora da família), elevadas expectativas (crença nas capacidades de concretização, ser respeitador, reconhecer e construir os pontos fortes) (Ribeiro & Sani, 2009). Hughes e Graham-Bermann (1998, citado por Sani, 2004) acrescentam como variáveis das características situacionais a saúde mental dos pais, o local onde ocorre a violência assim como a sua frequência, duração e intensidade.

Porém pode não ser só na família que a criança aprende comportamentos violentos. Durante a sua infância e adolescência, esta envolve-se com grupos de pares e se aqui existirem comportamentos violentos e estes os legitimarem também contribui para que a criança/jovem os possa reproduzir nas suas relações de namoro futuras (Oliveira, 2004). Importa neste caso explicar a Teoria da Vinculação de Bowlby que “defende que a ligação da mãe ao bebé exerce influência nos relacionamentos futuros do indivíduo, assim como promove expectativas e assunções acerca do próprio e dos outros” (Antunes, 2016, p. 30). Esta teoria dá muita importância à primeira ligação emocional que a criança estabelece com a figura cuidadora porque esta pode influir na forma como a criança vai viver as relações amorosas futura.

A relação de vinculação pode ser definida pela presença de quatro pontos-chave: (1) a procura de proximidade à figura de vinculação, que depende de vários fatores como a idade, temperamento e história de vinculação; (2) efeito da base segura, que se define pelo efeito de tranquilidade e proteção que a figura de vinculação cria que permite à criança explorar livremente e satisfazer as suas curiosidades até que exista uma ameaça e ela volte a procurar a segurança oferecida pela figura cuidadora; (3) abrigo seguro, que representa a distância máxima da mãe a que a criança se aventura a ir, a partir da qual sente ansiedade; (4) protesto na separação, que se manifesta pelo choro, gritos ou outros comportamentos que são resposta à separação da figura cuidadora já que a criança vê a separação como uma ameaça à sua ligação com esta (Montagner, 1994).

Mary Ainsworth (1978, citado por Mota, 2018) complementou a Teoria da Vinculação de Bowlby ao desenvolver o primeiro instrumento de avaliação da vinculação tendo para o efeito observado 26 díades mãe-bebé por um período de nove meses, com o objetivo de identificar as respostas dos bebés relativamente à separação e reencontro com os seus cuidadores (Ferreira, 2014). Desta forma, identificou três tipos de vinculação: seguro, ansiosa/ambivalente e evitante. A vinculação segura é aquela que é “pautada pela confiança

da criança na mãe, crendo nela para a socorrer em situações de perigo, através da procura de proximidade e contato e para lhe dar confiança para explorar o meio” (Ferreira, 2014, p.7). Indivíduos adultos que têm o estilo de vinculação segura, referem que experienciam o amor como sendo amigável, alegre e confiante (Hazan & Shaver, 1987, citado por Ribeiro, 2016). Por seu lado, a vinculação ansiosa/ambivalente “surge da experiência repetida de indisponibilidade da mãe ou de uma resposta com pouca qualidade, resultando assim em sentimentos de ansiedade na procura de contato, com evitamento da exploração do meio” (Ferreira, 2014, p.7). Os indivíduos adultos que apresentam este estilo de vinculação e que se encontram num relacionamento amoroso descrevem as suas relações como tendo altos e baixos emocionais (Collins & Read, 1990, citado por Ribeiro, 2016). Por último, a vinculação evitante é caracterizada por “uma indisponibilidade constante da figura vinculativa perante a necessidade da mesma por parte da criança” (Pedroso, 2014, p.7). Os bebés com este estilo de vinculação evitam a proximidade e interação com o cuidador quando este regressa (Mota, 2018). Os indivíduos adultos que apresentam este estilo de vinculação, demonstram ter medo da proximidade, referem a existência de ciúme, desejo de reciprocidade e a existência de oscilações emocionais (Ribeiro, 2016).

Estes padrões de vinculação tendem a manter-se estáveis ao longo do desenvolvimento da criança (Ferreira, 2014) e influenciam a forma como os adultos experienciam o amor, tendo implicações no seu comportamento no âmbito dos relacionamentos, na qualidade dos mesmos e na escolha do parceiro amoroso (Collins & Read, 1990, citado por Ribeiro, 2016). Os indivíduos que apresentam um estilo de vinculação ansiosa/ambivalente tendem a perpetuar comportamentos agressivos nas relações de intimidade porque têm tendência a confiar menos no seu parceiro (Pedroso, 2014). Estes indivíduos guardam muitas vezes raiva e ressentimentos das falhas que a figura de vinculação teve na sua infância, sendo por isso possível que repliquem o padrão aprendido na relação ansiosa/ambivalente vivida com a figura cuidadora nas suas relações de intimidade. Estes indivíduos, durante um conflito, podem “sentir elevados níveis de ansiedade e *stress*, reagindo de forma menos positiva para com o seu parceiro e revelando maior raiva e hostilidade com o mesmo” (Pedroso, 2014, p. 8). Por outro lado, os indivíduos com uma vinculação segura tendem a dar mais amor ao seu parceiro, a mostrar mais satisfação e compromisso para com a sua relação (Bolwby, 1988/1989, citado por Ramires & Schneider, 2010).

Ainda dentro da teoria da vinculação, é importante definir a vinculação adulta que se refere às relações que um indivíduo estabelece na sua vida futura com o grupo de pares e também nas relações de intimidade (Soares, 2017). A vinculação nos relacionamentos íntimos desenvolve-se em quatro fases (Mintz, 2004, citado por Antunes, 2016): na primeira fase (pré- vinculação) está presente a atração física e os comportamentos de sedução que favorecem o desenvolvimento de laços afetivos; a segunda fase caracteriza-se “pela procura de intimidade, através da troca de sentimentos e experiências com o objetivo de encontrar segurança” (p.31); na terceira fase, “os laços afetivos de vinculação estão bem integrados e as trocas emocionais ocupam o lugar central” (p.31); por último, na quarta fase (período de pós-romance) perdura um relacionamento sério e estável. A qualidade dos relacionamentos amorosos depende do tipo de vinculação que cada indivíduo desenvolveu ao longo da sua vida (Mota, 2018).

As Teorias Feministas “inserem-se nas perspectivas socioculturais, onde são reveladas as condições políticas, sociais e culturais que vigoram em determinados períodos históricos” (Oliveira, 2016, p.14). Esta teoria defende que a violência nas relações de intimidade é o “resultado de uma sociedade patriarcal, da distribuição desigual do poder entre homens e mulheres, dos valores, das crenças e dos padrões comportamentais a eles associados, que são mantidos social e culturalmente” (Almeida, 2008, p. 66). Segundo esta perspectiva, a violência nos relacionamentos de intimidade só afeta as mulheres onde existe uma forma de domínio e controlo do homem sob esta, uma vez que é vista como o elo mais fraco da relação (Antunes, 2016). Na família tradicional, cabe ao homem a autoridade para chefiar, encaminhar, tomar decisões e controlar a vida da sua mulher e dos seus filhos (Whalen, 1996, citado por Neves & Nogueira, 2004). Soares (2017) acrescenta que esta teoria afirma que os homens têm maior tendência para perpetuar comportamentos violentos nas suas relações amorosas do que as mulheres e a violência resulta de um conjunto de valores culturais. Marin e Russo (1999, citado por Caridade & Machado, 2013) referem que existe um conjunto de valores patriarcais que se foram desenvolvendo de diferentes formas:

ao nível macrossocial (e.g. sistema legal, instituições e estruturas sociais), ao nível intergeracional (valores patriarcais transmitidos de geração em geração), ao nível cultural (destacando-se a este nível o papel dos media na reprodução e reforço dos valores patriarcais) e ao nível individual (o indivíduo incorpora os valores patriarcais, reproduzindo-os no seu quotidiano) (p. 97).

Esta teoria revela “a necessidade de conceptualizar o papel da mulher na sociedade atual, como em outros microsistemas como a família, visando a desejada igualdade entre sexos” (Oliveira, 2016, p.14). Embora a Teoria Feminista dê ênfase às mulheres como vítimas, através dela podemos entender o impacto que têm as crenças sobre a legitimação da violência, assim como estudar as questões relativas ao poder, fundamentais na intervenção com vítimas de violência.

O Modelo Ecológico de Bronfenbrenner propõe a existência de diferentes sistemas que correspondem a níveis de fatores que interagem entre si e criam condições para a ocorrência de violência nas relações de intimidade (Matos, 2006). Para explicar os diversos fatores de risco e de proteção destacam-se quatro níveis ou sistemas que interagem entre si: no primeiro nível (indivíduo/ontogénico) incluem-se os fatores biológicos e a história pessoal, ou seja, as características pessoais e demográficas, os comportamentos agressivos antecedentes e problemas de personalidade; no segundo nível (microsistema) inserem-se as relações mais próximas que podem ser membros da família ou amigos. Como já referimos noutras teorias, e neste caso também se aplica, pertencer a um grupo de pares onde se cometem e legitimam comportamentos violentos faz com que a tendência de repetir esses atos aumente; no terceiro nível (exossistema) destacamos os contextos comunitários onde se desenvolvem as relações sociais (e.g. escola, locais de trabalho, vizinhança). É essencial apurar as características destes ambientes pois podem aumentar o risco para comportamentos violentos; o quarto nível (macrossistema) está associado aos fatores ligados às crenças e valores da sociedade e às desigualdades económicas e sociais existentes na mesma (Matos, 2006). Este modelo é muito importante para a compreensão da existência de violência nas relações de intimidade devido ao contributo que presta na articulação entre os vários fatores de risco. Ou seja, segundo esta teoria, quando vários fatores se cruzam pode ocorrer situações de violência.

Oliveira (2004) acrescenta mais duas teorias para explicar a violência nas relações amorosas: a teoria sistémica e a teoria contextual.

Straus e Gils-Sims (1983, citado por Lopes, 2015) foram os primeiros a enquadrar a Teoria Geral dos Sistemas nas relações de intimidade, referindo que a violência é entendida como o resultado do sistema familiar, centrando-se nos processos que caracterizam o uso de violência, a forma como é gerida e regulada nas interações familiares. Esta perspetiva afirma que “o todo é mais do que a soma das partes, o que significa que nenhum sistema pode ser compreendido se isolarmos as suas partes ou componentes da sua posição estrutural e

funcional” (Almeida, 2008, p.64). A violência não se resume apenas ao indivíduo, mas sim ao próprio sistema familiar em que este se encontra. Dentro desta perspectiva e segundo Almeida (2008) foram definidas seis fases que conduzem à violência: (1) estabelecimento do sistema familiar – momento em que se estabelece a aceitação ou não do uso de comportamentos violentos e a distribuição do poder entre os cônjuges; (2) primeiro incidente de violência – o *feedback* positivo ou negativo ao primeiro acontecimento de violência influencia a ocorrência de novos episódios de violência, ou seja se o *feedback* for positivo aumenta a probabilidade de ocorrência de um comportamento violento e se o *feedback* for negativo diminui essa probabilidade; (3) estabilização da violência – quando existe um *feedback* positivo em relação ao ato violento, a probabilidade para a ocorrência de novas situações de violência é elevada, aumentando assim a sua frequência e intensidade. Contudo, “quando as respostas das vítimas são diferentes do esperado (há reação), ocorre uma adequação dos comportamentos violentos a essas mesmas respostas, o que resulta numa mudança das regras básicas do sistema familiar” (Almeida, 2008, p.65); (4) escolha do momento – a vontade de mudança da vítima ocorre quando esta tem receio de ser agredida à frente dos filhos ou de outras pessoas fora do seio familiar e também de que os filhos sejam igualmente agredidos; (5) abandono do sistema – é mais fácil abandonar o sistema familiar quando se tem uma ligação com alguém fora desse sistema pelo que é importante manter uma relação que permita obter *feedbacks* fora do sistema familiar a que a vítima pertence. Esta relação ajuda a vítima a aceder à informação e ajuda necessária para abandonar o sistema familiar violento; (6) resolução ou repetição dos episódios violentos – após o abandono do sistema violento, as vítimas podem reconstruir um novo sistema afastadas da violência ou retomar o anterior: “se a vítima optar por retomar a relação anterior sem que tenham existido mudanças dos padrões de violência, o seu regresso é visto como um *feedback* positivo e as situações de violência podem repetir-se” (Almeida, 2008, p.65).

Por último, Steinmetz (1980, citado por Oliveira, 2004) refere que a violência pode desencadear situações de *stress* que têm impacto no funcionamento familiar e geram conflitos que podem levar à violência. Desta forma, a Teoria Contextual propõe que os acontecimentos externos têm impacto no funcionamento familiar. Esta perspectiva procura entender os fatores responsáveis pela violência, distinguindo dois níveis de análise:

o nível estrutural, onde são estudadas as desigualdades entre os grupos sociais, que são determinados pelo curso, rendimentos sociais, o grupo étnico ou nível familiar; (2) o nível

cultural tem que considerar as normas, os valores e a representação dos seus comportamentos (Oliveira, 2004, p. 31).

O *stress*, a depressão e a baixa autoestima são variáveis que estão ligadas à violência em relacionamentos íntimos pelo facto do agressor descarregar as suas frustrações no dia-a-dia sobre a vítima (Doerner, 1995, citado por Oliveira, 2004). Acrescenta-se que na investigação de Matos (2000, citado por Oliveira, 2004) observou-se que as famílias com baixo nível socioeconómico, onde existia desemprego, pobreza, isolamento social e problemas económicos tinham maior probabilidade de ocorrência de violência. No que diz respeito ao álcool como fator causal da violência, não foram encontrados ainda estudos que demonstrem uma relação entre as duas variáveis, contudo o álcool pode ser visto como um sintoma dos indivíduos com tendências violentas (Oliveira, 2004).

1.5. Dinâmicas de perpetuação da violência

Segundo Walker (1977, citado por Sousa, 2018) a violência nos relacionamentos íntimos não é constante nem é ao acaso, existindo um ciclo que explica porque as vítimas se sentem ambivalentes e com dificuldades em terminar a relação violenta. O agressor tende a utilizar tanto a violência como adotar um comportamento mais agradável e esta mudança de comportamento faz com que a vítima se sinta confusa perante a tomada de decisão de se manter ou não nessa relação. Este ciclo de violência divide-se em três fases: fase do aumento de tensão, fase do ataque violento e fase da lua-de-mel (Antunes, 2016). Na primeira fase – aumento de tensão – ocorrem episódios que provocam um aumento da ansiedade, raiva e frustração, existindo ameaças verbais severas e pequenos incidentes de violência física (Sousa, 2018). O agressor utiliza situações do dia-a-dia para discutir com a vítima transmitindo-lhe sentimentos de medo e culpa, podendo evoluir para o ataque violento (Monteiro, 2015). Por sua vez, a vítima “apesar de sofrer de agressões nega a si própria a raiva que sente ao ser injustamente agredida e procura encontrar uma justificação para as agressões perpetradas” (Oliveira, 2016, p.5).

Na fase segunda fase – ataque violento – a tensão acumulada na fase anterior desencadeia uma explosão descontrolada de violência, onde o agressor acaba por praticar todo o tipo de comportamentos violentos sobre a vítima (Antunes, 2016). Estes comportamentos têm tendência a aumentar de frequência e intensidade (Monteiro, 2015). Por sua vez, nesta fase, a vítima aceita a violência sem contestar uma única vez (Oliveira, 2016).

Na terceira fase – lua-de-mel – depois de o agressor descarregar a sua tensão sobre a vítima mostra-se arrependido dando carinho e atenção e assume o compromisso de mudar o seu comportamento (Monteiro, 2015). Nesta fase o agressor também pode oferecer flores ou outro tipo de presente à vítima como forma de se desculpar e de a convencer a não abandonar a relação (Antunes, 2016). A vítima nesta fase tende a desculpar e minimizar as agressões sofridas, acabando, se existir, por retirar a queixa-crime e desistir da rutura da relação (Sousa, 2018).

Contudo, quando a fase de lua-de-mel acaba este ciclo repete-se de forma continuada, aumentando a violência de frequência e intensidade (Monteiro, 2015). Em alguns casos, a vítima deixa de acreditar na mudança do agressor e assume a sua condição de vítima, passo importante para utilizar todos os recursos pessoais e comunitários para sair da relação violenta (Sousa, 2018). Pelo exposto, este ciclo ajuda a explicar a razão pela qual as vítimas se sentem culpadas e envergonhadas pela violência cometida pelos seus cônjuges, namorados, companheiros e porque se torna tão difícil saírem da relação de violência mesmo quando correm perigo de vida.

Outro instrumento importante para se perceber a dinâmica relacional entre agressor e vítima e a manutenção da relação abusiva é a Roda do Poder e do Controlo, que foi construída no âmbito do Projeto Duluth, nos Estados Unidos da América (Sousa, 2018). A Roda do Poder e do Controlo que identifica um conjunto de mecanismos de domínio usados entre as várias formas de comportamentos violentos: (1) coação e ameaça – consistem em atemorizar, ameaçar que a irá abandonar ou suicidar-se e forçar a vítima para a prática de comportamentos indesejados; (2) intimidação – amedrontar com olhares intimidatórios e comportamentos violentos, partir e destruir objetos pertencentes à vítima e utilizar armas; (3) violência emocional – desmoralizar, fazer com que a vítima se sinta mal consigo mesma, que se sinta culpada, insultar e humilhar; (4) isolamento – “controlo da vida da vítima e limitação do envolvimento externo do outro” (Sousa, 2018, p. 27); (5) minimização, negação e condenação – consiste em desconsiderar a violência e as preocupações da vítima, negar que houve agressão e responsabilizar a vítima pelo comportamento violento; (6) instrumentalização dos filhos – pretende que a vítima se sinta culpada utilizando os filhos para esse fim e ameaçando que os vai afastar dela; (7) utilização de privilégios machistas como tratar a mulher como empregada, assumindo todas as decisões importantes sozinho; (8) violência económica – evitando que o outro tenha a sua independência financeira, forçando

assim a dependência (Sousa, 2018). Desta forma, o agressor utiliza estratégias e comportamentos com o objetivo de deter poder e controlo sobre a vítima, de modo a garantir o sucesso do seu objetivo.

Segundo o mesmo autor, foi criada igualmente uma roda explicativa para uma relação saudável chamada Roda da Igualdade que serve para dar às vítimas outra perspectiva das relações de intimidade. De acordo com esta, num relacionamento saudável deve-se adoptar os seguintes comportamentos:

(1) comportamento não agressivo, falar e agir para que a pessoa se sinta segura e à vontade para expressar-se e fazer coisas; (2) respeitar, escutar sem julgar, apoiar e compreender emocionalmente e valorizar as suas opiniões; (3) confiar e apoiar, apoiar os objetivos de vida e respeitar o direito a ter os seus sentimentos, amigos, atividades e opiniões; (4) honestidade e responsabilidade, aceitar as responsabilidades próprias, reconhecer o anterior uso de violência, admitir o erro e comunicar abertamente e com verdade; (5) parentalidade responsável, partilhar as responsabilidades parentais, ser um modelo positivo e não violento para as crianças; (6) responsabilidade partilhada, acordar mutuamente a partilha justa do trabalho, tomar em conjunto as decisões familiares; (7) parceria económica, tomar um conjunto as decisões económicas, certificar-se que ambos beneficiam dos acordos financeiros; (8) negociação e justiça, procurar soluções de conflito vantajosas para ambos, aceitar a mudança e estar disposto a aceitar um compromisso (p.29).

1.6. Fatores de risco e de proteção na violência no namoro

Os fatores de risco são aqueles que aumentam a probabilidade de um indivíduo se tornar vítima ou agressor numa relação de intimidade (WHO, 2010). Mais acrescenta APAV (2011) quando afirma que qualquer indivíduo se pode tornar vítima numa relação de namoro ou permanecer numa relação abusiva quando estão presentes fatores de risco individuais, relacionais, comunitários e sociais. Ao nível dos fatores de risco individuais, o género de um indivíduo deve ser considerado um fator de risco porque apesar de tanto o sexo masculino como o sexo feminino poderem ser vítimas de violência, existe maior prevalência para que a vítima seja do sexo feminino (Antunes, 2016; APAV, 2011;). Também a idade é um fator de risco na medida em que as primeiras experiências de vitimização ocorrem na juventude. Outros fatores individuais são as crenças e atitudes mais tolerantes à violência bem como a exposição à violência interparental e que influenciam a interrupção do ciclo da violência, o *terminus* da relação abusiva e a denúncia, bem como podem conduzir a sintomas depressivos,

baixa-autoestima e consumo de substâncias (APAV, 2010; APAV, 2011). Quanto aos fatores de risco relacionais, a literatura apresenta a longa duração do relacionamento, o relacionamento assumido e sério que aumenta a prevalência de desculpabilização dos atos violentos, a falta de experiência em relações amorosas, a conflituosidade e a instabilidade do relacionamento, as dificuldades de comunicação entre os parceiros, a ameaça real ou percebida de *terminus* do relacionamento e a inexistência de uma rede de suporte social (APAV, 2011).

Nos fatores de risco comunitários é significativo o facto de a vítima viver numa área residencial desorganizada com falta de recursos para supervisionar os jovens e onde prevalece a pobreza e violência na comunidade (APAV, 2011).

Por fim, os fatores de risco sociais referem-se às inconsistências da punição social e legal dos comportamentos agressivos e à falta de informação sobre a violência no namoro (APAV, 2011).

Paralelamente, os fatores de risco que podem tornar um indivíduo agressor numa relação de intimidade não são muito diferentes dos anteriores. Para Caridade (2011) os fatores que podem influenciar a perpetração da violência são familiares, ambientais, sociodemográficos, intrapessoais, interpessoais e situacionais. Os fatores familiares referem-se ao testemunho ou exposição de violência no contexto familiar do indivíduo (Dahlberg, 1998, citado por Monteiro, 2015). De acordo com Faias, Caridade e Cardoso (2016), os indivíduos que sofreram ou testemunharam violência no contexto familiar já praticaram violência física ou psicológica contra o seu companheiro, replicando os comportamentos de violência sofridos ou observados. Como afirma Wolf e Foshee (2003, citado por Veloso, 2013) as crianças expostas à violência familiar tendem a desenvolver relações amorosas violentas por não aprenderem estratégias de *coping* adaptativas, resolução de conflitos e gestão das emoções.

Os fatores ambientais correspondem à influência do grupo de pares que pode ter efeito na perpetuação de comportamentos violentos numa relação de namoro (APAV, 2011). Uma vez envolvidos com um grupo de pares que utilize a violência e a normalize, o indivíduo tende a replicar esse comportamento na sua relação íntima (Caridade & Machado, 2006). O’Keefe (1998, citado por Monteiro, 2015) refere que “a violência na escola e na comunidade poderá ser um fator que modele comportamentos agressivos e assim promova comportamentos violentos nas relações de intimidade” (p.19).

Dentro dos fatores sociodemográficos, a variável gênero não tem sido consensual quando nos referimos à perpetração. Se observarmos o tipo de violência e a sua gravidade, a violência física é mais perpetuada pelo sexo masculino e a violência psicológica pelo sexo feminino (APAV 2011). Outras variáveis como o nível socioeconômico do agressor mostram que os indivíduos com um nível socioeconômico baixo têm mais probabilidade de perpetuar violência contra o seu parceiro devido “ao *stress* provocado eventualmente por desemprego, problemas financeiros e eventual menor capacidade de *cooping*” (O’Keefe, 1998, citado por Monteiro, 2015, p. 19). No que concerne à variável idade, APAV (2011) refere que estudos de prevalência da violência no namoro apontam a adolescência para o início da perpetuação.

Dentro dos fatores intrapessoais destacamos alguns problemas psicológicos e comportamentais como a depressão, ideação suicida, baixa autoestima e personalidade antissocial (APAV, 2011).

No que concerne aos fatores interpessoais aparecem características como a existência de conflitos ou insatisfação na relação, ausência de estratégias de resolução de conflitos e baixa competência de comunicação (Lewis & Fremow, 2001, citado por Monteiro, 2015).

Por fim, dentro dos fatores situacionais o consumo de substâncias ilícitas e álcool aparece relacionado com a perpetração de comportamentos violentos dentro de uma relação de intimidade (Monteiro, 2015).

Em relação direta com os fatores de risco existem os fatores de proteção que são aqueles que diminuem a probabilidade de alguém se tornar vítima ou agressor numa relação de namoro (WHO, 2010). Estes fatores permitem atrasar, suprimir ou até neutralizar os resultados negativos da violência (Ribeiro & Sani, 2009). Desta forma, os fatores protetores podem exercer efeitos compensatórios ou amortecedores entendendo-se por efeito compensatório aquele que “melhora diretamente uma condição problemática, isto é, baixa proporcionalmente as probabilidades de um resultado negativo para cada nível de uma condição de risco” (Ribeiro & Sani, 2009, p.404). Por outro lado, o efeito amortecedor acontece quando um fator protetor interage com o risco, protegendo a criança/jovem de se tornar violenta.

Apesar dos fatores de proteção não terem sido tão estudados como os fatores de risco, é tão importante identificar e compreender os primeiros como os segundos. Assim, Ribeiro e Sani (2009) dividem os fatores de proteção em quatro categorias: individuais, familiares, escolares/de pares e comunitários. Dentro dos fatores individuais, destacam a atitude

intolerante que a criança/jovem tem face à violência, os seus bons resultados escolares, o seu temperamento resiliente, a percepção que tem do apoio social de adultos e pares, expectativas positivas/otimismo face ao futuro e saudável sentido de si. Em relação aos fatores de proteção familiares, evidenciam a ligação que a criança/jovem tem com a sua família ou adultos fora da família, a capacidade de discutir problemas com os seus pais, altas expectativas parentais percebidas face ao desempenho escolar, prática de atividades frequentes partilhadas com os pais, presença consciente dos pais durante as rotinas (e.g: acordar, chegar a casa, na refeição da noite e ao deitar) e por último, o seu envolvimento em atividades sociais. Dentro dos fatores escolares/de pares, enfatizam o compromisso que a criança/jovem tem com a escola, a boa relação que mantém com os pares, a aprovação dos amigos pelos pais, e a motivação/atitude positiva que mantém face à escola. Por fim, nos fatores protetores comunitários destacam a coesão social da criança/jovem, as expectativas elevadas por parte da comunidade, vivência da criança/jovem em comunidades economicamente estáveis e ambientes promotores de segurança e saúde.

1.7. Consequências biopsicossociais da violência no namoro

O impacto que a violência no namoro causa nas vítimas não é igual para todos os indivíduos, devendo ter em conta diversos fatores que podem agravar ou atenuar as consequências desta violência como experiências de vitimação antecedentes, a frequência, duração e intensidade dos atos violentos, os tipos de comportamentos abusivos perpetuados e a relação de proximidade entre a vítima e o agressor (Oliveira, 2011).

WHO (2002) enumerou quatro conjuntos de consequências associadas à violência no namoro: a nível físico, psicológico e comportamental, sexual e reprodutivo e mortais. As consequências a nível físico dizem respeito aos maus-tratos físicos sofridos e ao *stress* que a vítima vivencia após o ato de violência (Araújo, 2013). Exemplos destas são as lesões abdominais, síndrome de dor crónica, fraturas, transtornos gastrointestinais, escoriações, diminuição das capacidades físicas, feridas, hemorragias ou hematomas, intoxicações e lesões genitais (Lisboa, Vicente & Barroso, 2005, citado por Afonso, 2010).

As consequências psicológicas e comportamentais são as mais difíceis de ultrapassar pelo facto da violência ser exercida diariamente sob forma de ameaça (Araújo, 2013). São elas o abuso de álcool e drogas, depressão, crises de ansiedade, crises de pânico, claustrofobia, fadiga, sentimentos de culpa, sentimentos de vergonha, baixa autoestima,

distúrbios de *stress* pós-traumático, comportamentos suicidas, fuga e comportamentos de controlo de peso inadequados (Shipway, 2004, citado por Afonso, 2010; Oliveira, 2011).

Nas consequências a nível sexual e reprodutivo destacamos os distúrbios ginecológicos, infertilidade, complicações na gravidez, aborto espontâneo, disfunção sexual, doenças sexualmente transmissíveis, gravidez indesejada.

Por fim as consequências mortais aparecem em consequência da transmissão do Vírus da Imunodeficiência Humana (VIH) / Síndrome da Imunodeficiência Adquirida (SIDA), homicídio e suicídio (Krug et al., 2002).

Em suma quanto mais grave é a violência maior é o impacto que causa na saúde física e mental da vítima (Krug et al., 2002). No mesmo sentido, Simões (2015) refere que a maior parte dos indivíduos que sofrem de violência no namoro tendem a desenvolver sintomas de depressão e ansiedade, mas têm maior tendência para consumir drogas, álcool e tabaco, adoptarem comportamentos antissociais e pensamentos suicidas.

1.8. Crenças associadas à violência no namoro

Apesar da violência no namoro não ser uma realidade nova no nosso quotidiano, ainda existem várias crenças e mitos associados a este fenómeno que a legitimam e a banalizam. Por este motivo é necessário que se compreenda o fenómeno da violência no namoro de acordo com a cultura, estilos de vida, crenças, época e sistema político dos intervenientes (Costa & Duarte, 2000, citado por Vieira, 2013).

O indivíduo desenvolve-se com base nas interações que tem com os outros e pelo que o rodeia. Assim este vai visualizar o mundo não só através do seu ponto de vista como também da perspectiva dos outros com quem interage. Desta forma, as crenças vão sendo construídas. Soares (2017) afirma que uma crença é um pensamento em que se acredita e que depende do contexto onde estamos inseridos e das relações que estabelecemos no mesmo. Desta forma, as crenças encontram-se ligadas às representações sociais que são “conhecimentos práticos que se desenvolvem nas relações do senso comum e são formadas pelo conjunto de ideias de vida quotidiana, construída nas relações estabelecidas entre sujeitos ou através das interações grupais” (Moscovici, 2002, citado por Santos & Dias, 2015, p.175). A família e o grupo de pares têm influência nas crenças que o indivíduo constrói, uma vez que é com estes que interage e aprende, como referimos também quando abordamos a Teoria da Aprendizagem Social. Também a sociedade tem um importante papel na construção de crenças uma vez que

ainda existe uma atribuição de papéis sociais e a definição de uma identidade social em função do género. Antunes (2016) refere que as crenças estão associadas à desigualdade que existe entre o sexo masculino e o sexo feminino, geralmente os indivíduos do sexo masculino têm mais poder no seio da família por isso tendem a controlar a restante família.

Casique e Furegato (2006) enumeraram vários mitos e crenças que existem na sociedade atual sobre a violência conjugal aplicados também à violência no namoro. São eles: (a) bater é considerado uma prova de amor; (b) a violência só ocorre em classes sociais baixas, onde existe pobreza e baixa escolaridade; (c) o álcool e as drogas estão na base dos episódios de violência; (d) o agressor é violento em todas as situações e relações interpessoais; (e) o homem não consegue controlar os seus impulsos; o agressor é considerado um doente mental; (f) o lar é um espaço privado e ninguém deve intervir nele; (g) a violência é natural, sempre existiu e continuará a existir; (h) se o homem violento se arrepende ou pede desculpa permitirá que mude a sua conduta agressiva; (i) as mulheres maltratadas podem abandonar os seus lares no momento que desejarem; (j) as mulheres devem ficar com os seus companheiros sob qualquer circunstância, permitindo que os seus filhos cresçam com um pai presente; (k) a situação vai mudar para a mulher, apenas tem de esperar e ser mais compreensiva; (l) as mulheres gostam de sofrer; (m) se não existir ciúmes entre o casal, é sinal que não existe amor; (n) a mulher não tem como escapar da violência.

APAV (2011) enumera, igualmente, uma lista de mitos que estão associados à violência no namoro: (a) a violência nas relações íntimas é um fenómeno exclusivo das relações entre adultos; (b) a violência nas relações de namoro da adolescência é sobretudo cometida pelos rapazes; (c) a violência nas relações de namoro da adolescência caracteriza-se pela prática de atos menos graves; (d) a violência nas relações de namoro da adolescência é aceitável em determinadas circunstâncias, como, por exemplo, quando um dos parceiros trai o outro ou quando um dos parceiros provoca ciúmes no outro; (e) os episódios de violência entre namorados refletem a forte intensidade do sentimento de amor que os une; (f) entre um casal de namorados não existe violência sexual porque a atividade sexual faz parte de qualquer relação de namoro. Albuquerque (2018) encontrou evidências de alguns destes mitos no seu estudo já que os jovens do sexo masculino tendem a utilizar o ciúme para justificar a agressão física. Este resultado deve-se ao facto de os jovens acreditarem que o ciúme é um sentimento essencial numa relação de namoro porque é uma forma de demonstrarem ao parceiro que gostam mesmo dele e que têm medo de o perder. O ciúme surge assim como forma de

desculpabilização para a violência no namoro. Por outro lado, o ciúme é uma emoção que pode existir ou não num indivíduo durante uma relação devido à desconfiança que o seu parceiro tenha uma relação paralela (Simões, 2015).

Vieira (2013) ao realizar um estudo com o objetivo de investigar as crenças e representações sociais dos estudantes universitários sobre a violência no namoro constatou que os alunos do sexo masculino legitimam mais a violência nas relações de intimidade comparativamente ao sexo feminino. Esta conclusão deve-se às crenças associadas à diferença de género, onde o sexo feminino é ainda considerado um ser inferior relativamente ao sexo masculino que é visto como aquele que tem mais força e poder no seio da família e da sociedade. O termo género é utilizado quando nos referimos às “relações sociais entre os sexos, onde o seu uso tem explicações biológicas, para diversas formas de subordinação feminina” (Scott, 1986 p.75), onde se entende que indivíduos do sexo feminino têm capacidade para dar à luz e indivíduos do sexo masculino têm uma força muscular superior a estas. Em concordância, Aldrighi (2004, citado por Machado, 2016) refere que é difícil um indivíduo contemplar alguém do sexo feminino como agressora devido à crença anteriormente explicada. Por este motivo, existem muitos indivíduos do sexo masculino que são vítimas de violência na relação de intimidade e não apresentam queixa às autoridades competentes por vergonha.

Por sua vez, Ortega, Echeburúa e Corral (2008) afirmam que depois de acontecerem as primeiras agressões, as vítimas utilizam a crença de que o amor pode ultrapassar tudo e que, com o tempo, tudo vai melhorar para justificar a sua continuação na relação violenta.

Machado (2010, citado por Oliveira, 2011) destacou no seu estudo que as crenças mais utilizadas pelos jovens relativamente à violência no namoro são: “o álcool é o responsável pela violência, para que uma pessoa magoe alguém tem que existir um motivo e a violência está relacionada com o poder de exercer controlo” (p.20). Também Antunes (2016) afirma que uma das crenças mais utilizadas entre os jovens, especialmente indivíduos do sexo masculino, é que o uso de violência é aceitável para a resolução de conflitos. Os jovens quando namoram acreditam que o seu parceiro é sua posse e, por isso, têm o direito controlar a roupa que veste, as pessoas com quem convive e os locais que frequenta (Nascimento, 2009, citado por Oliveira, 2011).

As crenças associadas à violência no namoro que descrevemos anteriormente aumentam o risco de perpetuação da violência, uma vez que vítima e agressor acreditam que as suas

crenças são verdadeiras, o que faz com que não reconheçam os comportamentos violentos. Por isso, é importante conhecermos as crenças associadas à violência nas relações de intimidade para prevenir este fenómeno, através da desmistificação e desconstrução destas crenças.

1.9. Prevalência

O fenómeno da violência no namoro não é incomum sendo que alguns estudos têm revelado níveis preocupantes acerca das relações abusivas. Desta forma, é importante saber qual a prevalência desta realidade para avaliar a dimensão da problemática. Em 2002, realizou-se o primeiro estudo com jovens do ensino superior concluindo-se que 15,5% dos jovens já tinham sido vítimas de pelo menos um ato violento durante uma relação de namoro e 21,7% admitiram já ter perpetuado comportamentos violentos sobre o seu parceiro (Machado, Matos & Moreira, 2003, citado por Matos, Machado, Caridade & Silva, 2006).

Segundo Oliveira e Sani (2005), no estudo que desenvolveram com 227 estudantes da Universidade Fernando Pessoa, com o objetivo de estudar o comportamento dos jovens universitários nas suas relações de namoro passadas e atuais, concluíram que, nas relações atuais, 52% dos jovens já tinham agredido o seu parceiro, pelo menos uma vez enquanto 42% já tinham sido vítimas pelo menos de um ato violento. Por sua vez, nos relacionamentos anteriores, 33% dos jovens já tinham adotado pelo menos um comportamento violento contra o seu parceiro enquanto que 41% tinham sido vítimas de um ato abusivo. Verificou-se ainda nesse estudo que os rapazes faziam uso de mais atos violentos nos seus relacionamentos amorosos atuais sendo que surgiram também como os mais vitimizados, comparativamente com as mulheres.

Em 2010, foram inquiridos 240 estudantes do ensino superior da Escola Superior de Saúde do Instituto Politécnico de Leiria, com o objetivo de determinar a prevalência dos comportamentos de violência na relação de namoro (Dixe et al., 2010). Certo é que neste estudo, contrariando ao anterior, verificou-se que só 9,1% dos jovens afirmou ter sido vítima de comportamentos violentos numa relação de namoro. Especificamente, os jovens do sexo masculino afirmaram ter sido vítimas de violência psicológica enquanto que as jovens do sexo feminino disseram que foram vítimas de violência psicológica, sexual e física.

Mendes, Duarte, Araújo e Lopes (2013) realizaram uma investigação na Universidade de Coimbra com o objetivo de perceber as experiências e representações dos estudantes do

ensino superior acerca da violência no namoro. Participaram neste estudo 58 estudantes que integraram grupos de discussão como técnica de recolha de dados. Concluiu-se que a maioria dos estudantes universitários condena a violência física, mas normalizam e minimizam a violência psicológica devido à praxe. Também alguns estudantes já sofreram de violência sexual, nomeadamente, nas praxes onde são obrigados a ter comportamentos obscenos. Consideram também que nas relações de namoro é mais difícil detetar situações de violência por estas serem mais fechadas. A maioria dos alunos condenou a violência no namoro, no entanto, alguns apresentaram argumentos como forma de a justificar e a desculpar. Por fim, a maioria dos estudantes afirmam que não sabem intervir em situações de violência física e psicológica.

Em 2017, Gama, Veríssimo e Tomás também realizaram um estudo na Escola Superior de Educação de Lisboa com o objetivo de caracterizar a violência no namoro e a sua prevalência, tendo sido inqueridos 371 estudantes. Constatou-se que apenas 0,8% dos jovens afirmaram que nunca foram vítimas de violência no namoro, enquanto que 90,6% dos jovens confirmaram que já viveram um episódio violento, referindo-se ao seu namoro atual.

Também Magalhães (2017) realizou um estudo com 5500 jovens para caracterizar a prevalência da violência nas relações de intimidade. Constatou que as formas violentas mais perpetradas foram a violência psicológica (19%) e a perseguição (15%), sendo as menos sofridas a violência sexual e física (6%). Estes jovens referiram que acham legítimo, durante uma relação de namoro, perpetuarem os seguintes comportamentos: controlo (28%), perseguição (24%), violência sexual (24%) e violência nas redes sociais (24%), sendo o comportamento menos aceite a violência física (6%).

O estudo epidemiológico mais recente foi realizado por Magalhães (2019) abrangendo 4938 jovens e concluiu que a violência no namoro está a aumentar significativamente uma vez que 58% dos jovens inqueridos já sofreram pelo menos de um comportamento violento durante a relação de namoro, sendo a mais comum a violência psicológica (34%) e a perseguição (31%) e a menos vivenciada a violência física (11%). Quando questionados acerca da legitimação dos vários tipos de violência, 67% dos jovens referiram que os seguintes comportamentos são naturais numa relação de intimidade: controlo (27%), violência sexual (24%), perseguição (24%) e violência nas redes sociais (23%) continuando a ser o comportamento menos aceite a violência física (9%). É importante salientar que esta legitimação é ainda mais elevada nos jovens que sofreram algum comportamento violento

dentro de uma relação de intimidade. No mesmo estudo concluiu-se que a legitimação da violência é maior no sexo masculino em todas as formas e em relação ao controle, 36% dos indivíduos do sexo masculino consideram legítimo este comportamento enquanto que 19% dos indivíduos do sexo feminino também concorda com sua perpetuação. De entre as situações de controle, a mais aceita pelos jovens de ambos os sexos é a proibição de vestir uma determinada peça de roupa – 36% dos jovens não considera violência, sendo 47% do sexo masculino e 26% do sexo feminino. Em relação à violência sexual, a diferença entre o sexo masculino e o sexo feminino é significativa, sendo que 34% dos indivíduos do sexo masculino legitimam este comportamento enquanto que 15% dos indivíduos do sexo feminino o consideram natural. Contudo, verifica-se uma grande discrepância no que se refere à pressão para ter relações sexuais: enquanto que 5% do sexo feminino não identifica este comportamento como violento, no caso dos indivíduos do sexo masculino a percentagem sobe para os 21%. No que diz respeito, à perseguição, 33% dos indivíduos do sexo masculino e 17% dos indivíduos do sexo feminino validam este comportamento e na mesma perspetiva, a violência nas redes sociais é aceita por 18% de raparigas e 29% de rapazes. No que se refere ao *sexting* não consentido, verifica-se que 14% dos jovens (21% do sexo masculino e 8% do sexo feminino) não consideram isto uma forma de violência. Por outro lado, o acesso às redes sociais por parte do parceiro, sem autorização, é considerado um comportamento normal por 37% dos jovens, sendo 32% do sexo feminino e 43% do sexo masculino. Quanto à violência psicológica, é mais legitimada pelo sexo masculino (22%) do que pelo sexo feminino (11%). Especificamente, insultar o parceiro durante uma discussão não é considerado violência por 27% dos jovens, sendo legitimada por 20% indivíduos do sexo feminino e 34% do sexo masculino; as ameaças são legitimadas por 9% dos jovens, dos quais 14% raparigas e 5% rapazes, pelo que podemos constatar que existe uma diferença significativa (o dobro dos rapazes) no que diz respeito à legitimação deste comportamento. Por último, quanto à violência física, 9% dos jovens naturaliza comportamentos deste tipo, se não deixarem feridas ou marcas visíveis no corpo da vítima, sendo mais legitimado pelo sexo masculino (10%) do que pelo sexo feminino (4%).

Pelo exposto, podemos afirmar que a violência nas relações de intimidade está cada vez mais presente nos relacionamentos dos jovens e que estes não têm plena consciência do que é considerado ou não violento.

2. Enquadramento legal da violência no namoro

Apesar da problemática da violência nos relacionamentos íntimos não ser uma realidade recente, em Portugal só em 1982 é que se começou a criminalizar a violência doméstica, sendo a partir daí objeto de diversas políticas dirigidas à prevenção, à sua criminalização e ao apoio às vítimas (Fernandes, 2013). Até ao dia 25 de abril de 1974, a situação das mulheres era baseada no Código Civil napoleónico de 1867, “que colocava a mulher numa situação de obediência face ao marido, que era o chefe de família” (Pimentel & Tamzali, 2014, p. 126). Este Código continha um artigo que afirmava que se a mulher, por qualquer razão, quisesse sair de casa, o marido podia recorrer a um juiz, que por sua vez, a obrigava a voltar para casa, onde tinha de obedecer ao marido.

A Constituição de 1933, do Estado Novo, afirmava que não podia haver discriminação das pessoas independentemente da sua religião, raça ou sexo (Pimentel & Tamzali, 2014). Porém tinha outro artigo que dizia que as mulheres, por uma questão biológica e ideológica, não podiam ter os mesmos direitos que os homens.

Só no ano de 1991 foi aprovado o Decreto-Lei nº 61/91, de 13 de agosto, com o intuito de reforçar a proteção legal contra as mulheres vítimas de violência doméstica. Tendo como objetivo criar um sistema de prevenção e apoio às vítimas, que garantia a sua proteção, através de campanhas de sensibilização e prevenção, criação e distribuição de um guia informativo, criação de centros de estudo e investigação, casas de abrigo para acolhimento de vítimas, criação de um serviço telefónico de informação nacional grátis e constituição de secções de atendimento direto às vítimas para a apresentação de denúncias da prática de atos violentos.

Em 1999 foi aprovado o Decreto-Lei nº 107/99, de 3 de agosto, que instituiu a criação e funcionamento da rede pública de casas de abrigo para mulheres vítimas de violência doméstica. Estas casas tinham a finalidade de dar alojamento e apoio psicológico e jurídico às vítimas, sendo os seus serviços gratuitos. Neste mesmo ano, foi aprovado o regime aplicável ao Adiantamento pelo Estado de Indemnização devido às vítimas de violência doméstica através da Lei n.º 129/99, de 20 de agosto e ainda criado o primeiro Plano Nacional de Combate à Violência Doméstica que tinha como objetivo sensibilizar, prevenir e intervir para proteger a vítima de violência doméstica (Afonso, 2010).

No ano seguinte, é aprovado o Decreto-Lei nº 7/2000, de 27 de maio, que alterou o artigo 152º do Código Penal passando a criminalizar com pena de prisão de 1 a 5 anos quem

praticar maus tratos físicos ou psíquicos ao cônjuge ou ex-cônjuge, à pessoa de outro ou do mesmo sexo com quem mantenha uma relação de namoro e a uma pessoa menor ou indefesa em virtude da idade, deficiência, doença ou gravidez. Neste mesmo ano, foi reiterada a Lei nº 323/2000, de 19 de dezembro que regulamentava a rede pública de casas de abrigo para vítimas de violência doméstica (Ribeiro, 2013). Durante o tempo em que permaneciam nas casas de abrigo, “as mulheres vítimas de violência doméstica, acompanhadas ou não de filhos menores, iriam desenvolver aptidões pessoais, profissionais e sociais, de modo a serem evitadas eventuais situações de exclusão social e tendo em vista a sua efetiva reinserção social” (Ribeiro, 2013, p. 21). O mesmo autor acrescenta que a admissão das vítimas podia ser feita através da equipa técnica dos centros de atendimento ou pelo serviço de atendimento telefónico da linha verde. Estas mulheres tinham o direito a alojamento e alimentação gratuita podendo usufruir também de um espaço de privacidade, sendo o seu acolhimento de curta duração em prazo não superior a seis meses, pois pressupunha-se o regresso à sua vida na comunidade.

Em 2007, o artigo 152º do Código Penal passou a “prever a eventual violência entre namorados/as e ex-companheiros/as – casais heterossexuais ou homossexuais, ainda que apenas refira que a relação entre estas pessoas seja análoga à dos cônjuges” (Gama, Veríssimo & Tomás, 2017, p. 80). Contudo só em 2013, através da Lei nº 19/2013 (Decreto-Lei nº 19/2013 de 21 de fevereiro) é que se inseriu de facto a violência no namoro, explicitada no artigo 152º “(b) a pessoa de outro ou do mesmo sexo com quem o agente mantenha ou tenha mantido uma relação de namoro ou uma relação análoga à dos cônjuges, ainda sem coabitação” (p.1096). Assim, na sua redação atual, este artigo define e criminaliza a violência doméstica da seguinte forma:

1 - Quem, de modo reiterado ou não, infligir maus tratos físicos ou psíquicos, incluindo castigos corporais, privações da liberdade e ofensas sexuais:

a) Ao cônjuge ou ex-cônjuge;

b) A pessoa de outro ou do mesmo sexo com quem o agente mantenha ou tenha mantido uma relação análoga à dos cônjuges, ainda que sem coabitação;

c) A progenitor de descendente comum em 1.º grau; ou

d) A pessoa particularmente indefesa, em razão de idade, deficiência, doença, gravidez ou dependência económica, que com ele coabite;

É punido com pena de prisão de um a cinco anos, se pena mais grave lhe não couber por força de outra disposição legal.

2 - No caso previsto no número anterior, se o agente praticar o facto contra menor, na presença de menor, no domicílio comum ou no domicílio da vítima é punido com pena de prisão de dois a cinco anos.

3 - Se dos factos previstos no n.º 1 resultar:

a) Ofensa à integridade física grave, o agente é punido com pena de prisão de dois a oito anos;

b) A morte, o agente é punido com pena de prisão de três a dez anos.

4 - Nos casos previstos nos números anteriores, podem ser aplicadas ao arguido as penas acessórias de proibição de contacto com a vítima e de proibição de uso e porte de armas, pelo período de seis meses a cinco anos, e de obrigação de frequência de programas específicos de prevenção da violência doméstica.

5 - A pena acessória de proibição de contacto com a vítima pode incluir o afastamento da residência ou do local de trabalho desta e o seu cumprimento pode ser fiscalizado por meios técnicos de controlo à distância.

6 - Quem for condenado por crime previsto neste artigo pode, atenta a concreta gravidade do facto e a sua conexão com a função exercida pelo agente, ser inibido do exercício do poder paternal, da tutela ou da curatela por um período de 1 a 10 anos (Decreto-Lei n.º 19/2013 de 21 de fevereiro, p.1096).

Em 2009 foi promulgada a Lei n.º 112/2009 (Decreto-Lei n.º 112/2009, de 16 de setembro), que tinha como finalidade estabelecer um conjunto de medidas de desenvolvimento de políticas de prevenção, informação, educação, apoio social e saúde no âmbito da violência doméstica. Também surgiu aqui o programa para agressores no contexto da violência doméstica, ou seja, programas educacionais com o fim de promover a mudança dos comportamentos abusivos dos agressores. Esta Lei foi revogada pela Lei 130/2015 (Decreto-Lei n.º 130/2015, de 2 de setembro) que tinha como um dos objetivos aprovar o Estatuto de Vítima, passando a considerar-se Vítima um indivíduo singular que tenha sofrido um atentado à integridade física, psíquica, emocional ou patrimonial no âmbito de um crime e os familiares de um indivíduo cuja morte tenha sido diretamente causada por um crime. Por seu lado, surgiu pela primeira vez o conceito de Vítima Especialmente Vulnerável com uma especial fragilidade devido à sua idade, estado de saúde, deficiência e o tipo, o grau e a duração da vitimização; familiares dependentes que conviveram com a vítima ou um indivíduo com idade inferior a 18 anos. Desta forma, a vítima passou a ter os seus direitos reconhecidos: o princípio de igualdade (independentemente da sua nacionalidade, condição

social e económica, sexo, raça, etnia, idade, religião, língua, deficiência, convicções políticas, orientação sexual, cultural e nível educacional), o princípio do respeito e reconhecimento (em todas as fases de intervenção e tratamento, é assegurado à vítima, o respeito pela sua dignidade pessoal); princípio da autonomia da vontade (a intervenção com a vítima está limitada à sua vontade); princípio da confidencialidade (os serviços de apoio técnico à vítima garantem o sigilo das informações que esta prestar); princípio do consentimento (qualquer intervenção realizada com a vítima deve ser efetuada com o seu consentimento livre e esclarecido, sendo que esta pode revogar livremente o seu consentimento); princípio da informação (é assegurada à vítima, pelo Estado, toda a informação dos seus direitos); princípio do acesso equitativo aos cuidados de saúde (o Estado assegura as medidas adequadas com vista a garantir o acesso equitativo da vítima aos cuidados de saúde de qualidade apropriada); obrigações profissionais e regras de conduta (qualquer intervenção com a vítima deve ser efetuada com base nas normas e obrigações profissionais). Desta forma a vítima tem direito a todo o tipo de informação que desejar, devem ser tomadas as medidas necessárias para garantir que as vítimas compreendam e sejam compreendidas, têm o direito a uma assistência específica, reembolso das despesas efetuadas resultantes da sua participação no processo penal, direito à proteção, direito a uma decisão relativa à indemnização e a restituição de bens, direito a gabinetes de atendimento e informação à vítima nos órgãos de polícia criminal, direito a que cidadãos residentes em Portugal ou vítimas de crimes praticados noutros Estados-Membros tenham a possibilidade de apresentar denúncia junto das autoridades nacionais.

Mais recentemente, a Lei n.º 24/2017, (Decreto-Lei n.º 24/2017 de 24 de maio), alterou o artigo 1906º acerca da regulação das responsabilidades parentais no âmbito de crimes de violência doméstica e de outras formas de violência em contexto familiar. Neste caso, se for aplicada uma medida de coação ou aplicada pena a um progenitor é obrigatório rever e alterar a regulação do exercício das responsabilidades parentais.

3. O papel do Educador Social na prevenção da violência no namoro

Importa refletir sobre o papel que o Educador Social pode ter na prevenção da violência no namoro, sendo que os seus objetivos profissionais passam por promover o desenvolvimento pessoal e social dos indivíduos para que estes consigam viver em comunidade (Pérez Serrano, 2010, citado por Ricardo, 2013). O Educador Social deve, desta

forma, “criar novas redes de espaços de pertença e referência afetiva, atuando de forma direta, mas sem tomar partido ou dar a solução” (Mateus, 2012, p. 61).

O Educador Social pode intervir em diferentes dimensões: (a) prevenção primária, trabalhando com indivíduos que nunca sofreram de violência, ou seja, com a população em geral, com o intuito de reduzir a incidência; (b) prevenção secundária, intervindo com indivíduos que estão em risco de se tornarem vítimas ou agressores; (c) prevenção terciária, com indivíduos que já foram vítimas de violência no namoro, procurando reduzir o impacto da violência e evitar uma nova vitimação (Matos, Machado, Caridade & Silva, 2006; Santos & Murta, 2016). Nesta última tipologia, também se inclui a intervenção com agressores com vista à reeducação e mudança comportamental.

A prevenção da violência permite a diminuição dos danos causados e é importante para a promoção da saúde e do bem-estar (Wekerle & Tanaka, 2010, citado por Oliveira, 2011). No entanto, os primeiros programas de prevenção da violência no namoro dirigidos aos jovens “parecem ter sido uma adaptação forçada de programas previamente concebidos para a população adulta, sobretudo, no que concerne ao conteúdo, às dinâmicas utilizadas e aos instrumentos selecionados para a avaliação do impacto” (Wekerle & Wolfe, 1999, citado por Saavedra, Martins & Machado, 2013, p. 116). Para estes autores, é fundamental começar a intervir na adolescência porque os padrões de agressividade ainda não estão desenvolvidos e, portanto, torna-se mais fácil fortalecer uma resolução de conflitos mais saudável. Asseguram que é necessário investir nos jovens promovendo a sua participação e avançar com projetos que respeitem as normas estabelecidas, mas que as desafiem ao mesmo tempo com o objetivo de acabar com os estereótipos que ainda existem na sociedade.

No caminho da prevenção já percorrido, alguns programas de prevenção são considerados eficazes e têm mostrado resultados positivos: *Skills for Violence-Free Relationships*, *Youth Relationships Project*, *Safe Dates* e *The Fourth R* (Caridade, Saavedra & Machado, 2012). Estes programas têm por base sessões didáticas, atividades escolares e envolvem a participação dos pais, dos professores e comunidade.

O primeiro programa a ser implementado foi o *Skills for Violence-Free Relationships Project* com o objetivo da prevenção da violência nas relações de intimidade. Contudo foi implementado nas escolas com alunos entre os 13 e os 18 anos e por isso os seus resultados não foram positivos, pois não se registaram mudanças significativas nas atitudes dos alunos

(Avery-Leaf, Cascardi, O'Leary & Cano, 1997, citado por Caridade, Saavedra & Machado, 2012).

O *Youth Relationships Project* é um programa que tem como destinatários jovens que tenham vivenciado ou sofrido de algum tipo de violência e tem como objetivos: (i) aumentar o conhecimento dos jovens acerca das dinâmicas de abuso nos relacionamentos de intimidade (ii) promover o aumento de competências de comunicação e resolução de problemas; (iii) aumentar o nível de consciência acerca das crenças que contribuem para a ocorrência de violência e acerca do impacto que a violência poderá ter; (iv) desenvolver competências de procura de ajuda formal ou informal (Wolfe, Wekerle, Scott, Straatmen, Grasley, & Reitzel-Jaffe, 2003, citado por Caridade, Saavedra & Machado, 2012).

O programa *Safe Dates* é desenvolvido em contexto sala de aula e composto por dez sessões, um concurso de cartazes e por uma sessão de teatro, focando-se em alunos a frequentar o 8º e 9º ano (Foshee & Reyes, 2009, citado por Cariedade, Saavedra & Machado, 2012). Este programa tem como objetivo a prevenção de situações de vitimização e perpetração presentes numa relação de namoro dos jovens. Por sua vez, os alunos que participaram neste programa tendem a não adotar comportamentos violentos contra o parceiro.

O programa *The Fourth R* destina-se a jovens com características e idades diferentes, aplica-se na sala de aula e tem como objetivos prevenir comportamentos de violência entre os jovens, comportamentos sexuais de risco e consumo e abuso de substâncias (Caridade, Saavedra & Machado, 2012). Este programa foi adaptado em Portugal e passou a denominar-se Programa 4D, passando a integrar mais uma variável, a igualdade de género (Saavedra, Martins & Machado, 2013).

Saavedra (2010) realizou um estudo onde utilizou o Projeto 4D e questionários *online*, para a sua tese de doutoramento, tendo como objetivo avaliar o impacto do programa de informação e sensibilização sobre a violência no namoro. Este programa foi feito em 15 escolas de Portugal envolvendo 578 alunos e consistia na realização de três sessões de 90 minutos cada, agendadas com um intervalo de duas semanas. Para a execução destas sessões foram utilizadas as seguintes técnicas: apresentações em *power-point*, debates em grupo, elaboração por parte dos alunos de materiais de informação para a prevenção da violência no namoro. Concluiu, com base nos seus resultados, que o programa de informação e sensibilização produziu efeito nos jovens nomeadamente na diminuição da tolerância destes

face a comportamentos abusivos nas relações de namoro, embora os rapazes ainda apresentem níveis maiores de tolerância sobre a violência nas relações amorosas, quer esta seja perpetuada por rapazes e raparigas. No que se refere à mudança de comportamentos abusivos, o resultado não foi positivo, pois não houve alterações significativas devido ao facto de o programa ser breve e informativo, podendo assim em programas futuros enquadrar sessões mais longas e mais práticas para atingir resultados mais positivos.

Também Matos, Machado, Caridade & Silva (2006) no seu estudo concluíram que as ações preventivas efetuadas tiveram impacto na mudança de crenças dos alunos, passando estes a ter uma menor tolerância à violência no namoro. Igualmente, Foshee et al. (2004, citado por Fernandes, 2013) reportou resultados positivos no seu programa “uma vez que após a análise feita durante quatro anos consecutivos após a aplicação do programa, os jovens reportavam menor violência física, sexual e emocional, tanto na perpetração como na vitimização.” (p.16).

Com base nestas evidências, os Educadores Sociais, como agentes de mudança, podem adaptar estes programas em contexto escolar, secundário ou superior, e assim contribuir para o desenvolvimento pessoal, envolvimento social e acesso a informação e serviços dos jovens acerca do fenómeno da violência no namoro. Por conseguinte, é fundamental que a intervenção seja feita o mais precocemente possível, de forma a evitar comportamentos violentos nos jovens.

Capítulo II – Metodologia

1. Questão-problema e objetivos gerais

Após analisarmos o conceito de namoro, as fases de uma relação de namoro saudável, a passagem desse amor romântico para o namoro violento, as características e tipologias de uma relação de intimidade violenta, as crenças associadas e as diferentes abordagens explicativas relativamente a esta problemática, concluímos que existem diversos fatores e dinâmicas que podem levar alguém a assumir o papel de vítima ou de agressor numa relação de intimidade violenta. Desta forma, e partindo do enquadramento teórico como quadro de leitura, pretendeu-se analisar três relações de namoro violentas, as suas dinâmicas, fatores de risco e de proteção bem como o *terminus* dessa relação e a construção de um projeto de vida afastado da violência com o objetivo de apreender e compreender a realidade a partir dos olhos da vítima e desta forma conhecer para capacitar os profissionais para a prevenção deste fenómeno, nomeadamente os Educadores Sociais.

A elaboração de um problema numa investigação permite-nos definir o fenómeno que queremos investigar, clarificando os caminhos a seguir e as opções metodológicas. Segundo Morais (2013) “um problema de investigação refere-se a qualquer questão para a qual não se conhece resposta e com isso procura-se, pelo menos, uma solução, em qualquer domínio do conhecimento” (p.2). Assim e com a finalidade de estudar o tema “*Conhecer para Educar sobre a Violência no Namoro em Contexto Universitário: O Educador Social como Mediador na Prevenção*” pretendeu-se analisar a evolução e escalada de três relações de intimidade violenta não só naquilo que as caracteriza, mas também o contexto e os fatores de proteção que conduzem uma vítima a tomar a decisão de terminar essa relação. Comumente na literatura, a investigação assenta na relação abusiva e os seus fatores de risco bem como as consequências para as vítimas mas é igualmente importante identificar os fatores de proteção que têm a capacidade de diminuir a probabilidade de alguém se tornar vítima, neutralizar as consequências negativas derivadas da violência e fazer com que a vítima coloque um *terminus* à relação de intimidade violenta. Desta forma, é relevante que o Educador Social compreenda e identifique os fatores de proteção para trabalhar na prevenção junto de estudantes universitários já que é um contexto multifacetado onde se iniciam ou ganham consistência os projetos da vida adulta e ficou claro, no enquadramento teórico, que ainda existem muitas crenças que legitimam a violência nas relações de intimidade. Partindo deste paradigma, formulámos a seguinte questão-problema, à qual iremos dar resposta com o presente estudo:

Quais os fatores protetores que levam a vítima de violência no namoro em contexto universitário a sair da relação abusiva?

No que concerne aos objetivos, Fortin (1999) afirma que estes procuram dar resposta ao porquê da concretização da investigação e é a partir destes que a natureza e o plano da investigação são delineados. Assim, no sentido de dar resposta à questão-problema, estabeleceram-se os seguintes objetivos:

- Identificar as tipologias e dinâmicas de perpetuação da violência durante a relação de namoro;

- Averiguar as crenças associadas à violência no namoro e que servem para manter a relação abusiva;

- Compreender o processo de tomada de decisão e os fatores de proteção para o terminus da relação e a construção de um projeto de vida afastado da violência;

2. Opções metodológicas

Para conceber e operacionalizar uma investigação a partir dos olhos das vítimas, de carácter exploratório, só a metodologia de natureza qualitativa permite “entender o que as pessoas apreendem ao perceberem o que acontece nos seus mundos” (Zanelli, 2002, p. 83). O objetivo da presente investigação foi compreender a saída das vítimas da relação abusiva e os fatores de proteção que estiveram presentes na tomada de decisão e na construção de um projeto de vida afastado da violência pelo que se optou por um estudo qualitativo. O objetivo desta metodologia é descrever e compreender o fenómeno na sua complexidade e gerar uma compreensão explicativa deste no sentido de descobrir diversas realidades (Bogdan & Biklen, 1994). Uma investigação qualitativa desenvolve-se num ambiente natural e é rico em dados descritivos, onde o investigador tem contato direto com o fenómeno estudado e se preocupa em retratar a perspectiva do participante focando-se na realidade de forma complexa e contextualizada.

Consequentemente, para Bogdan e Biklen (1994) existem cinco características ligadas à investigação qualitativa: (a) o investigador é o responsável pela recolha dos dados recolhidos num contexto natural; (b) estes mesmos dados são de carácter descritivo que permite ao investigador perceber a maneira de pensar dos participantes; (c) os investigadores que utilizam esta metodologia interessam-se mais pelo processo em si do que propriamente pelos

resultados; (d) a análise de dados é feita de maneira indutiva; (e) o investigador interessa-se principalmente por tentar compreender o significado que os participantes concedem às suas vivências.

Por sua vez, a metodologia qualitativa engloba vários tipos de pesquisa, sendo os mais comuns a pesquisa documental, a etnografia e o estudo de caso, escolhido para a presente dissertação. Para Merriam (1988, citado por Martins, 2006) “trata-se de um estudo bem delineado e definido sobre um acontecimento, um processo, uma instituição, um grupo social ou uma pessoa que se caracteriza pelo seu caráter descritivo, indutivo, particular e de natureza heurística que nos leva à compreensão profunda do estudo” (p.70). Para Yin (1980, p. 23) o estudo de caso “é uma forma de se fazer pesquisa empírica que investiga fenômenos contemporâneos dentro do seu contexto de vida real, em situações em que as fronteiras entre o fenômeno e o contexto não estão claramente estabelecidas, onde se utiliza múltiplas fontes de evidência”.

O estudo de caso geralmente utiliza-se quando o investigador quer compreender e analisar como e porque um fenômeno acontece (Ventura, 2007). Stake (2000, citado por Mazzotti, 2006) defende que os estudos de caso se podem caracterizar de forma diferente consoante o objetivo de investigação. Pode ser classificado como intrínseco ou particular e neste caso, o objetivo é “compreender exclusivamente o caso particular, sem relação com outros casos ou outras problemáticas mais abrangentes” (Meirinhos & Osório, 2010, p.58). Também podem ser instrumentais, onde

o interesse no caso deve-se à crença de que ele poderá facilitar a compreensão de algo mais amplo, uma vez que pode servir para fornecer *insights* sobre um assunto ou para contestar uma generalização amplamente aceite, apresentando um caso que nela não se encaixa (Mazzotti, 2006, p. 64).

E ainda coletivo, quando o estudo de caso instrumental “se estende a vários casos, para possibilitar, pela comparação, conhecimento mais profundo sobre o fenômeno, população ou condição” (Lobler, Lehnart & Avelino, 2014, p.6).

Um estudo de caso para a sua delimitação segue quatro fases: (1) delimitação da unidade-caso; (2) recolha de dados; (3) seleção, análise e interpretação desses mesmos dados; (4) elaboração do relatório (Gil, 2002). A primeira fase consiste em definir a unidade que constitui o caso, ou seja, escolher os casos que se pretendem estudar; na segunda fase, avança-se para a recolha de dados que pode ser feita através de procedimentos quantitativos e

qualitativos, ou seja, através de aplicação de questionário com perguntas fechadas, observação, análise de documentos, entrevista formal ou informal, história de vida, levantamentos de dados e análise de conteúdo; a terceira fase diz respeito à seleção, análise e interpretação de dados, onde se devem considerar os objetivos da investigação, os seus limites e as suas referências para definir quais os dados úteis para a investigação. Nesta fase é importante também utilizar categorias de análise derivadas de teorias para fazer a interpretação dos dados de forma eficaz; por último, na quarta fase, elabora-se um relatório parcial ou final conciso ou de registo detalhado.

As principais vantagens do estudo de caso, que serviram de base à nossa opção metodológica, é o facto de este ser um método ideal para caracterizar e analisar um indivíduo em particular, a capacidade de testar uma teoria já existente, o desenvolvimento de uma nova teoria, o facto de o investigador poder, a qualquer momento da investigação, alterar métodos da recolha de dados e estruturar novas questões de investigação, podendo ser utilizado com uma abordagem mais positivista, interpretativista ou crítica (Yin, 2005).

Em suma, nesta dissertação optou-se por realizar uma investigação qualitativa, de carácter exploratório. E apesar das limitações sobretudo no que concerne à falta de rigor na investigação e de oferecer poucas bases para uma generalização científica (Freitas & Jabbour, 2011), utilizou-se o estudo de caso instrumental coletivo para conhecer em profundidade este fenómeno uma vez que os objetivos formulados pretendem fornecer maior compreensão sobre a violência no namoro, através de novos *insights* analisando em profundidade três casos particulares.

3. Participantes

Para a presente dissertação, seleccionaram-se três participantes por conveniência que reuniam os critérios de inclusão nesta investigação: a) ter experienciado um ou mais episódios de violência em contexto de relação de namoro; b) ter iniciado a sua relação de intimidade durante a sua vida académica e b) ter terminado essa relação abusiva encontrando-se num projeto de vida presente afastado da violência.

Especificamente, a participante P1 é do sexo feminino, tem vinte e cinco anos e possui uma Licenciatura. Encontra-se integrada numa família tradicional, ou seja, é constituída pelo casal e filhos. Começou a relação de namoro abusiva com dezoito anos, aquando do início da vida académica e durou dois anos e meio. A participante P2 é do sexo feminino, tem vinte e

quatro anos e terminou uma Licenciatura. Encontra-se igualmente integrada numa família tradicional. Iniciou a relação de namoro abusiva aos dezoito anos quando integrou uma instituição de ensino superior e a relação durou três anos. A participante P3 é igualmente do sexo feminino, tem vinte e nove anos e detém um Mestrado, mas atualmente encontra-se a trabalhar num negócio de família. Começou a relação de namoro abusiva com dezanove anos e a relação durou um ano e meio. Todas terminaram a relação após alguns episódios violentos e mantêm um projeto de vida afastado da violência.

Depois da seleção das participantes, efetuou-se o primeiro contacto formal, via telefone, no dia 1 de junho de 2020, onde foram informadas sobre a temática e os objetivos da investigação e foi enviado por *email* o termo de consentimento para a realização da entrevista (Anexo I). Este consentimento foi assinado, digitalizado pelas participantes e devolvido por *email*.

4. Instrumento de recolha de dados

Na investigação qualitativa existem muitas técnicas para recolha de dados: a observação participante, a história de vida, a história oral e as entrevistas (Silva, Macêdo, Rebouças & Souza, 2002), sendo que com base na questão-problema e nos objetivos definidos, a presente investigação implicava uma interação entre o investigador e as participantes, pelo que se utilizou a entrevista como instrumento de recolha de dados.

Um dos primeiros investigadores a utilizar o método de entrevista foi Charles Booth, que, em 1886, desenvolveu uma pesquisa sobre as condições económicas e sociais da população de Londres onde implementou o método de entrevista e observação direta para obter dados (Fontana & Frey, 1994). Apesar de já ser utilizada, só a partir da Segunda Guerra Mundial as entrevistas passaram a ter orientações metodológicas próprias. Atualmente a entrevista é o instrumento mais utilizado por investigadores das áreas das ciências sociais e psicológicas.

Segundo Lobiondo-Wood e Haber (2001, citado por Silva, Macêdo, Rebouças & Souza, 2006) uma entrevista caracteriza-se como um instrumento planeado e escrito que tem como objetivo “reunir dados de indivíduos a respeito de conhecimento, atitudes, crenças e sentimentos” (p.247). De maneira idêntica, Duarte (2004) refere que as entrevistas são muito importantes quando se quer explorar “crenças, valores e sistemas classificatórios de universos

sociais específicos, mais ou menos bem delimitados, em que os conflitos e contradições não estejam claramente explicitados” (p.215).

Relativamente às tipologias, as entrevistas caracterizam-se como abertas, semiabertas e fechadas, provenientes, respetivamente de questões não estruturadas, semiestruturadas e estruturadas (Duarte, 2010). As entrevistas não estruturadas não têm sequência de questões ou parâmetros de resposta, estas surgem de modo natural no decorrer de uma conversa que flui livremente entre o investigador e o participante. As entrevistas semiestruturadas têm por base um guião de questões, geralmente apresentam entre quatro e sete questões de respostas abertas onde cada questão é aprofundada a partir da resposta do entrevistado. E por último, as entrevistas estruturadas são realizadas a partir de questionários estruturados, com perguntas iguais para todos os participantes de modo a estabelecer uniformidade e comparação entre as respostas, pelo que este modelo é prático quando estamos presentes a um número significativo de participantes e pode ser autoaplicável.

Como qualquer instrumento, uma entrevista tem vantagens e desvantagens. Nas palavras de McMillan e Schumacher (1999, citado por Ribeiro, 2008) como vantagens temos a flexibilidade na aplicação, facilidade de adaptação, viabiliza a comprovação e esclarecimento de respostas, taxa de respostas elevadas e pode ser aplicada a pessoas que não estão aptas para ler. O conjunto de desvantagens passam pelo “custo elevado, consome tempo na aplicação, sujeita à polarização do entrevistador, não garante o anonimato, sensível aos efeitos no entrevistado, características do entrevistador e do entrevistado, requer treino especializado e questões que direcionam a resposta” (McMillan & Schumacher, 1999, citado por Ribeiro, 2008, p.139). Pese embora as desvantagens, a presente investigação utilizou a entrevista semiestruturada que deriva, como já referimos, de um guião (Anexo II) onde se definiu o essencial que se pretendia questionar mas a entrevista foi guiada pelas entrevistadas, tendo estas uma grande liberdade de resposta. uma vez que pretendíamos conhecer os significados e a visão das participantes em relação à sua história de vitimação, *terminus* da relação abusiva e projeto de vida afastado da violência (Fraser & Gondim, 2004).

Existem orientações básicas para o uso de entrevistas que devem ser respeitadas pelo investigador: deve informar o participante sobre os objetivos do estudo e esclarecer os tópicos que vão ser abordados; deve permitir ao participante a escolha do local e o horário para a entrevista decorrer; deve perguntar os dados básicos do participante para uma descrição

futura; deve deixar o entrevistado à vontade transmitindo-lhe confiança; deve deixar para o fim as perguntas mais sensíveis ou complexas; (Silva, Macêdo, Rebouças & Souza, 2006).

Após a elaboração do guião e assinadas as devidas autorizações e consentimentos acordou-se com as participantes o dia, o local e o horário para a realização das entrevistas de acordo com a sua disponibilidade. Assim foi realizada a primeira entrevista dia 15 de junho de 2020 às 16 horas, a segunda dia 27 de Junho às 15 horas e a terceira dia 3 de Julho às 10 horas, por videoconferência no programa *Zoom Colibri* sendo gravada por áudio o que permitiu evitar perdas de informação.

As entrevistas começaram por uma busca de confiança mútua, interesse e um ambiente natural com o objetivo de deixar a participante à vontade, uma breve descrição da investigação, dos seus objetivos e o guião da entrevista. Numa primeira abordagem pretendeu-se caracterizar as participantes por isso foram formuladas algumas perguntas de carácter sociodemográfico. Foi lançada a primeira pergunta, mais abrangente indicando o tema geral, onde as participantes falaram livremente, e posteriormente introduzidas as questões seguintes. À medida que as participantes iam relatando os comportamentos violentos, fizeram igualmente uma reflexão sobre a sua experiência, explicando os pensamentos, emoções e memórias presentes durante a experiência de vitimação. No final da entrevista foi perguntado às participantes se gostariam de complementar alguma questão ou acrescentar algo mais e agradeceu-se a sua colaboração. Terminada a entrevista foi realizada a transcrição integral da mesma, isto porque nas palavras de Manzini (2008) o investigador deve transcrever a entrevista logo após esta estar concluída, constituindo assim uma pré-análise do material a partir de uma transcrição integral de todas as verbalizações. É necessário transcrever logo que possível a entrevista para aproveitar melhor o conteúdo uma vez que, o ambiente e as respostas estão mais vivos na memória e as inferências, contextualização e análise são imediatas.

No que diz respeito à transcrição de uma entrevista semiestruturada, o investigador coloca-se no papel de intérprete para desta forma transcrever tudo o que foi dito por ele e pelo entrevistado. Marcuschi (1986, citado por Manzini, 2008) menciona quatro regras básicas para o processo de transcrição: evitar as maiúsculas em início de turno, utilizar uma sequenciação com linhas não muito longas para melhorar a visualização do conjunto, indicar os interlocutores com siglas ou letras do nome ou alfabeto e não cortar palavras na passagem de uma linha para outra. Antes de iniciar a transcrição da entrevista desta investigação, foi

ouvida as gravações mais do que uma vez para desta forma conseguirmos captar a experiência sem envolvimento emocional (Manzini, 2008).

5. Instrumento de análise de dados

Uma das etapas mais complexas do processo de investigação de um estudo de caso é a análise, que segundo Borges, Hoppen e Luce (2009, citado por Freitas & Jabbour, 2011) “consiste em examinar, categorizar, tabular e recombina os elementos de prova, mantendo o modelo conceitual e as proposições iniciais do estudo como referência” (p. 18).

A análise de conteúdo surgiu no início do século XX, nos Estados Unidos da América, com o objetivo de analisar o material jornalístico, mas só entre 1950 e 1960 começou a envolver-se noutras áreas (Campos, 2004). Em 1943, a análise de conteúdo caracterizava-se como “sendo a semântica estatística do discurso político” (Caregnato & Mutti, 2006 p. 682). Bardin (1977), autora principal da análise de conteúdo, define-a como um conjunto de técnicas que “visam obter, por procedimentos, sistemáticos e objetivos de descrição do conteúdo das mensagens, indicadores (quantitativos ou não) que permitem a inferência de conhecimentos relativos às condições de produção/recepção (variáveis inferidas) destas mensagens” (p. 42).

Atualmente, segundo Olabuenaga e Ispizúa (1980, citado por Moraes, 1999) é entendida como uma “técnica para ler e interpretar o conteúdo de toda a classe de documentos, que analisados adequadamente nos abrem as portas ao conhecimento de aspectos e fenómenos da vida social de outro modo inacessíveis” (p. 8). Carlomagno e Rocha (2016) acrescentam que a análise de conteúdo tem como objetivo classificar e categorizar qualquer conteúdo, transformando as suas características em elementos-chave, com vista a poderem ser comparáveis a outros elementos. Mais especificamente, Caregato e Mutti (2006) caracterizam a análise de conteúdo como:

uma técnica de pesquisa que trabalha com a palavra, permitindo de forma prática e objetiva produzir inferências do conteúdo da comunicação de um texto replicáveis ao seu contexto social. Na análise de conteúdo o texto é um meio de expressão do sujeito, onde o analista procura categorizar as unidades de texto (palavras ou frases) que se repetem, inferindo uma expressão que as representem (p. 682).

Para Bardin (2011) a utilização da análise de conteúdo tem três fases fundamentais: a pré-análise, a exploração do material e o tratamento dos resultados (a inferência e a

interpretação). Na primeira fase – a pré-análise – é necessário definir os conteúdos que devem ser analisados. Desta forma deve-se fazer uma leitura de todos os conteúdos recolhidos para decidir quais estão de acordo com os objetivos do estudo para serem analisados, ou seja, promover “uma visão descolada, a qual permite ao pesquisador transcender a mensagem explícita e de uma forma menos estruturada já conseguir visualizar mesmo que primariamente, pistas e indícios, não óbvios” (Campos, 2004, p. 613).

A segunda fase – exploração do material – consiste na construção das operações de codificação, considerando-se os recortes do texto em unidades de registo, a definição de regras de contagem e a classificação e agregação das informações em categorias simbólicas ou temáticas (Bardin, 1977). A codificação “é o processo pelo qual os dados brutos são transformados sistematicamente e agregados em unidades, as quais permitem uma descrição das características pertinentes, do conteúdo” (Hosti, 1969, citado por Bardin, 1977, p.103). Na visão de Moraes (1999) é importante proceder ao processo de codificação dos conteúdos de análise estabelecendo um código que possibilite identificar rapidamente cada elemento da amostra. As etapas de codificação são as seguintes: determinar as unidades de registo, a unidade de contexto e a unidade de enumeração e categorização (Amado, 2000). Na primeira etapa – determinar as unidades de registo – deve-se definir quais os elementos do texto a ter em conta na investigação, ou seja, parte-se da escolha das unidades de registo (Bardin, 1977). As unidades de registo correspondem a uma parte do conteúdo que consideramos como base, visando a categorização. Esta pode ser de natureza e dimensão bastante variável, uma vez que se executam recortes a nível semântico (tema) ou nível linguístico (palavra, frase). Depois isola-se cada uma das unidades, reescrevendo e reelaborando cada uma delas de maneira a que sejam compreendidas fora do contexto. Na segunda etapa – determinar a unidade de contexto – define-se a unidade de contexto que por sua vez serve de unidade de compreensão para codificar as unidades de registo, corresponde a um segmento da mensagem que serve para compreender melhor o significado das unidades de registos (Bardin, 1977). Na terceira etapa – determinar a unidade de enumeração ou contagem – define-se os critérios que determinam “o como contar (todas as vezes que a mesma unidade aparece no mesmo contexto) ou o que contar (a presença ou ausência de certas unidades de registo)” (Amado, 2000, p. 56).

Após identificadas e codificadas as unidades de registo e contexto, o investigador deve passar para a fase da categorização. Segundo Bardin (1977) “é uma operação de classificação

de elementos constitutivos de um conjunto, por diferenciação e, seguidamente por reagrupamento segundo o género (analogia), com os critérios previamente definidos” (p.117). Neste processo de escolha de categorias, adotam-se os critérios: semântico (tema), sintático (verbos, adjetivos e pronomes), léxico (sentido e significado das palavras – antónimo ou sinónimo) e expressivo (variações na linguagem escrita). A palavra-chave que traduz a categoria deve ser escolhida de modo a representar, com exaustividade e precisão, o sentido dos indicadores, isto é, do *item* ou conjunto de *itens* que explicitam as características da comunicação a abranger nessa mesma categoria. Desta forma, a elaboração de um conjunto de subcategorias é um recurso para explicitar melhor o sentido de cada categoria. Existem algumas regras que devem ser seguidas ao utilizar a análise de conteúdo, especialmente ao criar as categorias como a exclusividade, a homogeneidade, a pertinência, a objetividade, a produtividade e conteúdos categorizáveis (Amado, 2000). Quanto à exclusividade, deve-se criar regras claras de inclusão e exclusão de determinados conteúdos nas categorias criadas sendo que as unidades de registo não devem pertencer a mais do que uma categoria, sendo que uma boa maneira de evitar isto é explicitar os indicadores das unidades a incluir em cada categoria de modo a tornar os resultados discutíveis (Carlomagno & Rocha, 2016). No que diz respeito à homogeneidade, um conjunto de categorias deve referir-se a um único tipo de análise, não devendo misturar-se diversos critérios de classificação. Desta forma, é importante criar uma categoria designada como “outras” para as unidades que não se encaixam nas categorias já definidas. Relativamente à pertinência, o conjunto de categorias deve ser adaptado ao material em análise e aos objetivos da investigação. De acordo com a objetividade, deve-se formular as categorias que permitam a outros investigadores reproduzir da mesma forma. Quanto à produtividade, deve-se oferecer a possibilidade de uma análise fértil, criadora de um discurso novo, mas adequado e coerente dos dados. Por último, de acordo com os conteúdos categorizáveis, “as categorias formuláveis podem abranger várias áreas do conteúdo dos textos em análise, dependendo da complexidade destes e, sobretudo, dos propósitos de quem analisa” (Amado, 2000, p. 58).

Por fim, as categorias podem ser criadas *à priori* ou *à posteriori*. No primeiro caso, o investigador antes de recolher os dados já possui categorias pré-definidas que podem conter subcategorias (Bardin, 1977). Uma das vantagens deste tipo de categorização é que permite classificar diretamente as suas unidades de análise dentro destas categorias e a partir daí diversificá-las em subcategorias. Contudo, a sua desvantagem é que estas categorias pré-

definidas podem limitar a abrangência de novos conteúdos importantes que podem não encaixar nelas (Campos, 2004). No segundo caso, as categorias aparecem consoante as respostas do participante da investigação, o que inicialmente exige ao investigador um intenso trabalho entre o material analisado e as teorias, não se desviando dos objetivos de investigação.

Na terceira fase – de tratamento dos resultados obtidos e interpretação – os resultados são tratados de maneira a terem um significado válido. O investigador nesta fase deve “propor inferências e adiantar interpretações a propósito dos objetivos previstos, ou que digam respeito a outras descobertas inesperadas” (Bardin, 1977, p. 101). Primeiro vem a revelação dos resultados, ou seja, é o momento de expressar os significados captados nos conteúdos analisados através de um texto síntese para cada uma das categorias utilizando-se citações diretas dos dados originais (Moraes, 1999). Depois é a inferência, onde o investigador “tira partido do tratamento das mensagens que manipula, para inferir (deduzir de maneira lógica) conhecimentos sobre o emissor da mensagem ou sobre o seu meio” (Bardin, 1977, p. 39). Por outras palavras, a inferência ou dedução lógica é o procedimento intermediário entre a descrição e a interpretação, que permitem a passagem, explícita e controlada, de uma à outra e que permitem responder a dois tipos de problemas: às causas ou antecedentes da mensagem e aos possíveis efeitos das mensagens. Nas palavras de Campos (2004) produzir inferências é o objetivo da análise de conteúdo, pois confere ao método uma certa relevância teórica uma vez que o processo descrito se torna insuficiente. E por último a interpretação, onde se compreende de forma mais aprofundada todo o conteúdo descrito (Moraes, 1999).

Sendo a presente investigação um estudo de caso recorreu-se à análise de conteúdo para interpretar os dados das entrevistas semiestruturadas. Após transcrever integralmente as entrevistas, passámos para a fase de codificação onde determinámos as unidades de registo consideradas relevantes para a investigação, as unidades de contexto, ou seja, um segmento da mensagem que serve para compreender melhor o significado das unidades de registo e as unidades de enumeração ou contagem. Após concluída esta fase, seguiu-se para a fase da categorização através de categorias à *postetiori*, ou seja, estas aparecem consoante a resposta das participantes que permitem explorar com mais rigor e profundidade as suas respostas para alcançarmos os objetivos da investigação. Para além das categorias, foi necessário criar subcategorias e posteriormente indicadores para uma melhor clarificação de cada uma, respeitando sempre as regras do processo de categorização cujo resultado encontra na seção

infra. Por último, e após a categorização das três entrevistas aplicando essas mesmas unidades de análise de conteúdo, elaborou-se uma tabela com os excertos dos discursos das participantes, integralmente transcritos (Anexo III).

6. Resultados

Após transcritas as entrevistas, foram categorizados os resultados através da técnica da análise de conteúdo, aplicando a tabela supramencionada. Emergiram das narrativas das entrevistadas seis categorias e dezanove subcategorias e os respectivos indicadores com rigor científico para posterior análise e resposta à questão-problema da presente dissertação. Especificamente, a categoria **Dinâmicas de namoro** engloba as seguintes subcategorias: *Início do namoro*, cujo indicador tem como base perceber em que altura acadêmica começou a relação abusiva, o contexto e circunstâncias em que conheceu o namorado, a fase de paixão e enamoramento e os comportamentos de sedução; *Duração*, cujo indicador foi o tempo de duração do namoro e a existência de fases de interregno e recomeço; *Expectativas*, que discorre os pensamentos da vítima em relação ao namoro e *Perfil do Namoro*, cujo indicador tem como objetivo compreender os comportamentos e personalidade do agressor no início da relação.

A categoria **Tipologias de violência** na relação abusiva inclui as seguintes subcategorias: *Violência Verbal*, acerca dos comportamentos perpetuados com o objetivo de ofender, injuriar, humilhar e ameaçar a vítima; *Violência Psicológica*, relativa a comportamentos perpetuados com o objetivo de manipular, chantagear, coagir, amedrontar e controlar a vítima; *Violência Física*, cujo indicador tem como base identificar comportamentos como bater, arremessar objetos, estrangular, pontapear e empurrar a vítima; *Violência Sexual*, acerca de comportamentos com o objetivo de obrigar a vítima a ter relações sexuais sem o seu consentimento.

A categoria **Dinâmicas de perpetuação da violência** abrange as seguintes subcategorias: *Fase aumento de tensão*, que discorre acerca de episódios de aumento de ansiedade, raiva e frustração, existência de ameaças verbais severas transmitindo à vítima sentimentos de culpa e medo e pequenos incidentes de violência e qual o comportamento de reação da vítima; *Fase ataque violento*, onde foram descritos alguns comportamentos que, devido à tensão acumulada, o agressor pratica contra a vítima e o comportamento de proteção desta; *Fase lua-de-mel*, em que as entrevistadas narraram os episódios de arrependimento e

promessas de mudança, comportamento positivo do agressor em relação à vítima e o comportamento da vítima.

A categoria **Fatores de permanência na relação** compreende duas subcategorias: *Crenças/Mitos*, sobre os pensamentos da vítima para justificar e desculpabilizar os comportamentos violentos do agressor e as expectativas de mudança por parte deste e *Desresponsabilização do agressor*, sobre os motivos que o agressor alegava para a violência exercida sobre a vítima.

A categoria **Terminus da relação** engloba as subcategorias *Processo de tomada de decisão*, cujo indicador identifica o momento em que a vítima termina a relação abusiva, os acontecimento(s) precipitante(s) e o suporte familiar, social e/ou institucional, *Reação do agressor*, sobre os comportamentos do agressor após o fim da relação e *Projeto de vida afastado da violência*, que discorre sobre os fatores de proteção, apoios e *empowerment* da vítima na construção de uma alternativa àquela relação.

Por último, a categoria **Nova relação de namoro** inclui as seguintes subcategorias: *Perfil do namorado*, em que as entrevistadas descrevem o comportamento e a personalidade do novo parceiro; *Dinâmicas da relação*, acerca das dinâmicas de gestão de emoções e conflitos na nova relação; *Mudança(s) da vítima*, no que concerne à organização e conteúdo do pensamento, as crenças, atitudes, autoestima e autoconceito.

Tabela 1. Regras para a caracterização das entrevistas

| Categorias | Subcategorias | Indicadores |
|--|-----------------------------|---|
| 1. Dinâmicas de namoro | 1.1. Início do namoro | <i>Altura acadêmica em que começou a relação abusiva; Contexto e circunstâncias em que conheceu o namorado; Fase de paixão e enamoramento; Comportamentos de sedução</i> |
| | 1.2. Duração | <i>Tempo de duração do namoro; Fases de interregno e recomeço;</i> |
| | 1.3. Expectativas | <i>Expectativas da vítima em relação ao namoro; Pensamentos;</i> |
| | 1.4. Perfil do namorado | <i>Comportamentos e personalidade no início da relação;</i> |
| 2. Tipologias de violência na relação abusiva | 2.1. Violência verbal | <i>Comportamentos perpetuados com o objetivo de ofender, injuriar, humilhar e ameaçar a vítima;</i> |
| | 2.2. Violência psicológica | <i>Comportamentos perpetuados com o objetivo de manipular, chantagear, coagir, amedrontar e controlar a vítima;</i> |
| | 2.3. Violência física | <i>Comportamentos perpetuados com o objetivo de bater, arremessar objetos, estrangular, pontapear e empurrar a vítima;</i> |
| | 2.4. Violência sexual | <i>Comportamentos perpetuados com o objetivo de obrigar a vítima a ter relações sexuais sem o seu consentimento;</i> |
| 3. Dinâmicas de perpetuação da violência | 3.1. Fase aumento de tensão | <i>Aumento de ansiedade, raiva e frustração; existência de ameaças verbais severas transmitindo à vítima sentimentos de culpa e medo e pequenos incidentes de violência; Comportamento de reação da vítima;</i> |
| | 3.2. Fase ataque violento | <i>Comportamento que devido à tensão acumulada o agressor pratica contra a vítima; comportamentos de proteção da vítima;</i> |
| | 3.3. Fase lua-de-mel | <i>Arrependimento e promessas de mudança; Comportamento positivo do agressor em relação à vítima; Comportamento da vítima;</i> |

| | | |
|---|--|--|
| 4. Fatores de permanência na relação | 4.1. Crenças/Mitos da vítima | <i>Pensamentos da vítima para justificar e desculpabilizar os comportamentos violentos do agressor; Expectativas da mudança do agressor;</i> |
| | 4.2. Desresponsabilização do agressor | <i>Motivos que o agressor alega para a violência exercida sobre a vítima;</i> |
| 5. Terminus da relação | 5.1. Processo de tomada de decisão | <i>Momento em que a vítima termina a relação abusiva; Acontecimento(s) precipitante(s); suporte familiar, social e/ou institucional;</i> |
| | 5.2. Reação do agressor | <i>Comportamentos do agressor após o fim da relação;</i> |
| | 5.3. Projeto de vida afastado da violência | <i>Fatores de proteção; apoios; empowerment da vítima</i> |
| 6. Nova relação de namoro | 6.1. Perfil do namorado | <i>Comportamento e personalidade do novo parceiro;</i> |
| | 6.2. Dinâmicas da relação | <i>Gestão de emoções e conflitos na nova relação;</i> |
| | 6.3. Mudança(s) da vítima | <i>Organização e conteúdo do pensamento; crenças, atitudes; autoestima e autoconceito;</i> |

Capítulo III – Análise e discussão dos resultados

Chegados a este ponto, vamos ao longo das próximas páginas analisar os resultados provenientes do processo de categorização das entrevistas realizadas porque conhecer e refletir sobre as dinâmicas e vivências associadas à experiência da violência no namoro capacita o Educador Social, que é visto como um mediador e agente de mudança que pode desempenhar funções em contexto educativo (Canastra e Malheiro, 2009), de conteúdos para a prevenção deste fenómeno assente na desmistificação de crenças, desconstrução de mitos e treino de competências para a igualdade de género, comunicação assertiva, gestão de conflitos e de emoções nos jovens do ensino superior.

Assim e em relação à categoria das **Dinâmicas da relação de namoro**: “(...) *no CET quando comecei a minha vida académica e conheci a pessoa aqui na cidade*” (P1), “*conheci o agressor no primeiro ano da minha licenciatura, durante as praxes. Ele era doutor e eu caloiira, começamos a falar e a sair juntos a partir daí*” (P2) e “*era colega de turma, foi na escola*” (P3). Outra semelhança nas narrativas das participantes é que a relação de namoro começou depois de existir uma relação de amizade, comunicação e/ou intimidade como se verifica nos seguintes excertos: “(...) *começamos a falar por facebook no início, depois começamos a nos conhecer e assim e começamos a dar bem e, entretanto, começamos a namorar*” (P1), “*as coisas aconteceram rápido. Começamos a falar todos os dias e a estar sempre juntos e depois ele pediu-me em namoro passado três meses de nos termos conhecido*” (P2) e, “(...) *éramos colegas de escola e de turma e, portanto, desenrolou-se nesse ambiente da escola com encontros na escola e pontualmente fora*” (P3). Este resultado vai de encontro ao estudo de Simões (2015) onde os jovens questionados sobre as diferentes formas de começar o namoro afirmaram que pode começar por uma amizade, um conhecimento prévio das características um do outro e depois desenvolver-se uma relação de intimidade ou pode começar primeiro com uma relação de intimidade e só depois surge o namoro. Na literatura, mais concretamente baseando-nos na teoria do amor de Sternberg o primeiro sentimento a surgir antes de se iniciar uma relação de namoro é o afeto, o gostar de estar junto, ou seja, primeiro constrói-se uma relação de amizade e só depois surge a paixão (Albuquerque, 2018).

Por outro lado, o tempo de *Duração* do relacionamento não é muito diferente entre as participantes, indo de um ano e meio a três anos, contudo uma das participantes referiu que os comportamentos violentos não começaram logo no início da relação abusiva mas sim após um

período de seis meses – “cerca de dois anos e meio” (P1), “durou mais ou menos três anos” (P2) e “a relação durou um ano e meio, sendo que a parte abusiva terá sido só um ano. Os seis meses terão sido normais” (P3). Também Pinto (2018) na sua investigação constatou que as vítimas começaram a aperceber-se mais tarde de comportamentos controladores e possessivos por parte dos parceiros. Segundo Murray e Kardatzke (2007, citado por APAV, 2011), quanto maior a duração da relação e mais séria for, maior é a hipótese de ocorrência de violência, isto porque os parceiros vão adquirindo uma certa dependência emocional e tolerância aos comportamentos do outro.

Em relação às *Expectativas e pensamentos* da vítima, podemos verificar uma certa coerência nos seus discursos, uma vez que todas elas referem que se achavam imaturas naquela altura e por isso tinham grandes expectativas sobre a relação de namoro, como se verifica nos seguintes excertos: “(...) quando comecei a namorar tinha feito os dezoito anos à pouco tempo. As expectativas que tinha naquela altura não são as mesmas que tenho agora. Mas eu tinha perfeitamente noção que não era a pessoa ideal (...) mas lá está, naquela altura era um pouco criança e estava com aquela paixãozinha de adolescente” (P1), “não sou pessoa de colocar muitas expectativas nas coisas, mas para ser sincera nesta relação tinha muitas expectativas porque nos dávamos bem e eu já o conhecia de vista (...) e por isso pensei que a nossa relação fosse resultar” (P2) e “são aquelas que se têm com dezoito e dezanove anos (...) se é ingénua e acha-se que se vai ser feliz à primeira tentativa e que vai correr tudo bem e ser feliz para sempre” (P3). Podemos observar nestes excertos que as participantes iniciaram a sua relação de namoro entre os dezoito e dezanove anos, ainda em fase de transição entre a adolescência e a vida adulta onde se procuram relações fora do contexto familiar e a definição da sua identidade pessoal e social.

Relativamente ao *Perfil do namorado*, mais concretamente aos seus comportamentos e personalidade no início da relação, verificamos uma certa heterogeneidade: P1 refere que o namorado no início da relação era uma pessoa muito tranquila e socialmente bem vista – “ele era uma pessoa muito pacífica, demasiado liberal meu deus! Quase que nem parecia meu namorado, era totalmente diferente. Daí é que eu fiquei admirada porque toda a gente que conhecia, mesmo amigos diziam: “ah ele não faz nada, ele é uma pessoa muito tranquila”. Toda a gente o conhecia tranquilo demais, era muito social, dava-se com muita gente” e P2 relata que “ele era uma pessoa um bocado reservada, mas conseguia cativar as pessoas, era bastante educado e simpático. Na cabeça das pessoas ele era uma boa pessoa, uma pessoa

calma. Era também uma pessoa fria, às vezes era arrogante a falar comigo mas acho que me fui habituando a isso” (P2). Estas descrições vão de encontro ao que Machado e Gonçalves (2003) afirmam no seu estudo, que os agressores são vistos pelos outros como pessoas responsáveis, dedicadas, carinhosas e cidadãos exemplares. Também Gottman et al (1995, citado por Pereira, 2018) concluiu na sua investigação que os agressores podem ser socialmente e profissionalmente bem vistos sendo só agressivos com a vítima. Em sentido contrário, P3 definiu o namorado como sendo controlador e manipulador também na relação com os pares: *“ele era muito controlador, dominava muito os outros. Tinha de ser tudo como ele queria e era muito sonhador. Ele queria tudo, sonhava muito alto e queria tudo no momento e na hora e, portanto, não tinha calma nenhuma”*. O que pode ser explicado pelo estudo de Nardi e Benetti (2012) que identificaram que os agressores tinham presente na sua personalidade o fator egocentrismo e nestes casos a empatia dos indivíduos é limitada, ou seja, eles não se importam com o que o outro pode sentir, pensando que é apenas um objeto que pode ser facilmente controlado e manipulado.

Estas diferenças nas características e comportamento dos agressores foi analisada por Holtzworth e Stuart (1994, citado por Caldeira, 2012, p. 29) que conceptualizaram uma estratificação dos agressores em relações de intimidade, onde os comportamentos agressivos eram analisados segundo duas variáveis:

A violência expressiva, que se trata de uma conduta agressiva motivada por sentimentos de ira e raiva e que reflete uma grande dificuldade no controlo de impulsos e na expressão dos afectos. Do outro lado, a violência instrumental que expressa um grau profundo de insatisfação não gerando sentimentos de culpa

Assim, estes autores tipificam os agressores como impulsivos, instrumentais ou sobrecontrolados. Os agressores impulsivos são indivíduos emocionalmente estáveis, “sendo frequentemente hipersensíveis às críticas e apresentando rápidas alterações no controlo” (Caldeira, 2012, p.29). Os agressores instrumentais apresentam níveis mais baixos de raiva e depressão e normalmente agredem e ameaçam a vítima quando esta não os satisfaz ou corresponde à suas exigências. Os agressores sobrecontrolados são indivíduos mais passivos, dependentes e com alguns traços obsessivos, usando a violência como reflexo das suas carências pessoais.

Por outro lado, tendo em conta a severidade e frequência, generalidade da violência e psicopatologia ou distúrbios da personalidade do agressor, os mesmos autores identificaram

três tipos de agressores: estritamente familiares, *borderline*/disfóricos e violentos/antissociais. Os agressores estritamente familiares são principalmente violentos dentro do contexto familiar sendo os seus comportamentos de menor frequência e gravidade, geralmente arrependem-se depois de um episódio violento condenando o uso de violência. Apresentam algumas complicações no que se refere às habilidades sociais e de comunicação e altos níveis de dependência em relação ao seu companheiro sendo os seus relacionamentos mais estáveis que nos outros grupos. Os agressores *borderline*/disfóricos são “indivíduos violentos física, psicológica e sexualmente, revelando uma violência de intensidade média ou alta dirigida ao seu par ou a outros membros da família” (Caldeira, 2012, p.30), apresentando maiores problemas psicológicos como a impulsividade, instabilidade emocional e características de paciente com perturbação *boderline* da personalidade. Podem-se definir por uma alta dependência, abuso infantil, rejeição familiar, carentes habilidades sociais e de comunicação, hostilidade em relação às mulheres e baixo nível de arrependimento. Finalmente, os agressores violentos/antissociais são indivíduos que usam a violência física e psicológica com o seu companheiro ou com outras pessoas, como estratégia de resolução de conflitos para conseguirem os seus objetivos e ultrapassar as suas frustrações, os seus comportamentos são de maior frequência e gravidade que nos grupos anteriores, sendo estes os sujeitos que apresentam baixo nível de raiva e depressão mas maior nível de narcisismo e manipulação psicopática.

Alguns anos mais tarde, também Dutton e Golland (1997, citado por Caldeira, 2012) estabeleceram a sua tipologia de agressores tendo como base a teoria da vinculação de Bowlby, identificando três tipos: o agressor psicopático, o agressor hipercontrolado e o agressor cíclico. Os agressores psicopáticos são indivíduos que sofreram de maltratos durante a sua infância, tentam agradar às outras pessoas embora sejam incapazes de refletir sobre as consequências dos seus comportamentos violentos, possuem uma visão sonhadora acerca do futuro, não conseguem concretizar qualquer tipo de aprendizagem com as suas experiências negativas e não conseguem sentir remorsos com os seus comportamentos. Os agressores hipercontrolados, são indivíduos que tendem a acumular tensão e raiva, resultando a agressão da aglomeração de frustrações, são sujeitos bem vistos social e profissionalmente, e por isso as pessoas mais próximas ficam surpreendidas quando descobrem os seus comportamentos violentos. Estão ligados a estereótipos de género sendo que se sentem verdadeiramente aborrecidos se a mulher não cumpre com o seu papel e afastam-se emocionalmente da sua

cônjuge ao mesmo tempo que a controlam e proíbem de realizar atividades fora de casa, desenvolvendo assim uma obsessão de controlo. Tendem a trocar as suas vítimas em público, culpabilizando-as por todos os erros do passado. Relacionando com os relatos de P1 e P2, podemos incluir os seus agressores nesta tipologia. Por último, os agressores cíclicos são aqueles que vivenciam um verdadeiro terror por medo ou abandono, mas também por medo de criar relações íntimas. As suas distorções cognitivas levam-nos a acreditar que têm o direito de castigar as vítimas quando elas não cumprem com as suas expectativas. Os “seus estados de ânimo são cíclicos, comportando-se de maneira diferente em casa ou em público utilizando muitas vezes o abuso verbal para humilhar o seu cônjuge” (Caldeira, 2012, p. 32). Geralmente, escolhem pessoas sobre a qual têm a possibilidade de exercer domínio e controle psicológico ou físico para uma relação de intimidade.

Um dos objetivos desta investigação era identificar as tipologias de perpetuação da violência durante a relação de namoro, através dos discursos das próprias vítimas. Assim, a *Violência verbal* é identificada por P1 “*começou assim do nada com nomes e tudo (...) ameaçou-me que me ia deixar sozinha naquele sítio porque eu naquela altura não tinha carro, era ele que tinha e estávamos longe de casa*”, P2 “*por vezes chamava-me nomes quando discutíamos*” e por P3 “*(...) e quando eu não fazia as coisas como ele queria, normalmente insultava-me*”. Guerreiro, Pontedeira, Sousa, Magalhães, Oliveira e Ribeiro (2015) chegaram à conclusão de que os atos mais perpetuados relativos a este tipo de violência são os insultos durante as zangas (64%) o que se verifica igualmente nos resultados desta investigação. Também a *Violência psicológica* é descrita por P1 “*depois já começou a ficar cada vez mais recorrente as agressões, depois era desculpas por tudo e por nada, porque saía de casa sozinha ou às vezes até dizia: “vais com essa roupa vestida?” e já queria ver as minhas redes sociais, já não tinha vida praticamente (...) mas o que me magoa mais é que começou a fazer jogo psicológico comigo porque ele gozava muito com a maneira como eu falava, porque ele era de Lisboa e eu de Trás-os-Montes*” e P3 “*começou por controlar o telefone e com quem eu me dava, com quem eu estava e o que fazia quando não estava com ele. E tinha de responder às mensagens no segundo em que ele me mandava*”. Estes resultados vão de acordo ao estudo de Guerreiro et al. (2015) que concluiu que 15% dos jovens inquiridos afirmaram já ter pegado no telemóvel do parceiro sem a sua autorização com a finalidade de ver as chamadas ou ler as mensagens, sendo que 62% das vítimas não reconhecem este ato como violência. Esta situação é realmente preocupante uma vez que mais

de metade das vítimas não reconhecem esta atitude como uma forma de violência o que dificulta a identificação como vítima, a denúncia e a procura de ajuda, logo mais se perpetua no tempo a violência.

Apesar de Couto (2013) revelar que a violência psicológica é a mais frequente nas relações de intimidade, duas participantes descreveram episódios de *Violência física*. P1 revela que “(...)foi uma situação que ele me agarrou nos braços com muita força e deixou-me toda pisada” e “segurou o meu braço com força e apertou-me o pescoço e eu fiquei um bocado sem reação” e P3 relatou “essencialmente empurrão (...) apertava-me os braços e chegou mesmo a dar-me estaladas”. Apesar de violentos e com consequências para as vítimas, Ferreira (2011) identificou que os comportamentos mais perpetrados e vitimizados eram caracterizados pelos jovens como atos de menor gravidade, ou seja, referidos como pequenas formas de violência.

Por outro lado, Matos (2006) no seu estudo também encontrou padrões de agressão recíproca ou mútua, já que os agressores pareciam ser, simultaneamente, vítimas de violência por parte dos seus parceiros. Ainda Veloso (2013) constatou na sua investigação que a maioria dos seus participantes afirmaram ser tanto vítimas como agressores nas suas relações de namoro. Igualmente Ferreira (2011) verificou no seu estudo que 30% dos participantes assumiram-se, exclusivamente, como perpetradores de violência e 51,8% dos sujeitos manifestou, tanto comportamentos de vítima como de perpetrador. Também nesta investigação P2 apresenta um relato congruente com a literatura: “quanto tínhamos discussões por vezes batíamos-nos mutuamente, mas não era nada de especial, achava eu que fazia parte. Mas depois eu comecei a deixar de me virar e os comportamentos mais graves começaram uma vez quando fomos sair à noite num desentendimento, ele estava alcoolizado, deu-me uma chapada à frente dos nossos amigos e eles não fizeram nada (...) no caminho para casa (...) lembro-me que ele se virou a mim, agarrou-me o pescoço e bateu com a minha cabeça contra uma parede”. Por último, a *Violência sexual* foi encontrada apenas no discurso de P3 “o dia em que eu realmente senti que algo se passava e que não estava bem foi no dia em que ele me violou, em que perdi a virgindade com uma violação”. Isto pode ser explicado a partir do estudo de Guerreiro et al. (2015) em que 21% dos jovens não considera o ato de forçar o parceiro a fazer algo que não queira como sendo errado, não o reconhecendo como um comportamento de violência nas relações de intimidade.

Na sua globalidade, os resultados da presente investigação vão de encontro a outros estudos nomeadamente o de Ferreira (2011) que constatou que as tipologias mais perpetuadas e vitimizadas são a violência psicológica, violência física e por último, a violência sexual. Já anteriormente, Paiva e Figueiredo (2004), num estudo realizado em universidades portuguesas, concluíram que mais de metade dos participantes perpetra (53,8%) ou é vítima (50,8%) de violência psicológica no seu relacionamento íntimo. Relativamente à violência física, os universitários referiram que no que diz respeito à violência física sem sequelas, 15,4% dos participantes eram vítimas de alguma forma deste tipo de abuso e 16,7% perpetuaram este tipo de abuso. Em menor predominância encontra-se a violência física com sequelas, onde 3,8% dos universitários afirma já ter perpetuado e na mesma percentagem ter sido vítima. A violência sexual neste estudo, apresenta uma percentagem bastante alta em comparação com outros, já que 23,9% dos participantes afirmaram que já foram vítimas deste tipo de violência e 17,2% que já perpetuaram.

Concomitantemente, verifica-se neste estudo que os comportamentos mais frequentes sofridos se caracterizam por atos de menor gravidade, ou seja, referidos como pequenas formas de violência, relatados por P1 e P2. Contudo dentro de cada tipo de violência, as pequenas formas de violência tendem a ser mais frequentes do que os atos mais severos e a normalização das pequenas formas de violência poderá interferir na prevenção de ocorrências futuras ou na escalada da violência.

Outro dos objetivos da presente investigação era identificar as **Dinâmicas de perpetuação da violência** durante a relação de namoro, através do Ciclo de Walker. Todas as participantes descrevem a *Fase aumento de tensão*, onde existe um aumento de ansiedade, raiva ou frustração do indivíduo podendo existir também ameaças severas: P1 revela “*antes da agressão era carinhoso, depois já começava a subir o tom de voz, já começava a querer controlar-me cada vez mais*”, P2 afirma “*quando os comportamentos se começaram a agravar ele só partia para a agressão física e tornava-se agressivo quando estava com álcool. Por isso antes da agressão era carinhoso*”, P3 concluiu que “*ora antes e durante ele era excessivamente agressivo, insultava-me muito mesmo*”. A *Fase ataque violento*, onde o indivíduo devido à tensão acumulada pratica comportamentos violentos contra a vítima, também foi descrita pelas entrevistas. P1 afirma que “*às vezes só ficava na parte de a nível psicológico, a chamar nomes, deixar-me mesmo em baixo e havia outras situações onde partia mesmo para a agressão física*”, enquanto P2 lembra que “*ele perdia a paciência muito*

rápido, passava para as agressões e nem parecia a mesma pessoa” e P3 diz “(...)empurrava-me, apertava-me os braços, essencialmente era muito mais verbal do que física, pelo menos para mim as agressões verbais eram mais fortes do que as físicas”. Por último, a Fase lua-de-mel, caracterizada pelo arrependimento e promessas de mudanças do agressor, é narrada por P1 como “depois de acontecer a agressão, mais ou menos era quase sempre no dia a seguir, pedia-me desculpa (...) e que não voltava a acontecer”, por P2 “depois no dia a seguir às agressões dava-me prendas, ramos de flores e assim. Pedia desculpa e dizia que não ia voltar a acontecer e eu acreditava” e por P3 “no fim pedia sempre desculpa e que não voltava a fazer e que só o fazia porque me amava demais e tinha medo de me perder”. É nesta fase que as vítimas tendem a desculpar o indivíduo e minimizar as agressões a que foram sujeitas, acabando por perdoar e permanecer na relação.

Um dos fatores que levam a vítima a **Permanecer numa relação de namoro violento** são a existência de crenças/mitos que servem para desculpabilizar e justificar os comportamentos violentos que se desenvolvem devido às interações sociais ou de meios que temos ao longo da nossa vida e por isso vemos um determinado assunto através do nosso ponto de vista mas também do ponto de vista dos outros com quem interagimos. Ventura, Ferreira e Magalhães (2013) na sua investigação indicam que 40,40% dos seus participantes discordam das crenças legitimadoras da violência, contudo ainda encontraram uma percentagem considerável de jovens (11,8%) que aprovam as atitudes violentas nas relações de intimidade. Igualmente no estudo de Santos (2019) e no estudo de Simões (2015) se verificou uma baixa concordância com o uso da violência nas relações de intimidade, contudo salientam que a violência entre parceiros íntimos pode existir e persistir, ainda que se observe um baixo nível de tolerância relativamente à mesma. Também concluíram que os participantes no estudo manifestaram mais atitudes legitimadoras face à violência psicológica e física, o que vem de encontro igualmente com os nossos resultados. Nos discursos das entrevistadas que participaram nesta investigação, identificamos algumas crenças/mito que desculpabilizam o agressor e culpabilizam a vítima: “*não sei se ele começou a ficar mais ligado a mim, se tinha medo de me perder, os comportamentos foram mudando pouco a pouco*” (P1); “*cheguei a um ponto que eu pensei: “será que a culpa era minha? Que era eu que o fazia fazer-me aquilo?”*” (P1); “*na minha cabeça as coisas iam ficar melhores e as agressões iam parar*” (P2); “*(...) que a culpa de todas aquelas coisas era minha e que eu merecia tudo aquilo*” (P3). P1 e P3 nos seus excertos revelam autculpabilização pelo

comportamento violento do agressor, sendo esta explicada pela literatura, através da perspectiva teórica do abandono aprendido de Strube (1991, citado por Fernandes, 2002) que refere que as vítimas de violência interiorizam uma atitude passiva, culpam-se a elas próprias e acomodam-se ao comportamento do parceiro, algumas reconhecem o perigo em que vivem mas são otimistas e esperam que os comportamentos violentos mudem, como P2. De acordo com Johnson e Das (2009, citado por Duarte, 2019) esta aceitação da violência é um dos fatores principais para a permanência na relação violenta uma vez que as vítimas entendem estes comportamentos violentos como algo normal e acreditam que os mesmos estão associados a crenças onde o ciúme e o amor são justificação, o que agrava a situação e as impede de as denunciar.

Outro fator que pode levar a vítima a permanecer na relação violenta é a *Desresponsabilização do indivíduo*, ou seja, os motivos que ele alega para justificar a violência. A maioria das participantes afirmou que o agressor usava o álcool, o ciúme e a culpabilização da vítima para justificar os seus comportamentos violentos: “*dizia sempre que eu o provocava e que o levava a fazer aquilo mas depois quando os comportamentos se agravaram ele dizia que quando me batia não estava em si, que era o álcool (...) e quando eu argumentava e dizia que isso não era desculpa para os comportamentos dele, ele dizia que era porque uma pessoa quando bebe não está em si*” (P2); “*normalmente eram os ciúmes e era o medo de me perder que gerava aquilo*” (P3); “*ele dizia sempre que a culpa era minha, que eu é que provocava sempre*” e “*principalmente por causa de ciúmes, redes sociais ou porque recebia mensagens*” (P1). P2 e P1 revelam que o agressor as culpabilizava pelos comportamentos violentos que exercia sobre as mesmas, tal como nos resultados encontrados por Caridade (2011) em que concluiu que os agressores têm tendência a culpabilizar as vítimas pela ocorrência de situações abusivas, o que tem provocado uma desculpabilização da violência e não uma responsabilização do agressor. No relato de P1 verificamos que o agressor justificava a violência com os ciúmes, como no estudo de Simões (2015) que refere que os motivos referidos pelos seus participantes para a ocorrência de violência nos relacionamentos de intimidade são os ciúmes, sendo que estes acrescentam a falta de respeito, a falta de confiança, a má formação, o controlo e a obsessão. Contudo P2 acrescenta que o agressor também se justificava com o consumo de álcool. Pese embora no seu estudo, Veloso (2013) concluiu que os indivíduos que consomem ou já consumiram álcool e/ou drogas têm tendência para perpetuar comportamentos violentos em comparação com os indivíduos que

não consomem estas substâncias, o modelo da Aprendizagem Social defende a ideia de que as pessoas percebem que, ao beberem, os comportamentos agressivos são mais tolerados pelos outros e, deste modo, escapam mais facilmente à condenação dos outros (Scantamburlo, Moré & Crepaldi, 2012). P3, por sua vez, revela que o agressor desculpabilizava a violência com os ciúmes e o amor que sentia pela vítima, semelhante ao que Nascimento (2009) constatou no seu estudo em que os jovens normalmente possuem a crença de que o outro é uma posse destes e que por isso têm direito sobre o outro. Este direito de posse acaba por servir de justificação para o controle sobre o parceiro, nomeadamente as roupas que veste, locais que frequenta e as pessoas com quem se relaciona, desta forma, os atos de violência surgem quando o desejo de controlo sobre a vítima é impedido. É possível verificar também que os jovens tendem a confundir ciúme com amor, acabando por considerar a violência como uma ação de revolta explicável para o ciúme (Caridade & Machado, 2006). Por isso, Saavedra e Machado (2012) afirmam que a existência de crenças erradas acerca da violência tende a promover a culpabilização da vítima e a desresponsabilização do agressor.

Para conseguirmos responder à grande questão-problema da nossa investigação, torna-se importante perceber qual o(s) motivo(s) que estiveram na base do *Terminus da relação* abusiva, sendo que o último objetivo desta investigação é compreender este processo de tomada de decisão, os fatores de proteção e a construção de um projeto de vida afastado da violência. Já anteriormente Pinto (2018) identificou dez motivos pelos quais as vítimas decidem pôr um fim no seu relacionamento: a infidelidade do parceiro, insinuações de infidelidade, existência de filhos, expectativas diferentes relativamente ao conceito de família, escalada da violência, violência perante terceiros, autonomia financeira, violência sexual, receio relativamente ao contágio de doenças sexualmente transmissíveis associado à infidelidade e comportamentos aditivos por parte do agressor. Também os nossos resultados vão de encontro a alguns destes. Ao analisarmos os excertos das participantes que dizem respeito aos acontecimentos que levaram à ruptura, em todos eles as entrevistadas referem um evento grave de violência. P3 relata *“quando eu realmente percebi que estava numa situação abusiva e grave foi de facto no dia da violação ou melhor, não foi bem no dia, terá sido uns dias a seguir em que eu comecei a pensar no que realmente tinha acontecido e foi aí que eu percebi”*, ou seja, esta participante decidiu terminar a relação quando sofreu de violência sexual por parte do companheiro. As outras duas participantes relataram que decidiram colocar um fim nos seus relacionamentos violentos quando houve violência contra terceiros:

P1 afirma “*houve uma situação que eu reparei de facto que ele era violento porque fez a mesma coisa com a irmã. Uma altura deu uma chapada à irmã e a irmã ameaçou-o que ia dizer aos pais (...) porque eles viviam juntos, estavam os dois a estudar na universidade*” enquanto P2 diz “*percebi logo quando os comportamentos mais violentos começaram, mas a gota de água foi quando (...) ele estava alcoolizado e (...) sem nós contarmos arrancou bruscamente com o carro e ia atropelando a minha irmã (...) para mim foi uma situação ainda mais grave do que aquelas em que me batia só a mim. Nesta situação estava a vida da minha irmã em risco e eu isso não admito*”. Ainda nesta subcategoria, P1 acrescenta outro episódio grave: “*eu tinha feito o jantar para ele e ele começou a pôr defeitos na comida a dizer que estava uma porcaria (...) e ele enervou-me de tal maneira que eu peguei no prato dele e meti-lhe a comida no lixo (...) a partir daí ele passou os limites, rebentou-me a casa toda, atirou-me com frigideiras, atirou com tudo (...) foi a partir daí que eu decidi que já não ia aturar mais aquilo*”.

Após decidirem terminar a relação com o agressor, as participantes referiram que falaram pessoalmente com o agressor e que este, mais uma vez, pediu desculpa pelos comportamentos violentos e prometeu mudar: “*eu fui ao pé dele (...) eu disse-lhe: “olha desculpa lá mas eu já não quero mais nada contigo, vou acabar contigo” (P1); “(...) cedi ao agressor e fui falar com ele pessoalmente. Ele pediu-me desculpas, disse que sabia que tinha errado, mas eu fui clara e disse-lhe que uma coisa era bater-me a mim, mas que quando colocava a vida dos meus em risco eu não o permitia. Ele mostrou-se arrependido, mas eu tinha a força da minha mãe e disse-lhe que queria acabar a relação” (P2)*. Nestes excertos verificamos que o agressor tentou mais uma vez colocar a relação na fase de lua-de-mel, definida pelo Ciclo da Violência de Walker, prometendo uma mudança de comportamento. Mas desta vez as entrevistadas interromperam o ciclo e mantiveram a sua decisão de terminar a relação abusiva. Para esta tomada de decisão, pode ter contribuído o *empowerment* das vítimas ao longo do tempo e resultante do suporte familiar e social que, segundo Maton e Salem (1995, citado por Oliveira, 2016), é definido como “o processo ativo de participação para atingir recursos ou competências necessárias para aumentar o controlo sobre a própria vida e alcançar objetivos de vida importantes” (p.19).

Zimmerman (2000, citado por Oliveira 2016) deu importantes contributos para a teoria do *empowerment*, caracterizando-o com três elementos: intrapessoal, interpessoal e comportamental. O componente intrapessoal diz respeito “ao modo como as pessoas pensam

acerca de si mesmas e inclui o controlo percebido e a autoeficácia, a motivação para o controlo, a competência percebida e o domínio” (Oliveira, 2016, p. 20). Esta componente é descrita por P1 quando relata *“eu pensei: eu consigo perfeitamente viver sem ele porque para viver assim destes modos mais vale estar sozinha”*. O componente internacional refere-se à compreensão do ambiente sociopolítico, ou seja, à capacidade de analisar e compreender a situação política e social da comunidade” (Oliveira, 2016, p.20) e o componente comportamental corresponde *“às ações tomadas para influenciar diretamente os resultados, ou seja, aos esforços para exercer controlo, com a participação na tomada de decisão e na resolução de problemas”* (Oliveira, 2016, p.20). Este último componente é referido por P3 – *“ora reuni todas as minhas forças que tinha e acabei com ele, disse que chegava e que não me procurasse mais”*. De acordo com Woodall, Raine, South e Waewick-Booth (2010) existe uma evidência científica que aponta para a eficácia da utilização de estratégias de *empowerment* que leva a uma melhoria para a saúde das pessoas vítimas de violência e abuso sexual. Os estudos sugerem que o *empowerment* psicológico pode ter um impacto positivo na saúde e bem-estar deste grupo, relativamente à confiança, autoestima/autoeficácia, sentimento de comunidade, sentimento de controlo, desenvolvimento de mecanismos de recuperação e, em alguns casos, incrementa o conhecimento e a consciência, levando à mudança de comportamentos e atitudes, como no caso das três entrevistadas que terminaram uma relação abusiva e elaboraram um novo projeto de vida afastado da violência. Concomitantemente, o suporte familiar, social e/ou institucional nesta fase foi percebido por uma entrevistada como muito importante na tomada de decisão: *“contei à minha mãe e ela deu-me força para acabar com a relação, e os meus amigos também me apoiaram, mas nunca tive coragem de contar ao meu pai”* (P2).

Após o *terminus* da relação, a reação dos agressores foi distinta. No momento inicial, um deles utilizou a violência psicológica e verbal para atacar a vítima, descrito no relato de P1 *“quando acabei com ele por incrível que pareça ele reagiu demasiado bem. Passado para aí um mês ou dois é que ele se mentalizou que eu o tinha deixado e começou a dizer que: “eu sei perfeitamente que tu vais voltar para mim, tu não vais ficar sem mim” (...) porque ele estava sempre com a ideia que eu ia voltar para ele porque eu não ficava sem ele. E foi a partir de dois ou três meses que ele se começou a mentalizar que eu o deixei, começou logo a mandar mensagens e eu tive de o bloquear”* e *“ele começou a chamar-me nomes a dizer: “ah tu é que vais acabar comigo és mesmo parva (...) tu não duras mais dois ou três dias”*. Porém este

não acreditava que a vítima conseguisse manter a sua decisão porque tal como afirma Pinto (2018) no seu estudo a reconciliação é uma realidade e acontece por medo, dependência emocional, pedido de desculpa, segundas oportunidades e solidão. No caso de P2, o agressor numa primeira fase mostrou-se arrependido, pedindo perdão e uma segunda oportunidade afirmando que nunca mais iria ter comportamentos agressivos, mas perante a insistência da vítima na sua decisão o agressor voltou a usar a violência como estratégia de resolução de conflitos: (...) *passado uns dias começou a mandar-me mensagens a dizer que me amava e que nunca mais me ia bater e para o aceitar de volta mas eu respondia e dizia que não queria estar numa relação assim onde eu já não era feliz. Depois ele começou a mostrar-se agressivo, mandava mensagens constantes e dizia que eu era uma porca, que andava com todos e que já tinha outro, por isso já não queria saber dele e ameaçou fazer algo para se vingar.* Já P3 descreve que o agressor não teve qualquer reação – *“bom ele aceitou com alguma dificuldade, não é? Controlador como ele era aquilo foi um corte muito grande para ele, mas eu acho que eu fui firme o suficiente para ele perceber e não mostrei medo principalmente e isso deve tê-lo assustado porque de repente eu era uma pessoa submissa e consegui fazer-lhe frente no fundo”*.

Os **Fatores de proteção** são importantes nesta fase para defender a vítima da reação do agressor e evitar recaídas reatando a relação. Nenhuma participante oficializou queixa-crime contra o agressor, mas procuraram apoio e proteção no seio familiar e na rede de amigos, desenvolvendo um *empowerment* psicológico através da construção de uma “perceção de força individual, ou seja, da descoberta das suas potencialidades individuais, manifestando-se em comportamentos de autoconfiança, autoestima, na construção crítica das suas atitudes e ações, de decidir sobre como fazer, o que fazer e quando fazer” (Morais & Rodrigues, 2016, 100). O seguinte excerto de P1 é um exemplo paradigmático da literatura: *ajudas não tive, fui eu sozinha que me mentalizei. Até porque quase ninguém sabia, só uma amiga minha, os meus pais nunca souberam e claro, que contei com o apoio dessa amiga (...) sinceramente eu não senti dor nenhuma por acabar com ele porque já estava farta daquilo. Parece que se fez luz naquele dia e disse: “chega!”, a partir daí nunca mais pensei nele, nem queria mais saber dele, sinceramente só queria paz e sossego. (...) Vou ser sincera, eu não pedi ajuda porque não tinha noção do problema em que estava metida, eu só comecei a mentalizar depois de já ter saído daquela relação. E eu sinceramente como queria fugir daquela situação eu nem*

quis saber de ajuda até porque eu consegui ultrapassar muito bem. Claro que no início me custou, mas consegui ultrapassar bem”.

A propósito da procura de ajuda formal ou informal, Santos (2015) constatou que é muito difícil para as vítimas procurarem ajuda em serviços ou instituições porque têm medo de serem acusadas e têm a crença que a informação não será confidencialmente mantida, pelo que tal como nos nossos resultados, as 17,7% das vítimas optaram por contar a sua experiência de vitimação a amigos e 5,3% aos pais. Especificamente no nosso estudo, as entrevistadas descreveram o seu processo de construção crítica e busca de suporte social: *“no início foi um bocado complicado porque lá está, já era mais rotina que outra coisa, embora houvesse agressões e tudo mais, mas ainda fazia parte da minha vida. Mas eu consegui habituar-me perfeitamente bem à mudança de rotina até porque não gostava de ficar sozinha em casa, estava sempre com as minhas amigas, tentava ocupar um pouco o tempo (...) para não pensar nisso (...) claro que isso nunca se esquece mas evito mesmo pensar nessa situação e espero que não volte a acontecer porque já sei o que é passar por isso”* (P1); *“Senti um alívio enorme quando a relação acabou porque eu já não era feliz na relação e já não gostava dele como antes, aliás quando começaram a aparecer os comportamentos violentos parece que o meu sentimento diminuía cada vez mais. Mas para ser sincera custou-me um bocado afastar-me porque apesar das agressões e de ser mau namorado, ele era bom amigo (...) mas comecei a sair mais com os meus amigos, os poucos que tinha porque muitos deles deixaram de falar por eu ter acabado a relação com ele e a minha mãe ajudou-me bastante, deu-me muita força para continuar, sei que tenho um longo caminho pela frente”* (P2); *“reuni-me com os meus amigos que eu basicamente tinha-me afastado devido ao controlo dele (...) não me afastei e depois entretanto ele mudou de escola o que ajudou a que nunca mais nos víssemos”* (P3).

Paralelamente, P1 descreve sentimentos de alívio e paz como se verifica nos seguintes excertos: *“eu não tive luto nenhum. Parece que me livre de uma praga que tinha ao pé de mim. Simplesmente continuei a fazer a minha vida, conheci pessoas novas”*. Também Pinto (2018) constatou esses sentimentos de alívio e paz no seu estudo ao mesmo tempo que as suas participantes referiram que o facto de terminarem a relação com o agressor fez com que este tivesse comportamentos ainda mais agressivos, o que não se verificou na nossa investigação, podendo levantar a hipótese de o medo de represálias pode ser percebido pela vítima e não

real dada a diversidade de perfis e comportamentos de agressores o que pode constituir mais uma crença/mito para manter a relação abusiva.

Relativamente à categoria que diz respeito à **Nova relação de namoro**, é importante referir que apenas duas das participantes estão numa nova relação de intimidade enquanto que a outra referiu ainda não estar preparada para assumir uma nova relação por medo: *“ainda não me sinto preparada para me envolver numa nova relação. Tenho medo de passar pelo mesmo e neste momento estou bem sozinha. Preciso de me encontrar primeiro”* (P2). Ao analisarmos o *Perfil do namorado* das participantes estas descrevem-no como amigável e afetuoso, cuja relação se baseia na igualdade, companheirismo e respeito: *“é uma pessoa amigável, acompanha-me sempre para tudo, é uma pessoa que quando preciso de ajuda é sempre a primeira pessoa a estender-me a mão, ao contrário da relação anterior. Não é uma pessoa que está sempre a provocar, a inferiorizar-me. Até pelo contrário, muitas vezes tenho situações que estou um pouco tensa e esta relação ajuda-me e até me faz ir para a frente a não para trás”* (P1). Por seu lado, P3 afirma que *“o meu parceiro é mesmo muito querido, é das melhores pessoas que eu conheço, é afectuoso, é meigo, bondoso, é muito querido mesmo”*. Tal como afirmam Bertoldo e Bárbara (2006), que investigaram os relacionamentos de intimidade saudáveis, a amizade é a suporte para um relacionamento saudável, acompanhada por carinho, companheirismo, amor e compromisso.

Quando questionamos as participantes sobre as *Dinâmicas da relação*, verificamos no seu discurso que elas consideram que a boa comunicação e a amizade são a base para manter um relacionamento íntimo saudável: *“a nossa comunicação é bastante boa. Damo-nos muito bem, acima de tudo somos amigos e eu acho que isso é muito importante numa relação (...) uma pessoa quando está com um problema o outro ajuda. Claro que temos discussões, mas nada demais, nem dura um dia, depois resolvemos tudo como é lógico”* (P1). Para P3 *“nós temos uma excelente relação, comunicamos muito, falamos muito sobre o que sentimos, o que gostamos, o que não gostamos. Raramente discutimos porque nos permitimos a falar e resolver as situações antes que elas se tornem uma discussão. Gostamos muito um do outro, mas gostamos muito de nós individualmente (...) não deixamos de ser as pessoas individuais que éramos apesar de estarmos juntos, ou seja, nós estamos juntos, partilhamos uma vida, mas somos pessoas individuais com gostos, com vontades. Gostamos de fazer hobbies individualmente e isso é muito importante porque nenhum de nós é posse do outro. Nós estamos a partilhar uma vida, mas temos uma vida para além desta”*. Nas palavras de Eliseu

e Cascaes (2017) uma das formas de viver um relacionamento saudável é a aceitação da individualidade do outro, ou seja, apesar de serem um casal, não deixam de ser dois indivíduos que vieram de famílias diferentes e que se constituíram como pessoas diferentes. Quando um elemento do casal não respeita a individualidade do outro, passa a acreditar que este é sua propriedade, desta forma torna-se difícil viver um relacionamento saudável. Por outro lado, quando os membros do casal procuram compreender os interesses, preferências e perspectivas do outro, mostram interesse e direcionam energia para a pessoa, transmitem que a pessoa é significativa e cuidada, sendo o apoio das necessidades evidente e o bom funcionamento relacional e o bem-estar do indivíduo promovidos.

Os conflitos são comuns numa relação de intimidade pois ocorrem devido à interação de duas pessoas que desejam construir um projeto de vida em conjunto e para isso, necessitam de discutir pontos de vista por vezes divergentes até chegar a um acordo mútuo (Andrade & Egert, 2018). Desta forma, as estratégias de resolução de conflitos são muito importantes, sendo definidas na literatura como os comportamentos dirigidos ao companheiro na tentativa de resolver o problema e dar um fim para a situação (Costa, Cenci & Mosmann, 2016). De acordo com Hurley e Reese-Weber (2012) existem dois principais tipos de estratégias utilizadas para a resolução de conflitos entre casais: estratégias positivas – que englobam comportamentos que promovem, fortalecem e estimulam o relacionamento (e.g: negociação que atenda aos interesses de ambos, à resolução do problema e incertezas dentro do relacionamento) e estratégias negativas – formadas por comportamentos disfuncionais, que destabilizam a relação (e.g: submeter-se a interesses contrários só para agradar o companheiro, agir de forma violenta, física ou psicologicamente e comunicação insatisfatória).

Na literatura encontram-se dois modelos teóricos sobre conflitos aplicáveis ao entendimento das tensões entre casais. O primeiro é o modelo de estratégias de resolução de conflitos de Peterson (1983, citado por Andrade & Egert, 2018, p.853) que descreve cinco estratégias para a resolução de conflito:

- 1) separação (distanciar-se para retomar posteriormente o tema do conflito – *refresh*);
- 2) dominação (tentativa de coagir e persuadir o outro);
- 3) compromisso (busca de uma solução comum que atenda, pelo menos em parte, aos interesses dos envolvidos);
- 4) solução integrativa (tentativa de satisfazer às expectativas de ambos);
- 5) melhoria estrutural (estratégias para tornar algum tema polémico menos individual e geral, para que, na sequência, se busque um melhor alinhamento da comunicação sobre o mesmo

O segundo modelo é o de Lulofs e Cahn constituído também por cinco estratégias, integrando duas dimensões semelhantes ao modelo anterior (compromisso e colaboração) e sugerindo outras três dimensões: “1) evitação (evitar ou negar a existência de um conflito); 2) acomodação (ceder aos interesses do(a) parceiro(a) para que o conflito termine); (3) competição (uso de coerção para que o(a) parceiro(a) ceda ao motivo de tensão.” (Andrade & Egert, 2018, p.853).

Um dos autores que explica esta diversidade é Bolwby, através da sua teoria da vinculação, já desenvolvida no enquadramento teórico, defendendo que a vinculação na infância influencia a vinculação que desenvolvemos na vida adulta, por esta parcialmente não se alterar. Desta forma, indivíduos com uma vinculação segura tendem a ser mais assertivos e recorrem a estratégias positivas para a resolução de conflitos, como o diálogo e a negociação. Assim, o conflito pode fortalecer a relação proporcionando satisfação a ambos. Contudo, indivíduos “que possuam um estilo de vinculação inseguro são mais vulneráveis a perceberem o conflito como um evento negativo, não tendo tantas estratégias para resolvê-lo” (Benito,2018, p. 14) e podem utilizar a violência para gerir esse conflito com o seu companheiro.

A comunicação é importante para se manter um relacionamento saudável, uma vez que nos permite resolver conflitos. É preciso entender que ter uma boa comunicação é saber escutar o outro, compreender e aceitar os seus pontos de vista e para isso é preciso que seja feita de forma clara e objetiva para uma compreensão real da questão (Eliseu & Cascaes, 2017). A comunicação é a base das relações de intimidade, mas em muitas existe um elemento que não sabe ouvir o seu parceiro e desta forma causa conflitos na relação. Silva e Vandenberghe (2008) referem que “a comunicação ineficaz é outro problema comumente encontrado nesses casais que, na tentativa de resolverem seus conflitos, acabam por agravar ainda mais a situação, ou desencadeiam um novo problema” (p.168). Desta forma entende-se que a comunicação, quando acontece de forma adequada melhora em muito os relacionamentos.

Após um recomeço afastado da violência é importante perceber as mudanças de narrativa e comportamentais das vítimas já que o caminho percorrido até à superação da experiência de vitimação é longo e passa por várias etapas, sendo que em cada uma delas se aprende novas formas de enfrentar o problema. Segundo Landenburger (1989, citado por

Andreson & Saunders, 2003), a primeira etapa consiste no estabelecimento da relação, onde algumas mulheres apesar de se acharem competentes, sociáveis e autossuficientes acabam por desenvolver a crença de que se devem adaptar às necessidades dos parceiros com o objetivo de que aquela relação tenha futuro. Esta atitude da vítima de violência decorre do receio do que os outros pensam, do medo, da humilhação ou do facto de não reconhecer inicialmente a relação com abusiva, ou percebendo os sinais da minimização que lhes atribui. Na segunda fase, a vítima procura gerir a violência exercida sobre ela, manifestando atitudes de tolerância e de resistência face à agressão. As estratégias mais comuns são a negação, a minimização do abuso relativamente à sua extensão e frequência, a minimização dos efeitos psicológicos desencadeados por este tipo de violência e a tentativa de perceber o que está errado com ela, procurando resolvê-lo. Segue-se a terceira fase, na qual a vítima após reconhecer o abuso como um problema, tenta contrariá-lo dando mais importância às suas necessidades e começando a considerar as suas opções. Em simultâneo, a vítima apercebe-se que as suas tentativas de resolver o problema falharam e que o parceiro não vai mudar. Nesta fase as vítimas começam a desenvolver mudanças, dando sinais de que se encontram ativamente envolvidas na construção de alterações para terminar com a relação violenta. A quarta, e última etapa, assenta na recuperação após o fim do relacionamento de intimidade violento, em que a vítima procura em primeiro lugar manter-se segura, utilizando estratégias para se manter livre da violência. De acordo com Merritt-Gray e Wuest (1995, citado por Matos, 2006) nos casos em que a saída foi a solução escolhida pela vítima, algumas num momento inicial podem sentir uma sensação de perda de controlo o que pode levar a constrangimentos, embora de algum modo a sua atenção se centre na ideia de separação. Com este propósito, a vítima envolve-se frequentemente em ações de autoafirmação e *empowerment* pessoal, criando vários limites ao agressor e à sua família, bem como desenvolver competências de assertividade, iniciando um projeto de vida afastado da violência e implementando estratégias para adquirir controlo sobre a situação. Um dos elementos fundamentais nesta fase é aprender a usar o sistema de apoio e proteção às vítimas em prol da sua segurança e estabilidade, procurando apoios previstos no Estatuto de Vítima (Lei n. 112/2009). No caso da nossa investigação, nenhuma entrevistada procurou ajudas formais para resolver o problema, mas focaram-se nelas próprias e desenvolveram estratégias de *empowerment* pessoal. Especificamente, este *empowerment* contribui, num primeiro momento, para o desenvolvimento de competências individuais por parte das vítimas, tais como o

fortalecimento da sua identidade, o aumento da autoestima, da autonomia, da capacidade para a reorganização das atividades diárias e de trabalho, entre outros (Oliveira, 2016). Num segundo momento, torna-se determinante para o fortalecimento das vítimas e tem sido considerado como fator fundamental para o desenvolvimento da sociedade, na medida em que leva as vítimas a procurar uma redistribuição do poder a favor delas, bem como mudanças em estruturas sociais como na família, a religião, serviços e práticas de saúde, leis e códigos civis. Estes dois momentos estão bem presentes no discurso de P1 *“até porque nem iria permitir voltar a passar pelo mesmo, mesmo que gostasse muito da pessoa. Eu acho que uma mulher não tem de sujeitar a isso ou vice-versa”* e *“gostava que todas as mulheres tivessem consciência da gravidade da situação. Muitas vezes as pessoas não saem não é pela relação amorosa em si ou sentimento, eu acho que é mais por medo da mudança. E claro que no início às vezes a mudança pode custar, mas às vezes o mudar não é só pontos negativos, pode-se mudar claro para melhor. E gostava que todas as mulheres tivessem, a força que eu tive para sair da relação, embora fosse tarde, mas saí e felizmente neste momento sou feliz”*. Também P3 fala no segundo momento *“gostaria de dizer a todas as pessoas que passaram ou estão a passar por uma relação abusiva que tenham força para sair da relação e pedir ajuda. Temos de pensar primeiro na nossa felicidade, ninguém é dono de nós, por vezes mais vale uma pessoa estar sozinha do que sofrer numa relação que só traz sofrimento”*.

Na nossa investigação, P1 e P2 relatam de forma semelhante como a vivência desta relação de intimidade violenta as mudou: *“sinceramente parece que me tornou uma pessoa mais fria nas relações seguintes, mas depois com o tempo (...) já me mentalizei que cada pessoa é uma pessoa e que nem toda a gente é agressiva. Ninguém tem de levar com as culpas por causa de uma relação anterior, (...) cada relação é uma relação”* (P1) e *“ainda hoje me custa lidar com isso. Esta experiência mudou-me muito, sou uma pessoa mais fria com os outros e com a vida. Sinto que fiquei muito mais nervosa, passo-me muito com certas coisas que são mínimas (...) uma coisa que sinto é que não gosto que me toquem que me agarrem por exemplo, fico nervosa com isso”* (P2). No discurso de P2 verificamos como consequência desta experiência de vitimação o desconforto perante o toque resultado que também Sismas (2011) encontrou no estudo que desenvolveu com estudantes universitários em que verificou que as vítimas de violência no namoro apresentavam maiores níveis de somatização, obsessões-compulsões, sensibilidade interpessoal, depressão, ansiedade,

hostilidade, ansiedade fóbica, ideação paranoide, e psicoticismo comparadas a indivíduos não vítimas.

Outra das consequências da experiência de vitimação é a autculpabilização, muito presente no discurso de P3: “(...) o sentimento de culpa é constante, o de ter permitido que ele me fizesse aquilo e que não me defendia é frustrante e é revoltante pensar nisso. Mas é uma luta diária e constante e de aprendizagem, de perceber que a culpa não foi minha e que eu mereço ser feliz e tenho de lutar por isso todos os dias” e “a culpa é muito importante de gerir e o mais importante é sempre dizer que a culpa não é da vítima, nós não tivemos culpa nenhuma. O agressor é que tem a culpa toda e isso é muito importante porque eu ainda hoje o digo a mim” e “quando falamos com uma pessoa que foi vítima ou que é vítima ter cuidado com as frases e expressões que nós usamos porque normalmente recorremos ao: “como é que permitiste que isto te aconteça? Como deixaste que isto chegasse até aqui?” e isso não ajuda em nada porque este sentimento de culpa é muitas vezes o que nos obrigava, que nos faz não pedir ajuda e ter medo de dizer o que nos está a acontecer porque na verdade nós nem sabemos muitas vezes como é que chegamos até ali. De repente um dia acordamos e percebemos que algo muito grave aconteceu e nós percebemos que estamos numa situação, mas não sabemos onde é que ela começou porque aquilo é uma teia tal que não dá para perceber onde é o início”.

Considerações Finais

Pretendia-se com a realização desta dissertação intitulada “Conhecer Para Educar Sobre a Violência no Namoro em Contexto Universitário: O Educador Social como mediador na prevenção” contribuir para um maior conhecimento da realidade da violência nas relações de intimidade em contexto universitário, possibilitando uma integração profissional de um Educador Social na operacionalização de estratégias de prevenção deste fenómeno. Após analisarmos os três discursos das vítimas de violência no namoro que participaram neste estudo conseguimos responder à questão-problema definida: “*Quais os fatores protetores que levam a vítima de violência no namoro em contexto universitário a sair da relação abusiva*” através do cumprimento dos objetivos da investigação. Especificamente, no que diz respeito ao primeiro objetivo – *Identificar as tipologias e dinâmicas de perpetuação da violência durante a relação de namoro* – foram encontradas na nossa investigação quatro tipos de violência – a violência verbal, a violência psicológica, a violência física e violência sexual, as primeiras três transversais a todas as histórias de vitimação descritas pelas participantes e a última descrita por apenas uma vítima. Relativamente às dinâmicas de perpetuação da violência, as participantes descreveram o Ciclo de Walker e as suas três fases (aumento de tensão, ataque violento e lua-de-mel) bem como a Roda do Poder e Controlo, desenvolvida em Duluth, Minnesota, por mulheres vítimas de violência doméstica. Nas relações abusivas os agressores podem assumir táticas de poder, dominação, força, controlo, entre outros, bem descritas nas narrativas analisadas.

O segundo objetivo consistia em *Averiguar as crenças associadas à violência no namoro e que estão na base da manutenção da relação abusiva* e no discurso de todas as participantes estava presente a desculpabilização e justificação dos comportamentos violentos, a autculpabilização das vítimas pela violência exercida sobre elas, a aceitação e normalização da violência, na qual as vítimas adaptam-se ao comportamento do parceiro e mesmo reconhecendo o perigo são otimistas e consideram os comportamentos violentos do parceiro passageiros, a crença de que o ciúme e o amor são justificação para a violência. Outro fator que leva a vítima a permanecer na relação é o facto do agressor se desculpabilizar dos seus atos violentos, culpando a vítima ou usando os ciúmes, o amor e o álcool como justificação para esses comportamentos.

O terceiro objetivo pretendia *compreender o processo de tomada de decisão e os fatores de proteção para o terminus da relação e a construção de um projeto de vida afastado da violência* e ficou claro que o que levou as participantes a terminar a relação foi a existência de um evento grave de violência, a violência contra terceiros e a escalada da violência. As participantes não apresentaram nenhuma queixa formal ou denúncia nem procuraram nenhum apoio formal, mas sim o apoio e proteção do seio familiar e na rede de amigos, desenvolvendo um *empowerment* psicológico que assentou na descoberta das suas potencialidades individuais, manifestando comportamentos de autoconfiança, autoestima e na construção crítica das suas atitudes e ações. Quanto à construção de um projeto de vida afastado da violência, constatamos na presente investigação que duas das participantes se encontram numa relação de intimidade saudável, onde a amizade, a comunicação, o companheirismo, o amor, o compromisso e as estratégias positivas de resolução de conflitos são a base da relação. A outra participante, embora afirmando que ainda não se sente preparada para assumir uma nova relação por medo, mantém-se afastada da violência. Após o *terminus* da relação abusiva, as vítimas descrevem-se como mais seguras de si, aprenderam a não tolerar qualquer tipo de comportamento violento e desenvolveram autoconfiança e autoestima.

Em suma e para responder à questão-problema formulada no início desta investigação, afirmamos que os fatores de proteção que levam as vítimas de violência no namoro em contexto universitário a sair da relação abusiva são o bom suporte social e familiar e o *empowerment* psicológico que desenvolveram após a consciencialização da violência de que eram vítimas, através de um evento violento mais grave.

Perante estes resultados, a aposta não pode ser só na intervenção, mas sim na prevenção. A prevenção tem como principal objetivo abordar um determinado problema antes que este ocorra e desta forma, as estratégias desta prevenção no domínio da violência nas relações de intimidade procuram aumentar a consciência sobre o fenómeno e as suas dinâmicas e melhorar as atitudes e crenças dos jovens face à violência, de maneira a mudar positivamente o seu comportamento e torná-los mais autónomos e capazes de se defenderem. (Pinto, 2011). Assim de acordo com Matos et al. (2006) no contexto da violência nas relações de intimidade, a prevenção deverá ser feita, a um nível primário, trabalhando com indivíduos que não tiveram contato com realidades violentas ou experiências de vitimização, mantendo-se nessa condição ou a um nível secundário, sendo operacionalizada com indivíduos em que existe o risco de se tornarem vítimas nas suas relações de intimidade. Mas também pode ser definida

segundo o tipo de população a que se destina: (1) universal – quando dirigida à população em geral, independentemente do nível de risco; (2) seletiva – dirigida a grupos de indivíduos em maior risco do que a população em geral; (3) indicada – destinada à intervenção junto de grupos de alto risco (Pinto, 2011). Considera-se “a violência nas relações de namoro um problema complexo, com fortes raízes socioculturais, multifacetado, de complexa abordagem e de difícil resolução” (Leitão, 2013, p.18), desta forma a Organização das Nações Unidas e a Organização Mundial da Saúde têm dado destaque à prevenção primária, trabalhando com os jovens para os sensibilizar para o problema.

Contudo, continuam a existir poucos esforços concertados para prevenir a violência nas relações de intimidade, havendo ainda um longo caminho pela frente para combater uma problemática que tem consequências biopsicossociais para as suas vítimas e é frequentemente compreendida na literatura como potencial preditora da violência nas relações de conjugalidade (Leitão, 2013).

É importante implementar os programas de prevenção cada vez mais cedo por isso, existem já alguns programas para os 3 ciclos de ensino básico e secundário. Contudo não nos podemos esquecer dos jovens adultos, neste caso, estudantes universitários, uma vez que inicia-se aqui uma nova fase da sua vida, muitas vezes afastados do seu meio familiar e social. É de referir que os programas de prevenção primária que têm sido mais eficazes são os dirigidos a adolescentes e jovens recrutados em ambiente escolar e universitário independentemente do seu grau de exposição a riscos para a violência nas relações de intimidade (Nascimento, 2019).

A escola continua a ser um contexto de socialização fundamental para os jovens relativamente às aprendizagens curriculares e sociais, onde se desenvolve competências como o pensamento crítico, competências sociais e interpessoais, preconceitos e estereótipos. É necessário que a escola, em geral, e o ensino superior, em particular, seja capaz de dar competências aos jovens para que se integrem na sociedade, preparando-os para conseguirem responder aos desafios que ainda irão encontrar ao longo da vida. Os professores têm contato direto, diário e prolongado com os seus alunos e são vistos como pessoas que ajudam a adquirir informação e identificar opções ocupacionais, fornecem apoio social, criam experiências de exploração, moldam as suas conceções de trabalho, ajudam a perceber a importância da escola e transmitem valores de vida (Schultheiss, Palma & Manzi, 2005, citado por Nascimento, 2019). Desta maneira, os professores participam ativamente em

grande parte do dia-a-dia dos jovens e, portanto, podem ter um papel de extrema importância na prevenção e na identificação de casos de violência. Torna-se, assim, essencial refletir sobre a possibilidade de o Educador Social formar estes profissionais, fornecendo-lhes competências para a utilização de dinâmicas direcionadas para a prevenção e sensibilizar as entidades competentes para a implementação destas medidas.

Outro aspeto importante a debater é educação pelos pares na prevenção da violência em relações de intimidade, uma vez que estes têm um papel fundamental na decisão de atitudes e comportamentos e por isso é uma metodologia relevante nos programas de prevenção. Segundo Dias (2006) a educação pelos pares é “um processo que ocorre durante um período de tempo, através do qual indivíduos bem treinados e motivados, desenvolvem atividades educacionais informais ou organizadas” (p.5), e tem o objetivo de “desenvolver o conhecimento, atitudes, crenças e competências nos seus pares” (p.5). A educação pelos pares sustenta-se na teoria da aprendizagem de Bandura, explicada no enquadramento teórico que sustenta esta investigação, uma vez que os jovens se encontram num período de desenvolvimento onde estabelecem padrões de relacionamento interpessoal que persistem ao longo dos tempos (Sá, Ventura & Veríssimo, 2013). Desta forma, considera-se pertinente a educação pelos pares que o Educador Social pode desenvolver e mediar uma vez que é nesta fase que se inicia o namoro e que se constituem os alicerces das relações românticas adultas. Assim, os pares, enquanto confidentes privilegiados para a revelação da vitimização poderão intervir na relação abusiva providenciando conforto e suporte emocional à vítima. Isto porque os jovens devem ser vistos como agentes ativos de mudança, capazes de assimilarem novos conhecimentos, de desconstruírem crenças, mitos e estereótipos de género, de adquirirem competências e de as utilizarem no seu quotidiano, de refletir sobre as consequências dos seus comportamentos, e tomando decisões de mudanças com impacto no seu contexto pessoal e comunitário. Esta prevenção promove a adoção de narrativas e comportamentos que facilitam os pedidos de ajuda e a identificação dos fatores de risco e fatores de proteção, pretendendo-se diminuir os primeiros e potencializar os segundos (Leitão, 2013).

A Educação Social tem como base a Pedagogia Social, vista como uma teoria da ação educativa nos problemas sociais que assenta na educação da sociedade para além do contexto escolar (Pereira, 2016). Os Educadores Sociais têm capacidade para promover mudanças, baseadas em ações no sentido de fornecer aos jovens competências que lhes permitem ter comportamentos sem violência, sensibilizando-os a reconhecerem o controlo e o poder e a

não ver o outro como uma propriedade. A missão da Educação Social recai na análise das interações que um indivíduo faz com o mundo que o rodeia e a Pedagogia Social recai na missão de educar e orientar, através de uma ação educativa, pois esta deve guiar e orientar a sociedade (Pereira, 2016). Ora as ferramentas capacitadoras de resposta às problemáticas que surgem da violência, da pobreza e das exclusões sociais são a mais-valia que a Educação Social traz ao indivíduo, sendo um veículo para essa capacidade transformadora. Desta forma, entendemos por Educação Social o contributo ao desenvolvimento social do indivíduo, a fim de que viva eticamente os aspetos sociais da sua vida, não só a nível interpessoal como também a nível comunitário, cívico e político. Desta forma, o papel do Educador Social deverá ter em conta a união da prática socioeducativa em articulação com a sua base, a Pedagogia Social, ou seja, averbar à sociedade o papel de ser o sujeito do acontecimento socioeducativo (Martins, 2013). Especificamente, o Educador Social promove um trabalho de competências sociais, pessoais e profissionais da comunidade na qual se insere, promove a mudança social e comportamental através do fortalecimento das competências de cada pessoa e visa, através do *empowerment*, trabalhar e criar autonomia com a finalidade de capacitar e enriquecer cada indivíduo. Por este motivo, o Educador Social pode e deve implementar programas de intervenção que vão de encontro com a necessidade urgente em adotar metodologias que sejam eficazes para a compreensão do fenómeno de violência nas relações de intimidade por parte da população em geral e da comunidade universitária, em particular, e que promovam a clarificação e a desconstrução de crenças/mitos e estereótipos de género nos jovens. Já que nas palavras de Guerreiro et al. (2015) “os programas nacionais e internacionais de prevenção primária da violência no namoro em contexto escolar, têm demonstrado elevada eficácia em todos/as os/as jovens envolvidos/as” (p.23).

Relativamente aos programas de prevenção, Nascimento (2019) refere que os programas de prevenção devem: (1) atuar nos vários domínios sociais do indivíduo (e.g: família, grupo de pares, escola e comunidade); (2) reconhecer o impacto social e do contexto no desenvolvimento dos jovens; (3) agregar fatores de risco e fatores de proteção e não optar apenas por uma destas dimensões na intervenção, pois os fatores de proteção moderam os efeitos negativos dos fatores de risco. A maioria dos programas de prevenção procuram atuar ao nível da promoção de fatores de proteção ou na diminuição de fatores de risco, pelo que alguns focam-se em aumentar o conhecimento dos jovens acerca dos efeitos prejudiciais da violência íntima e procuram modificar atitudes que legitimam e promovem a violência e

outros centram-se na divulgação de informação acerca de relações saudáveis e ensino de competências de resolução de conflitos (Pereira, 2016). No entanto, os programas com um maior enfoque nos fatores de proteção são mais eficazes do que os programas que se centram apenas nos fatores de risco, pelo que é importante conhecê-los e por esse motivo foram descritos no enquadramento teórico: *Skills for Violence-Free Relationships Project*, *Safe Dates* e *The Fourth R* (Caridade, Saavedra & Machado, 2012). Em Portugal, para além das ações de sensibilização desenvolvidas por diversas instituições e associações de apoio às vítimas, salientam-se também as seguintes intervenções: APAV 4D, o (O)Usar & ser Laço Branco (Pinto, 2011; Sá, Ventura & Veríssimo, 2013) e o UNI+ Programa de Prevenção da Violência no Namoro em Contexto Universitário. O programa APAV 4D resulta de uma adaptação e tradução do *Fourth R* pela Associação Portuguesa de Apoio à Vítima em conjunto com a Universidade do Minho (Pinto, 2011). Trata-se de um programa de prevenção universal e curricular que procura prevenir o envolvimento em comportamentos de risco e promover comportamentos saudáveis entre os jovens. As dimensões centrais desta intervenção são a violência nas relações de intimidade e entre pares, comportamentos sexuais de risco, consumo e abuso de substâncias e questões de género. O mesmo prevê dois níveis de avaliação, sendo que o primeiro pretende identificar mudanças ao nível do conhecimento, atitudes e intenção de comportamento dos jovens e o segundo nível visa uma avaliação comportamental e ao vivo da aquisição de competências por parte dos participantes.

O programa (O)Usar & Ser Laço Branco foi desenvolvido pela Escola Superior de Enfermagem de Coimbra em conjunto com outras instituições e procura informar, sensibilizar e educar jovens estudantes do ensino secundário e superior através dos seus pares, para prevenirem e combaterem a violência nas relações de intimidade. Após a sensibilização dos estudantes é desenvolvido um processo de formação de oitenta voluntários, capacitando-os para serem educadores dos seus pares, através de intervenções formais e informais. Numa segunda fase, os pares educadores desenvolvem um trabalho de sensibilização e formação de outros pares educadores em escolas secundárias e superior. Baseado na educação por pares, este projeto contempla uma componente avaliativa, recorrendo a indicadores como escalas e inquéritos de satisfação (Sá, Ventura & Veríssimo, 2013).

O UNI+ Programa de Prevenção da Violência no Namoro em Contexto Universitário foi promovido pela Associação Plano I e financiado pela Secretaria de Estado para a Cidadania e Igualdade tendo como objetivo geral a prevenção da violência no âmbito das

relações íntimas juvenis, favorecendo uma tolerância zero à violência nas relações de intimidade em contexto universitário através do desenvolvimento das seguintes atividades: (1) formação e sensibilização de toda a comunidade acadêmica – organização de atividades científicas, pedagógicas e culturais e produção e divulgação de materiais/produtos científicos, pedagógicos e culturais; (2) gabinete de apoio a vítimas de violência no namoro, para prestação de apoio psicológico e social a vítimas e familiares, contando com a articulação com instituições e serviços para o encaminhamento de casos de violência e criação de informação sobre o fenómeno; (3) observatório da violência no namoro, para realização de um levantamento nacional de situações de violência no namoro vividas ou testemunhadas e divulgação anual dos resultados, elaboração de recomendações com vista à prevenção e ao combate à violência no namoro e à formação de públicos estratégicos no sentido de estimular a reflexão política, académica, profissional e social sobre o fenómeno; (4) estudo nacional da violência no namoro: crenças e práticas – que visa caracterizar este problema social a partir da ótica dos estudantes universitários, independentemente de terem sido vítimas ou não deste crime (Ferreira, Abreu & Neves, 2019).

Apesar de atualmente existirem estes programas de prevenção da violência nas relações de intimidade aplicadas em contexto escolar/universitário, existem também limitações que afectam a sua eficácia (Pinto, 2011). A maior limitação destes programas é a relativa ausência de avaliação dos efeitos que os mesmos têm na mudança de atitudes e comportamentos e muitas vezes as descrições acerca dos programas focam-se apenas nos seus resultados, negligenciando o processo de implementação, incluindo a sua monitorização, duração e estratégias utilizadas. Assim, para além dos resultados obtidos, é fundamental explicar o quê e como foi colocado em prática o programa, fornecendo informação relevante para a replicação dos programas em contextos diferentes do original. Contudo a prevenção da violência nos relacionamentos de intimidade tem alguns aspectos que dificultam a avaliação dos programas desenvolvidos. Por um lado, este tipo de problemáticas, pouco aceites pela sociedade e muitas vezes omitida, dificulta a avaliação dos comportamentos envolvidos, pelo que com os resultados obtidos através de medidas de autorrelato não conseguimos verificar a avaliação da mudança, devendo estes resultados serem encarados como estimativas. Por outro lado, é fundamental que a avaliação dos programas comece a considerar a inclusão de grupos de controlo, seleção aleatória e *follow-ups* mais adequados, já que as diferenças observadas muitas vezes entre os resultados de pré-testes e pós-testes se devem a mudanças de

desenvolvimento e não propriamente aos efeitos da intervenção (Pinto, 2011). A brevidade da maioria das intervenções é outra das limitações apontadas a estes programas, assim sugere-se que estes possuam um maior período de intervenção, já que a duração de algumas destas intervenções não permite averiguar com exatidão o nível de aprendizagem dos conhecimentos e competências trabalhadas, sendo recomendável que estes programas passem a possuir uma maior duração e maior integração nos currículos escolares (Matos et al., 2006). Outras limitações metodológicas, tal como a não integração de modelos teóricos no desenvolvimento dos programas ou a ausência de medidas psicométricas adequadas para determinar o seu impacto, têm também vindo a ser apontadas, dificultando o alcance de resultados conclusivos acerca da eficácia destes programas de prevenção.

Um programa composto simplesmente por uma componente educativa ou informativa acerca da problemática não conduz necessariamente a mudanças de atitudes, do mesmo modo que a mudança de atitudes não permite concluir que ocorrerá uma mudança comportamental (Caridade, Saavedra & Machado, 2012). Neste sentido, o Educador Social deve implementar programas de prevenção com um conjunto variado de técnicas, incluindo técnicas de resolução de conflitos, o treino de competências sociais e de vida, campanhas de educação e situações de *role-play*, respondendo assim às necessidades de uma abordagem multifatorial (Matos et al., 2006).

Salienta-se ainda que o Educador Social deve desenvolver ou replicar programas de prevenção primária aplicados em contexto universitário, tendo em atenção as limitações anteriormente descritas. No entanto, antes de desenvolver o programa é necessário conhecer mais em profundidade as tipologias e dinâmicas de perpetuação da violência, as crenças que legitimam e contribuem para manter as relações abusivas e os fatores de proteção que levam as vítimas terminar a relação abusiva e a elaborar um projeto de vida afastado da violência porque é preciso “Conhecer Para Educar Sobre a Violência no Namoro em Contexto Universitário”.

Ainda que muitos dos resultados aqui apresentados resultem de um estudo de caso múltiplo cujo método oferece poucas bases para uma generalização científica, pretende-se que esta investigação seja importante para uma maior compreensão deste fenómeno por parte da comunidade científica, em geral, e dos futuros Educadores Sociais, em particular e que norteie a futura investigação e disseminação da prevenção primária em contexto universitário.

Bibliografia

- Afonso, J. (2010). “(...) *Mais gosto de ti*”??? *Diferenças entre homens e mulheres nas crenças e comportamentos sobre violência conjugal* [Dissertação de mestrado não publicada]. Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias.
- Albuquerque, A. (2018). *Namoros marcados por violência: Uma análise social* [Dissertação de mestrado, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação]. Repositório Científico da Universidade de Coimbra. <http://hdl.handle.net/10316/85624>
- Almeida, C. (2008). *Violência doméstica: Que políticas? O impacto das políticas sociais no combate à violência doméstica no concelho de Montemor-o-Velho* [Dissertação de mestrado, Faculdade de Economia]. Repositório Científico da Universidade de Coimbra. <http://hdl.handle.net/10316/8970>
- Amado, J. (2000). A técnica de análise de conteúdo. *Revista Referência*, 5, 53-63.
- Amado, J. (2017). *Manual de Investigação qualitativa em educação* (3.^a ed.) Imprensa da Universidade de Coimbra. <https://doi.org/10.14195/978-989-26-1390-1>
- Anderson, D. & Saunders, D. (2003). Leaving an abusive partner na empirical review of predictors, the processo of leaving and Psychological Well-Being. *Trauma, Violence, & Abuse*, 4 (2), 163-191. <https://doi.org/10.1177/1524838002250769>
- Andrade, A. & Egert, C. (2017). Estratégias de Resolução de Conflito Romântico: Desenvolvimento de Medida e Predição. *Psicologia do desenvolvimento*, 18 (3), 850-872.
- Antunes, O. (2016). *Violência nos relacionamentos íntimos em estudantes universitários* [Dissertação de mestrado, Escola de Psicologia e Ciências da Vida]. Repositório Científico Lusófono. <https://recil.grupolusofona.pt/handle/10437/7152>
- Araújo, H. (2013). *Violência nas relações de namoro: das motivações inerentes ao comportamento abusivo* [Dissertação de mestrado, Faculdade de Ciências Humanas e Sociais]. Repositório Institucional da Universidade Fernando Pessoa. <http://hdl.handle.net/10284/3934>

- Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (2010). *Manual alcipe: Para o atendimento de mulheres vítimas de violência* (2.^a ed.) APAV.
- Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (2011). *Manual crianças e jovens vítimas de violência: compreender, intervir e prevenir* (2.^a ed.). APAV.
- Azevedo, S & Correia, D (2020). A (in)certeza das alomorfias socioeducativas. *Laplage em Revista*, 6 (3), 17-26.
- Azevedo, S. & Correia, F. (2013). A Educação Social em Portugal: evolução da identidade profissional. *Res Revista de Educación Social*, 7, 1-12.
- Bandura, A., Azzi, R., & Polydoro, S. (2008). A evolução da teoria social cognitiva. In Bandura (Ed.), *Teoria Social Cognitiva: Conceitos básicos* (pp. 15-41). Porto Alegre: Artmed.
- Bardin, L. (1977). *Análise de Conteúdo*. Edições 70.
- Bardin, L. (2011). *Análise de conteúdo*. Edições 70.
- Benito, P. (2018). “*Quanto mais me bates menos gosto de mim*” – A violência conjugal e a vinculação, os esquemas desadaptativos precoces, a ansiedade e a depressão [Dissertação de mestrado, Instituto Universitário de Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida]. Repositório do Instituto Universitário de Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida. <http://hdl.handle.net/10400.12/6715>
- Bertoldo, R. & Bárbara, A. (2006). Representação social do namoro: a intimidade na visão dos jovens. *Psico-USF*, 2, 229-237. <https://doi.org/10.1590/S1413-82712006000200011>
- Bogdan, R. & Biklen, S. (1994). *Investigação qualitativa em educação: uma introdução à teoria e aos métodos*. Porto Editora.
- Bolze, S. (2016). *Táticas de resolução de conflitos conjugais e parentais: uma perspetiva da transmissão intergeracional* [Dissertação de doutoramento, Universidade Federal de Santa Catarina]. Repositório Institucional da Universidade Federal de Santa Catarina. <https://repositorio.ufsc.br/xmlui/handle/123456789/177760>

- Caldeia, C. (2012). *Perfil Psicopatológico de Agressores Conjugais e Fatores de Risco* [Dissertação de mestrado, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas]. Repositório Digital da Universidade da Beira Interior. <http://hdl.handle.net/10400.6/3891>
- Campos, C. (2004). Método de análise de conteúdo: ferramenta para a análise de dados qualitativos no campo da saúde. *Revista Bras Enferm*, 57 (5), 611-614. <https://doi.org/10.1590/S0034-71672004000500019>
- Canastra, F. & Malheiro, M. (2009). *O papel do educador social no quadro das novas mediações socioeducativas*. In Atas do X Congresso Internacional Galego-Português de Psicopedagogia, Universidade do Minho, Braga (pp. 2024-2033).
- Caregnato, R. & Mutti, R. (2006). Pesquisa qualitativa: análise de discurso versus análise de conteúdo. *Texto contexto enferm*, 15, (4), 679-684. <https://doi.org/10.1590/S0104-07072006000400017>
- Caridade, S & Braga, T. (2019). Versão portuguesa do Cyber Dating Abuse Questionnaire (CDAQ) – Questionário sobre Ciberabuso no Namoro (CibAN): Adaptação e propriedades psicométricas. *Análise Psicológica*, 37 (1), 93-105. <http://dx.doi.org/10.14417/ap.1543>
- Caridade, S & Machado, C. (2006). Violência na intimidade juvenil: Da vitimação à perpetração. *Análise Psicológica*, 24 (4), 485-493. <http://dx.doi.org/10.14417/ap.541>
- Caridade, S & Machado, C. (2013). *Violência nas relações juvenis de intimidade: uma revisão da teoria, da investigação e da prática*. *Psicologia*, 27 (1), 91-113. <http://dx.doi.org/10.17575/rpsicol.v27i1.244>
- Caridade, S. (2011). *Vivências Íntimas Violentas, Uma Abordagem Científica*. Edições Almedina. <http://hdl.handle.net/10284/8038>
- Caridade, S., Saavedra, R., & Machado, C. (2012). Práticas de prevenção da violência nas relações de intimidade juvenil: Orientações gerais. *Análise Psicológica*, 30 (1), 131-142. http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0870-82312012000100011

- Carlomagno, M. & Rocha, L. (2016). Como criar e classificar categorias para fazer análise de conteúdo: uma questão metodológica. *Revista eletrônica de Ciência Política*, 7 (1), 173-188. <http://dx.doi.org/10.5380/recp.v7i1.45771>
- Carvalho, C. (2011). *Cyberstalking: Prevalência na população universitária da Universidade do Minho* [Dissertação de mestrado, Escola de Psicologia]. Repositório da Universidade do Minho. <http://hdl.handle.net/1822/18638>
- Casique, C. L. & Furegato, A. R. F. (2006). Violência contra mulheres: reflexões teóricas. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 14 (6), 137-144. http://www.scielo.br/pdf/rlae/v14n6/pt_v14n6a18.pdf
- Correia, A. (2018). *Implicações da exposição à violência interpaparental nas crianças* [Dissertação de mestrado, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas]. Repositório Institucional da Universidade Fernando Pessoa. <http://hdl.handle.net/10284/7086>
- Costa, C., Cenci, C. & Mosmann, C. (2016). Conflito Conjugal e Estratégias de Resolução: Uma Revisão Sistemática da Literatura. *Temas de Psicologia*, 24 (1), 325-338. <http://dx.doi.org/10.9788/TP2016.1-22>
- Couto, J. (2013). *Crenças, distorções cognitivas e violência em relações de namoro* [Dissertação de mestrado Instituto Superior de Ciências da Saúde Egas Moniz]. Repositório Comum. <http://hdl.handle.net/10400.26/6245>
- Decreto-Lei n.º 107/99, de 3 de Agosto. *Diário da República*, 1.ª série – N.º 179.
- Decreto-Lei n.º 112/2009, de 16 de Setembro. *Diário da República*, 1.ª série – N.º 180.
- Decreto-Lei n.º 19/2013, de 21 de Fevereiro. *Diário da República*, 1.ª série – N.º 37.
- Decreto-Lei n.º 24/2017, de 24 de Maio. *Diário da República*, 1.ª série – N.º 100.
- Decreto-Lei n.º 61/91, de 13 de Agosto. *Diário da República*, 1.ª série – N.º 185.
- Decreto-Lei n.º 7/2000, de 27 de Maio. *Diário da República*, 1ª série – N.º 180.
- Decreto-Lei n.º 130/2015, de 04 de Setembro. *Diário da República*, 1.ª série – N.º 173.

- Dixe, M., Rodrigues, A., Freire, C., Rodrigues, G., Fernandes M. & Dias, T. (2010). *A violência de género na relação de namoro em estudantes do ensino superior: Práticas e comportamentos de violência*. Instituto Politécnico de Leiria: Escola Superior de Saúde. <http://hdl.handle.net/10400.8/334>
- Duarte, C. (2019). *Violência no Namoro: Taxa de incidência em estudantes universitários* [Dissertação de mestrado, Faculdade de Ciências Humanas e Sociais]. Repositório Institucional da Universidade Fernando Pessoa. <http://hdl.handle.net/10284/8315>
- Duarte, J. (2010). Entrevista em Profundidade. In: D. Barros. *Métodos e Técnicas de Pesquisa em Comunicação* (2ª ed.) Atlas.
- Duarte, R. (2004). Entrevistas em pesquisas qualitativas. *Educar*, 24, 213-225. <http://doi.org/10.1590/0104-4060.357>
- Eliseu, E. d. J., & Cascaes, N. (2017). A importância da comunicação no relacionamento amoroso. *Psicologia-Tubarão*, 1, 1-28.
- Faias, J., Caridade, S., & Cardoso, J. (2016). Exposição à violência familiar e abuso íntimo em jovens: que relação?. *Psychologica*, 59 (1), 7-23. https://doi.org/10.14195/1647-8606_59_1_1
- Fernandes, A. (2013). *Programas de sensibilização de violência no namoro: impacto nos jovens* [Dissertação de mestrado, Instituto Universitário de Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida]. Repositório do Instituto Universitário de Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida. <http://hdl.handle.net/10400.12/2580>
- Fernandes, F. (2002). *A mulher vítima de violência conjugal* [Dissertação de mestrado não publicada]. Universidade do Porto
- Ferreira, M. (2011). *A violência no namoro: estudo exploratório de caracterização das reações dos adolescentes face à violência* [Dissertação de mestrado, Escola de Psicologia]. Repositório da Universidade do Minho. <http://hdl.handle.net/1822/18651>
- Ferreira, M., Abreu, A., & Neves, S. (2019). *Guião para a prevenção da violência no namoro em contexto universitário*. Associação Plano I. <https://www.cig.gov.pt/wp->

content/uploads/2019/09/Preven%C3%A7%C3%A3o-da-viol%C3%Aancia-no-namoro-em-contexto-univers.pdf

- Ferreira, P. (2014). *A relação entre a qualidade da vinculação e o desenvolvimento emocional de crianças em idade pré-escolar* [Dissertação de mestrado, Instituto Universitário de Ciências Psicológicas, sociais e da vida]. Repositório do Instituto Universitário de Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida. <http://hdl.handle.net/10400.12/3319>
- Flash, R. & Deslandes, S. (2017). Abuso digital nos relacionamentos afetivos-sexuais: uma análise bibliográfica. *Cadernos de Saúde Pública*, 33 (7), 2-19. <http://dx.doi.org/10.1590/0102-311X00138516>
- Fontana, A. & Frey, J. (1994). Interviewing: the art of science. In Denzin, N. & Lincoln, Y. *Handbook of qualitative research* (pp. 361-376). Sage.
- Fontana, A. & Frey, J. (1994). Interviewing: the art of science. In Denzin, N. & Lincoln, Y. *Handbook of qualitative research* (pp. 361-376). Sage.
- Fontana, A. & Frey, J. (1994). Interviewing: the art of science. In Denzin, N. & Lincoln, Y. *Handbook of qualitative research* (pp. 361-376). Sage.
- Fortin, M. (1999). *O processo de investigação: da concepção à realização* (3.^a ed.). Loures: Lusociência.
- Fraser, M & Gondim, S. (2004). Da fala do outro ao texto negociado: Discussões sobre a entrevista na pesquisa qualitativa. *Paidéia*, 14 (28), 139-152. <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-863X2004000200004>
- Freiras, W & Jabbour, C. (2011). Utilizando estudo de caso (s) como estratégia de pesquisa qualitativa: Boas práticas e sugestões. *Estudo & Debate*, 18, 07-22.
- Gama, A., Veríssimo A. & Tomás, C. (2017). Violência no namoro na escola superior de educação de Lisboa. *Ex aequo*, 36, 77-98. <https://doi.org/10.22355/exaequo.2017.36.05>
- Gil, A. (2002). *Como Elaborar Projetos de Pesquisa* (4.^a ed.). Atlas S.A.

- Guerreiro, A., Pontedeira, C., Sousa, R., Magalhães, M., Oliveira, E. & Ribeiro, P. (2015). *Intimidade e violência no namoro: refletir a problemática nos/as jovens*. Universidade do Porto. <https://hdl.handle.net/10216/78885>
- Hurley, L. & Reese-Weber, M. (2012). Conflict Strategies and Intimacy: Variations by Romantic Relationship Development and Gender. *Interpersona*, 6 (2), <https://doi.org/10.5964/ijpr.v6i2.101>
- Krug, E., Dahlberg, L., Mercy, J., Zwi, A & Lozano, R. (2002). *Relatório mundial sobre violência e saúde*. Organização Mundial de Saúde, Genebra.
- Leitão, M. (2013). Violência nas Relações de Intimidade. In M. Leitão, M. Fernandes, J. Fabião, M. Alegre de S, C. Veríssimo & M. Dixe (Coords.). *Prevenir a Violência no Namoro - n (amor) o (im) perfeito - Fazer diferente para fazer a diferença* (pp. 23-42). UICISA-E. <http://repositorio.esenfc.pt/?url=FomVxl>
- Lobler, M., Lehnhart, E. & Avelino, A. (2014, 13-17 de setembro). *Como estão sendo conduzidos os estudos de caso? Uma reflexão sobre os trabalhos publicados na área de administração* [Comunicação oral]. XXXVIII Encontro da ANPAD, Rio de Janeiro, Brasil.
- Lopes, N. (2015). *Violência Doméstica e Meios de Controlo à Distância* [Dissertação de mestrado, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas]. Repositório Digital da Universidade da Beira Interior. <http://hdl.handle.net/10400.6/5978>
- Machado, C. & Gonçalves, R. A. (2003). *Violência e Vítimas de Crimes*. Quarteto.
- Machado, S. (2016). *Representações sociais da violência entre parceiros íntimos e atitudes perante os papéis de género numa amostra de estudantes do ensino superior* [Dissertação de mestrado, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação]. Repositório Científico da Universidade de Coimbra. <http://hdl.handle.net/10316/35416>
- Magalhães, M (coord.). (2017). *Violência no Namoro: Resultados Nacionais apontam a gravidade do problema*. UMAR. http://www.umarfeminismos.org/images/stories/noticias/Relatorio_de_Imprensa_Final.pdf

- Magalhães, M (coord). (2019). *Estudo Nacional sobre a Violência no Namoro*. UMAR. http://www.umarfeminismos.org/images/stories/noticias/Estudo_Nacional_VN_2019_da_UMAR.pdf
- Manita, C. (coord.), Ribeiro, C. & Peixoto, C. (2009). *Violência Doméstica: Compreender para Intervir, Guia de Boas Práticas para Profissionais de Saúde*. Comissão para a Cidadania e Igualdade de Género, Presidência do Conselho de Ministros. https://www.researchgate.net/publication/279920584_Violencia_Domestica_Compreender_para_Intervir_-_guia_de_boas_praticas_para_profissionais_de_instituicoes_de_apoio_a_vitimas
- Manzini, E. (2008). Considerações sobre a transcrição de entrevistas. In: M. Marquezini; M. Marconi & E. Lakatos (2010). *Técnicas de Pesquisa: planejamento e execução de pesquisas. Amostras e técnicas de pesquisa. Elaboração, análise e interpretação de dados* (7.ª ed). Atlas
- Marques, M. (2016). *Violência no namoro em estudantes universitários portugueses* [Dissertação de mestrado, Faculdade de Ciências da Saúde]. Repositório Digital da Universidade da Beira Interior. <http://hdl.handle.net/10400.6/5311>
- Martins, E. (2013). A Pedagogia social/ Educação social nos meandros da comunidade e da escola. *Educareducere, 1*, 5-24. <http://hdl.handle.net/10400.11/2654>
- Martins, S. (2012). *Vitimização e perpetração sexual em jovens adultos: da caracterização da prevalência às atitudes* [Dissertação de doutoramento, Escola de Psicologia]. Repositório da Universidade do Minho. <http://hdl.handle.net/1822/24405>
- Martins, V. (2006). *Avaliação do valor educativo de um software de elaboração de partituras: um estudo de caso com programa Finale no 1º ciclo* [Dissertação de mestrado, Faculdade de Educação e Psicologia]. Repositório da Universidade do Minho. <http://hdl.handle.net/1822/6326>
- Mateus, M. (2012). O educador social na construção de pontes socioeducativas contextualizadas. *EDUSER: revista de educação, 4 (1)*, 60-71. <http://hdl.handle.net/10198/7726>

- Matos, M. (2006). *Violência nas relações de intimidade: Estudo sobre as mudanças psicoterapêuticas na mulher* [Dissertação de mestrado, Instituto de Educação e Psicologia]. Repositório da Universidade do Minho. <http://hdl.handle.net/1822/5735>
- Matos, M., Grangeia, H., Ferreira, C., & Azevedo, V. (2011). *Inquérito de Vitimação por Stalking: Relatório de Investigação*. Universidade do Minho. <http://hdl.handle.net/10400.24/201>
- Matos, M., Machado, C., Caridade, S & Silva, M. (2006). Prevenção da violência nas relações de namoro: intervenção com jovens em contexto escolar. *Psicologia: Teoria e Prática*, 8 (1), 55-75. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-36872006000100005
- Mazzotti, A. (2006). Usos e abusos dos estudos de caso. *Cadernos de Pesquisa*, 36 (129), 637-651. <https://doi.org/10.1590/S0100-15742006000300007>.
- Meirinhos, M. & Osório, A. (2010). O estudo de caso como estratégia de investigação em educação. *Eduser: revista de educação*, 2 (2), 49-65. <http://hdl.handle.net/10198/3961>.
- Mendes, J., Duarte, M., Araújo, P., & Lopes, R. (2013). Violência e relações de intimidade no ensino superior em Portugal: Representações e práticas. *Teoria & Sociedade*, 21.2, 87-112. <http://hdl.handle.net/10316/36367>
- Mônego, B. & Teodoro, M. (2011). A Teoria Triangular do Amor de Sternberg e o Modelo dos Cinco Grandes Factores. *Psico-USF*, 16(1), 97-105. <https://doi.org/10.1590/S1413-82712011000100011>
- Montagner, H. (1994). *A vinculação: a aurora da ternura*. (1.^a ed.). Instituto Piaget.
- Monteiro, A. (2015). *Avaliar Atitudes para Prevenir Comportamentos: As Atitudes dos Jovens Universitários acerca da Violência no Namoro* [Dissertação de mestrado, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação]. Repositório Aberto da Universidade do Porto. <https://hdl.handle.net/10216/83267>
- Moraes, R. (1999). Análise de conteúdo. *Revista Educação*, 22 (37), 7-32.
- Morais, C. (2013). *Investigação: Do problema aos resultados*. Instituto Politécnico de Bragança.

- Morais, L. (2015). *A Natureza do Amor Romântico* [Dissertação de mestrado, Escola de Psicologia e Ciências da Vida]. Repositório Científico Lusófona. <https://recil.grupolusofona.pt/handle/10437/7222>
- Morais, M. & Rodrigues, T. (2016). Empoderamento feminino como rompimento do ciclo de violência doméstica. *Revista de Ciências Humanas*, 16 (1), 89-103. <https://periodicos.ufv.br/RCH/article/view/1771>
- Mota, S. (2018). *Vinculação Parental e Vinculação Amorosa: Um estudo com Jovens Adultos* [Dissertação de mestrado, Instituto Universitário Ciências, Psicológicas, Sociais e da Vida]. Repositório do Instituto Universitário Ciências, Psicológicas, Sociais e da Vida. <http://hdl.handle.net/10400.12/6771>
- Nardi, S. C. S. & Benetti, S. P. C. (2012). Violência conjugal: estudo das características das relações objetais em homens agressores. *Boletim de Psicologia*, 62 (136), 53-66. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0006-59432012000100006&lng=pt&nrm=iso
- Nascimento, M. (2019). *Violência nas relações de namoro: prevenção em contexto escolar* [Dissertação de mestrado não publicada]. Escola Superior de Educação de Paula Frassinetti.
- Neves, S. & Nogueira, C. (2004). Terapias feministas, intervenção psicológica e violências na intimidade: uma leitura feminista crítica. *Psychologia*, 36, 15-32.
- Oliveira, J. (2011). *Violência no Namoro: Adaptação de um Programa de Prevenção em Jovens Universitárias* [Dissertação de mestrado, Universidade da Beira Interior]. Repositório Digital da Universidade da Beira Interior. <http://hdl.handle.net/10400.6/2728>
- Oliveira, K., Almeida, K. & Barbosa, T. (2012). *Amostragem probabilística e não probabilística: técnicas e aplicações na determinação de amostras*. Universidade Federal do Espírito Santo.
- Oliveira, M. & Sani, A. (2005). Comportamentos dos jovens Universitários face à violência nas relações amorosas. In B. Silva & Almeida, L (Eds), *Atas do VIII Congresso*

- Galaico-Português de Psicopedagogia* (pp.1061-1074). Centro de Investigação em Educação.
- Oliveira, M. (2004). *Comportamentos dos jovens universitários face à violência nas relações amorosas* [Dissertação de mestrado, Faculdade de Ciências Humanas e Sociais]. Repositório Institucional da Universidade Fernando Pessoa. <http://hdl.handle.net/10284/7563>
- Oliveira, S. (2016). *Violência no namoro: Crenças sobre violência e empowerment em estudantes universitários* [Dissertação de mestrado, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas]. Repositório Digital da Universidade da Beira Interior. <http://hdl.handle.net/10400.6/5787>
- Ortega, I., Echeburúa, E & Corral, P. (2008). Variables significativas en las relaciones violentas en parejas jóvenes: Una revisión. *Behavioral Psychology/ Psicología Conductual*, 16 (2), 207-225.
- Otzen, S. & Manterola, C. (2017). Técnicas de muestreo sobre una población a estudio. *Int. J. Morphol*, 35 (1), 227-232. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>.
- Paviani, J. (2016). Conceitos e formas de violência. In M. R. Modena (Ed.), *Conceitos e formas de violência* (pp.8-20). Universidade de Caxias do Sul.
- Pedroso, T. (2014). *A personalidade e a vinculação enquanto factores influentes na violência no namoro – estudo com jovens adultos* [Dissertação de mestrado, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação]. Repositório Científico da Universidade de Coimbra. <http://hdl.handle.net/10316/26758>
- Pereira, C. (2018). *Retrato do ofensor de violência conjugal na perspectiva da vítima* [Dissertação de mestrado, Faculdade de Ciências Humanas e Sociais]. Repositório Institucional da Universidade Fernando Pessoa. <http://hdl.handle.net/10284/6863>
- Pereira, J. (2014). *Dificuldades de regulação emocional e estratégias de resolução de conflitos com indivíduos num relacionamento íntimo* [Dissertação de mestrado, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação]. Repositório Aberto da Universidade do Porto. <https://hdl.handle.net/10216/79356>

- Pereira, M. (2016). *A educação social e a violência doméstica: estudo exploratório na associação portuguesa de apoio à vítima* [Dissertação de mestrado, Escola Superior de Educação e Comunicação]. Repositório da Universidade do Algarve. <http://hdl.handle.net/10400.1/9987>
- Pimentel, I & Tamzali, W. (2014). As mulheres na história e nas histórias. *Faces de Eva*, 32, 125-132. http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_isoref&pid=S0874-68852014000200010&lng=pt&tlng=pt
- Pinto, M. (2018). *Permanecer, Abandonar ou Retomar à Relação Abusiva* [Dissertação de mestrado, Faculdade de Direito]. Repositório Aberto da Universidade do Porto. <https://hdl.handle.net/10216/117304>
- Pinto, T. (2011). *Concepção de um Programa de Prevenção da Violência nas Relações de Intimidade Juvenis em Contexto Escolar* [Dissertação de mestrado, Instituto Universitário de Lisboa]. Repositório do Instituto Universitário de Lisboa. <http://hdl.handle.net/10071/4546>
- Ramires, V & Schneider, M. (2010). Revisitando alguns conceitos da teoria do apego: comportamento versus representação. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 26 (1), 25-33. <https://doi.org/10.1590/S0102-37722010000100004>
- Ribeiro, E. A. (2008). A perspectiva da entrevista na investigação qualitativa. *Evidência, Araxá*, 4, 129-148.
- Ribeiro, I. (2016). *“Mostra-me amor”*: Estilos de vinculação e esquemas desadaptativos precoces na violência no namoro adulto [Dissertação de mestrado, Instituto Universitário de Ciências, Psicológicas, Sociais e da Vida] Repositório do Instituto Universitário Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida. <http://hdl.handle.net/10400.12/5318>
- Ribeiro, M. C.O & Sani, A.I. (2009). Risco, proteção e resiliência em situações de violência, *Revista da Faculdade de Ciências da Saúde*, 6, 400-69.

- Ribeiro, P. (2013). *A dimensão juspsicológica da violência no namoro: um estudo* [Dissertação de mestrado, Escola de Psicologia e Ciências da Vida]. Repositório Científico Lusófono. <https://recil.grupolusofona.pt/handle/10437/6016>
- Ricardo, R. (2013). *A(s) Realidade(s) do Educador Social no Algarve* [Dissertação de mestrado, Escola de Psicologia e Ciências da Vida]. Repositório Científico Lusófono. <https://recil.grupolusofona.pt/handle/10437/6016>
- Sá, M., Ventura, M. & Veríssimo, C. (2013). Intervenções de Prevenção Primária da Violência no Namoro. In M. Leitão, M. Fernandes, J. Fabião, M. Alegre de S, C. Veríssimo & M. Dixe (Coords.). *Prevenir a Violência no Namoro - n (amor) o (im) perfeito - Fazer diferente para fazer a diferença* (pp. 23-42). UICISA-E. <http://repositorio.esenfc.pt/?url=FomVxl>
- Saavedra, R. & Machado, C. (2012). Violência nas relações de namoro entre adolescentes: Avaliação do impacto de um programa de sensibilização e informação em contexto escolar. *Análise Psicológica*, 30 (1-2), 109-130. http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0870-82312012000100010
- Saavedra, R. (2010). *Prevenir antes de remediar: Prevenção da violência nos relacionamentos íntimos juvenis* [Dissertação de doutoramento, Universidade do Minho]. Repositório da Universidade do Minho. <http://hdl.handle.net/1822/14248>
- Saavedra, R., Martins, C., & Machado, C. (2013). Relacionamentos íntimos juvenis: Programa para a prevenção da violência. *Psicologia*, 27, 115-132. http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0874-20492013000100007
- Sani, A. (2004). *As crenças, o discurso e a ação: As construções de crianças expostas à violência interparental* [Dissertação de doutoramento, Instituto de Educação e Psicologia]. Repositório da Universidade do Minho. <http://hdl.handle.net/1822/6958>
- Santos, A. (2019). *A Influência do Amor na Violência no Namoro em Estudantes do Ensino Superior* [Dissertação de mestrado, Escola Superior de Educação]. Repositório Científico do Instituto Politécnico de Lisboa. <http://hdl.handle.net/10400.21/9901>

- Santos, E. (2015). *Intervenção Social na Violência no Namoro: Estratégias de Prevenção* [Dissertação de mestrado, Faculdade de Ciências Sociais, Educação e Administração da Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias]. Repositório Científico Lusófona. <https://recil.grupolusofona.pt/handle/10437/6824>
- Santos, G. & Dias, J. (2015). Teoria das representações sociais: uma abordagem sociopsicológica. *Revista Electrónica de Humanidades do Curso de Ciências Sociais da UNIFAP*, 8 (1), 173-187. <http://dx.doi.org.10.18468/pracs>
- Santos, K. & Murta, S. (2016). Influência dos pares e educação por pares na prevenção à violência no namoro. *Psicologia: Ciências e Profissão*, 36 (4), 787-800. <http://dx.doi.org/10.1590/1982-3703000272014>
- Scantamburlo, N., Moré, C., & Crepaldi, M. (2012). O processo de transmissão intergeracional e a violência no casal. *Nova Perspetiva Sistemática*, 44, 35-48.
- Scott, J. (1986). Gender: A Useful Category of Historical Analysis. *The American Historical Review*, 91 (5), 1053-1075. <http://dx.doi.org/10.2307/1864376>
- Silva, G., Macêdo, K., Rebouças, C., Souza, A. (2006). Entrevista como técnica de pesquisa qualitativa. *Online Brazilian Journal of Nursing*, 4 (2), 246-257. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=361453972028>
- Simões, M. (2015). *Namoro e violência no namoro: Concepções e percepções dos jovens em função do género* [Dissertação de mestrado, Escola Superior de Enfermagem de Coimbra]. Repositório Científico da Escola Superior de Enfermagem de Coimbra. <http://repositorio.esenfc.pt/?url=8UooS4Ij>
- Sismas, T. (2011). *Violência nas relações de intimidade: o impacto na saúde mental da vítima* [Dissertação de mestrado, Universidade do Minho]. Repositório da Universidade do Minho. <http://hdl.handle.net/1822/18628>
- Soares, J (2017). *Assimetrias nas relações de intimidade: percepção de jovens do ensino superior* [Dissertação de mestrado, Escola Superior de Educação de Bragança]. Biblioteca Digital do Instituto Politécnico de Bragança. <http://hdl.handle.net/10198/14823>

- Sousa, C. (2018). *A violência doméstica e as implicações sócio-laborais* [Dissertação de mestrado, Faculdade de Economia e Gestão]. Repositório da Universidade dos Açores. <http://hdl.handle.net/10400.3/4821>
- Tavares, O. (2011). *Violência Conjugal – Dados sócio-demográficos, comportamentos e crenças associados “Fragmentos de um Amor menor”* [Dissertação de mestrado, Escola Superior de Educação de Portalegre]. Repositório Comum do Instituto Politécnico de Portalegre. <http://hdl.handle.net/10400.26/4075>
- Veloso, N. (2013). *Violência no namoro em estudantes universitários: prevalência e diferenças entre géneros* [Dissertação de mestrado, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação]. Repositório Científico da Universidade de Coimbra. <http://hdl.handle.net/10316/25815>
- Ventura, M. (2007). O estudo de caso como modalidade de pesquisa. *Revista SOCERJ*, 20 (5), 383-386.
- Ventura, M., Ferreira, M. & Magalhães, M. (2013). Violência nas relações de intimidade: crenças e atitudes de estudantes do ensino secundário. *Revista da enfermagem referencia*, 11, 95-103. <http://dx.doi.org/10.12707/RIII12120>
- Vieira, M. (2013). *Representações sociais da violência entre parceiros íntimos numa amostra de estudantes do ensino superior: o género fará a diferença?* [Dissertação de mestrado, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação]. Repositório Científico da Universidade de Coimbra. <http://hdl.handle.net/10316/25315>
- Woodall, J., Raine, G., South, J. & Warwick-Booth. L. (2010). *Empowerment & health and well-being: evidence review*. Centre for Health Promotion Research. <http://eprints.leedsbeckett.ac.uk/2172/>
- World Health Organization (2019). *Preventing violence and reducing its impact: How development agencies can help*. France: WHO.
- World Health Organization. (2010). *Preventing intimate partner and sexual violence against women*. Geneva: WHO.

Yin, R. K. (1980). *Case study research: design and methods*. Newbury Park, CA: Sage Publications.

Yin, R. K. (2005). *Estudo de Caso*. Planejamento e Métodos. Porto Alegre: Bookman.

Zanelli, J. C. (2002). Pesquisa qualitativa em estudos da gestão de pessoas. *Estudos da Psicologia*, 7, 79-88. <https://doi.org/10.1590/S1413-294X2002000300009>

Anexos

Anexo I – Termo de consentimento livre e esclarecido



Termo de consentimento livre e esclarecido

O meu nome é Marta Cristina Leite Martins e encontro-me neste momento a realizar uma Dissertação de Mestrado cujo tema é “*Conhecer para Educar sobre a Violência no Namoro em Contexto Universitário: O Educador Social como Mediador na Prevenção*”, na Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Bragança. A dissertação tem como principais objetivos identificar as tipologias e dinâmicas de perpetuação da violência durante a relação de namoro, apreender as crenças associadas à violência no namoro e que servem para manter uma relação abusiva e compreender o processo de tomada de decisão e os fatores de proteção para o *terminus* da relação e a construção de um novo projeto de vida afastado da violência.

Para a operacionalização desta investigação, peço a sua colaboração para a realização de uma entrevista. Esta será gravada em áudio, assegurando que todas as informações recolhidas serão confidenciais e os dados obtidos serão exclusivamente para fins académicos, tendo o/a entrevistado/a o direito de não responder a questões que considere serem de âmbito pessoal.

A autora do estudo _____

Eu, _____, após ter sido esclarecido/a sobre o estudo “*Conhecer para Educar sobre a Violência no Namoro em Contexto Universitário: O Educador Social como Mediador na Prevenção*”, concordo com a participação na entrevista e a sua gravação em áudio para que a mesma possa ser utilizada para os fins a que se propõe.

Bragança _____ de _____ de 2020.

Assinatura: _____

Anexo II – Guião das entrevistas



Guião de entrevista

I.ª Parte

Explicação do estudo e dos objetivos; Certificação de confidencialidade; Solicitação de autorização para gravar a entrevista em áudio.

Os dados recolhidos da presente entrevista, contribuirão para um estudo de investigação científica no âmbito do Mestrado de Educação Social – Educação e Intervenção ao Longo da Vida, da Escola Superior de Educação, do Instituto Politécnico de Bragança, cujo tema é “*Conhecer para Educar sobre a Violência no Namoro em Contexto Universitário: O Educador Social como mediador na prevenção*”. Para esta investigação foram delineados os seguintes objetivos:

- *Identificar as tipologias e dinâmicas de perpetuação da violência durante a relação de namoro;*
- *Identificar as crenças associadas à violência no namoro e que servem para manter a relação abusiva;*
- *Compreender o processo de tomada de decisão e os fatores de proteção para o terminus da relação e a construção de um projeto de vida afastado da violência.*

Todas as informações recolhidas serão mantidas sob a forma de anonimato e os dados servirão apenas para fins académicos.

Antes de começar gostaria que me respondesse a duas questões?

1. Autoriza a realização da entrevista?
2. Autoriza a gravação por áudio da entrevista?

II.ª Parte

Dados sociodemográficos do/a participante.

Gostaria de lhe fazer algumas perguntas de carácter sociodemográfico, com vista a obter uma caracterização individual da participante na investigação.

1. Qual a sua idade?
2. Que habilitações académicas possui?
3. Como tem sido o seu percurso académico/profissional?
4. Como define a estrutura da sua família?
5. Quando começou a relação abusiva?
6. Quanto tempo durou a relação?

III.ª Parte

O início do relacionamento com o agressor

Gostaria de lhe fazer algumas perguntas sobre como surgiu o seu relacionamento com o agressor e que expectativas tinha acerca da relação.

1. Como e onde conheceu o agressor?
2. Depois de conhecer o agressor como se desenvolveu a relação amorosa?
3. Quais as expectativas que tinha acerca desta relação?

IV.ª Parte

Investigação sobre as tipologias, dinâmicas e crenças do/a participante acerca da perpetuação de violência.

Gostaria de lhe fazer umas perguntas sobre como evoluiu esta relação amorosa, as dinâmicas da relação e o que sentia e em que pensava nesta fase de violência.

1. Quando e de que forma começaram a aparecer os comportamentos violentos?
2. Que tipo de violência ele exercia em si?
3. Em que momento sentiu que as agressões se agravaram?
4. Como eram os comportamentos do agressor antes, durante e depois da agressão?
5. Nesta fase de violência como se sentia? E em que pensava?

V.ª Parte

Características da personalidade do agressor e as suas crenças.

Gostaria de lhe fazer algumas perguntas sobre o seu parceiro, a fim de perceber as suas características de personalidade e as suas crenças.

1. Quais as causas que ele alegava para a violência?
2. Descreva o agressor relativamente às características da sua personalidade.
3. Em que momento percebeu que a sua relação era abusiva?
4. A partir desse momento procurou ajuda?

VI.ª Parte

Compreender o processo de tomada de decisão e os fatores de proteção do/a participante.

Gostaria de lhe fazer algumas questões sobre o fim da relação, a fim de perceber de que maneira saiu da relação e a aceitação e o comportamento do agressor após o fim do relacionamento.

1. Como saiu desta relação?
2. De que forma o agressor aceitou o fim da relação e quais foram os seus comportamentos?

VII.ª Parte

Construção de um projeto de vida afastado da violência.

Gostaria de lhe fazer algumas questões a fim de perceber de que forma superou esta relação abusiva e de que maneira conseguiu seguir em frente.

1. Após a relação terminar como fez o luto da relação?
2. Que dificuldades sentiu na gestão emocional desta experiência?
3. Atualmente tem alguma relação amorosa?
4. Quais as características deste novo parceiro?

5. Como caracteriza esta relação em termos de dinâmicas relacionais, comunicação e gestão de conflitos?

VIII.ª Parte

Finalização da entrevista

Gostaria de complementar alguma questão ou acrescentar algo mais?

Muito obrigada pela sua disponibilidade e pelas informações prestadas. Espera-se que os resultados deste estudo venham contribuir de alguma forma para compreender melhor este fenómeno para que os educadores sociais possam desenvolver projetos e programas para a prevenção deste.

Anexo III – Tabela com as categorias das entrevistas

Tabela 2. Tabela com as categorias, subcategorias, indicadores e excertos das entrevistas

| <i>Categorias</i> | <i>Subcategorias</i> | <i>Indicadores</i> | <i>Excertos</i> |
|--|------------------------------|---|--|
| 1. Dinâmicas da relação de namoro | <i>1.1. Início do namoro</i> | Altura acadêmica em que começou a relação abusiva; Contexto e circunstâncias em que conheceu o namorado; Fase de paixão e enamoramento; Comportamentos de sedução | <p>P1: “(...) no CET quando comecei a minha vida acadêmica e conheci a pessoa aqui na cidade”</p> <p>P1: “(...) começamos a falar por facebook no início, depois começamos a nos conhecer e assim e começamos a dar bem e, entretanto, começamos a namorar”</p> <p>P1: “conheci aqui em X. Eu estava na mesma escola que ele naquela altura e tínhamos amigos em comum”</p> <p>P2: “começou quando eu frequentava o primeiro ano de licenciatura”</p> <p>P2: “conheci o agressor no primeiro ano da minha licenciatura, durante as praxes. Ele era doutor e eu calouira, começamos a falar e a sair juntos a partir daí”</p> <p>P2: “as coisas aconteceram rápido. Começamos a falar todos os dias e a estar sempre juntos e depois ele pediu-me em namoro passado três meses de nos termos conhecido”</p> <p>P3: “tinha cerca de dezanove anos”</p> <p>P3: “era colega de turma, foi na escola”</p> <p>P3: “portanto éramos colegas de escola e de turma e, portanto, desenrolou-se nesse ambiente da escola com encontros na escola e pontualmente fora”</p> |

| | | | |
|--|-------------------------|--|---|
| | 1.2. Duração | Tempo de duração da relação de namoro; Fases de interregno e recomeço; | <p>P1: “cerca de dois anos e meio”</p> <p>P2: “durou mais ou menos três anos”</p> <p>P3: “a relação durou um ano e meio, sendo que a parte abusiva terá sido só um ano. Os seis meses terão sido normais”</p> |
| | 1.3. Expectativas | Expectativas da vítima em relação ao namoro; Pensamentos | <p>P1: “(...) quando comecei a namorar tinha feito os dezoito anos à pouco tempo. As expectativas que tinha naquela altura não são as mesmas que tenho agora. Mas eu tinha perfeitamente noção que não era a pessoa ideal (...) mas lá está, naquela altura era um pouco criança e estava com aquela paixãozinha de adolescente”</p> <p>P2: “não sou pessoa de colocar muitas expectativas nas coisas, mas para ser sincera nesta relação tinha muitas expectativas porque nos dávamos bem e eu já o conhecia de vista (...) e por isso pensei que a nossa relação fosse resultar”</p> <p>P3: “são aquelas que se têm com dezoito e dezanove anos (...) se é ingénua e acha-se que se vai ser feliz à primeira tentativa e que vai correr tudo bem e ser feliz para sempre”</p> |
| | 1.4. Perfil do namorado | Comportamentos e personalidade no início da relação; | <p>P1: “ele era uma pessoa muito pacífica, demasiado liberal meu deus! Quase que nem parecia meu namorado, era totalmente diferente. Daí é que eu fiquei admirada porque toda a gente que conhecia, mesmo amigos diziam: “ah ele não faz nada, ele é uma pessoa muito tranquila”. Toda a gente o conhecia tranquilo demais, era muito social, dava-se com muita gente”</p> <p>P2: “ele era uma pessoa um bocado reservada, mas conseguia cativar as pessoas, era bastante educado e simpático. Na cabeça das pessoas ele era uma boa pessoa, uma pessoa calma. Era também uma pessoa fria, às vezes era arrogante a falar comigo, mas acho que me fui habituando a isso”</p> <p>P3: “ele era muito controlador, dominava muito os outros. Tinha de ser tudo como ele queria e era muito sonhador. Ele queria tudo, sonhava muito alto e queria tudo no momento e na hora e,</p> |

| | | | |
|-----------------------------------|-----------------------------------|--|--|
| | | | <i>portanto, não tinha calma nenhuma”</i> |
| 2. Tipologias de violência | <i>2.1. Violência verbal</i> | Comportamentos perpetuados com o objetivo de ofender, injuriar, humilhar e ameaçar a vítima | <p>P1: “(...) começou a dizer que eu estava a olhar para eles de forma já agressiva”</p> <p>P1: “(...) até que chegou ao fim e já era em espaços públicos à frente de pessoas, a chamar-me nomes”</p> <p>P1: “começou assim do nada com nomes e tudo (...) ameaçou-me que me ia deixar sozinha naquele sítio porque eu naquela altura não tinha carro, era ele que tinha e estávamos longe de casa”</p> <p>P1: “neste caso começou a dizer que eu estava a olhar para rapazes. Por acaso estava a olhar porque eram da minha terra, tinha afinidade com eles. E eu fiquei um bocado constrangida. Para já ele fez isso quando estávamos sozinhos porque ele nunca demonstrou que era assim à frente dos amigos nem de outras pessoas”</p> <p>P2: “por vezes chamava-me nomes quando discutíamos”</p> <p>P3: “(...) e quando eu não fazia as coisas que ele queria, normalmente insultava-me”</p> |
| | <i>2.2. Violência psicológica</i> | Comportamentos perpetuados com o objetivo manipular, chantagear, coagir, amedrontar e controlar a vítima | <p>P1: “depois já começou a ficar cada vez mais recorrente as agressões, depois era desculpas por tudo e por nada, porque saía de casa sozinha ou às vezes até dizia: “vais com essa roupa vestida?””</p> <p>P1: “já queria ver as minhas redes sociais, já não tinha vida praticamente (...) mas o que me magoa mais é que começou a fazer jogo psicológico comigo porque ele gozava muito com a maneira como eu falava, porque ele era de Lisboa e eu de Trás-os-Montes, tínhamos hábitos diferentes”</p> <p>P3: “(...) era muito controlador, ciumento, gerava tudo em torno dele e do controlo e com quem é que eu estava e com quem eu poderia estar e o que poderia fazer”</p> |

| | | | |
|--|-----------------------|---|--|
| | | | P3: “começou por controlar o telefone e com quem eu me dava, com quem eu estava e o que fazia quando não estava com ele. E tinha de responder às mensagens no segundo em que ele me mandava”. |
| | 2.3. Violência física | Comportamentos perpetuados com o objetivo bater, beliscar, arremessar objetos, estrangular, pontapear e empurrar a vítima | <p>P1: “segurou o meu braço com força e apertou-me o pescoço e eu fiquei um bocado sem reação”</p> <p>P1: “(...) depois começou a agravar-se cada vez mais até que chegou ao ponto de bater-me (...) e as pessoas que estavam lá viram e não quiseram saber, continuaram com a vida delas”</p> <p>P1: “(...) foi uma situação que ele me agarrou nos braços com muita força e deixou-me toda pisada”</p> <p>P1: “pedia-lhe qualquer coisa e ele dizia que não tinha só para me chatear, e eu sabia perfeitamente que tinha. E eu começava a dizer:” tens, tens, tens” e ele se fosse preciso começava a bater-me”</p> <p>P2: “quando tínhamos discussões por vezes batíamos-nos mutuamente, mas não era nada de especial, achava eu que fazia parte. Mas depois eu comecei a deixar de me virar e os comportamentos mais graves começaram uma vez quando fomos sair à noite num desentendimento, ele estava alcoolizado, deu-me uma chapada à frente dos nossos amigos e eles não fizeram nada (...) no caminho para casa (...) lembro-me que ele se virou a mim, agarrou-me o pescoço e bateu com a minha cabeça contra uma parede enquanto discutia comigo”</p> <p>P3: “essencialmente empurrão (...) apertava-me os braços e chegou mesmo a dar-me estaladas”</p> |
| | 2.4. Violência sexual | Comportamentos perpetuados com o objetivo de obrigar a vítima a ter relações sexuais sem o seu consentimento | P3: “o dia em que eu realmente senti que algo se passava e que não estava bem foi no dia em que ele me violou, em que perdi a virgindade com uma violação” |

| | | | |
|---|-------------------------------------|--|---|
| 3. Dinâmicas de perpetuação da violência | <i>3.1. Fase aumento de tensão</i> | Aumento de ansiedade, raiva e frustração; ameaças verbais severas provocando culpa e medo; Pequenos incidentes de violência; Comportamento de reação da vítima | <p>P1: “antes da agressão era carinhoso, depois já começava a subir o tom de voz, já começava a querer controlar-me cada vez mais”</p> <p>P2: “quando os comportamentos se começaram a agravar ele só partia para a agressão física e tornava-se agressivo quando estava com álcool. Por isso antes da agressão era carinhoso. Depois discutíamos por coisas de nada”</p> <p>P3: “ora antes e durante ele era excessivamente agressivo, insultava-me muito mesmo”</p> |
| | <i>3.2. Fase ataque violento</i> | Comportamento que devido à tensão acumulada o agressor pratica contra a vítima; comportamentos de proteção da vítima | <p>P1: “às vezes só ficava na parte de a nível psicológico, a chamar nomes, deixar-me mesmo em baixo e havia outras situações onde partia mesmo para a agressão física”</p> <p>P2: “ele perdia a paciência muito rápido, passava para as agressões e nem parecia a mesma pessoa”</p> <p>P3: “(...) empurrava-me, apertava-me os braços, essencialmente era muito mais verbal do que física, ou seja, pelo menos para mim as agressões verbais eram mais fortes do que as físicas”</p> |
| | <i>3.3. Fase lua-de-mel</i> | Arrependimento e promessas de mudança; Comportamento positivo do agressor em relação à vítima; Comportamento da vítima; | <p>P1: “depois de acontecer a agressão, mais ou menos era quase sempre no dia a seguir, pedia-me desculpa (...) e que não voltava a acontecer”</p> <p>P2: “depois no dia a seguir às agressões dava-me prendas, ramos de flores e assim. Pedia desculpa e dizia que não ia voltar a acontecer e eu acreditava”</p> <p>P3: “no fim pedia sempre desculpa e que não voltava a fazer e que só o fazia porque me amava demais e tinha medo de me perder”</p> |
| | <i>4.1. Crenças/Mitos da vítima</i> | Pensamentos da vítima para justificar e desculpabilizar os comportamentos violentos | <p>P1: “não sei se ele começou a ficar mais ligado a mim, se tinha medo de me perder, os comportamentos foram mudando pouco a pouco”</p> <p>P1: “cheguei a um ponto que eu pensei: “será que a culpa era minha? Que era eu que o fazia</p> |

| | | | |
|---|---|--|--|
| 4. Fatores de permanência na relação | | do agressor; Expectativas à mudança do agressor | <i>fazer-me aquilo? ”</i> P1: <i>“eu tinha sempre a ideia de que: “ah ele vai mudar” ”.</i> P2: <i>“(…) na minha cabeça as coisas iam ficar melhores e as agressões iam parar”</i> P3: <i>“(…) que a culpa de todas aquelas coisas era minha e que eu merecia tudo aquilo”</i> |
| | 4.2. <i>Desresponsabilização do agressor</i> | Motivos que o agressor alega para a violência exercida sobre a vítima; | P1: <i>“ele dizia sempre que a culpa era minha, que eu é que provocava sempre”</i> P1: <i>“principalmente por causa de ciúmes, rede sociais ou porque recebia mensagens”</i> P1: <i>“os comportamentos violentos só começaram a aparecer passado um ano de relação e lembro-me perfeitamente que foi estávamos numa noite com os amigos e ele estava com álcool, não é? E começou aí os comportamentos violentos”</i> P2: <i>“dizia que eu o provocava e que o levava a fazer aquilo mas depois quando os comportamentos se agravaram ele dizia que quando me batia não estava em si, que era o álcool (…) e quando eu argumentava e dizia que isso não era desculpa para os comportamentos dele, ele dizia que era porque uma pessoa quando bebe não está em si”</i> P3: <i>“normalmente eram os ciúmes e era o medo de me perder que gerava tudo aquilo”</i> |
| 5. Terminus da relação | 5.1. <i>Processo de tomada de decisão</i> | Momento em que a vítima termina a relação violenta; Acontecimento(s) precipitante(s); suporte familiar, social e/ou institucional; | P1: <i>“houve uma situação que eu reparei de facto que ele era violento porque fez a mesma coisa com a irmã. Uma altura deu uma chapada à irmã e a irmã ameaçou-o que ia dizer aos pais (…) porque eles viviam juntos, estavam os dois a estudar na universidade”</i> P1: <i>“foi no momento que ele começou a passar os limites e já não se preocupava se as pessoas estavam a olhar ou não”</i> P1: <i>“eu tinha feito o jantar para ele e ele começou a pôr defeitos na comida a dizer que estava uma porcaria (…) e ele enervou-me de tal maneira que eu peguei no prato dele e meti-lhe a comida no lixo (…) a partir daí ele passou os limites, rebentou-me a casa toda, atirou-me com</i> |

| | | |
|--|--|---|
| | | <p><i>frigideiras, atirou com tudo (...) foi a partir daí que eu decidi que já não ia aturar mais aquilo”</i></p> <p><i>P1: “eu pensei: “eu consigo perfeitamente viver sem ele porque para viver assim destes modos mais vale estar sozinha”</i></p> <p><i>P1: “eu fui ao pé dele (...) eu disse-lhe: “olha desculpa lá mas eu já não quero mais nada contigo, vou acabar contigo”</i></p> <p><i>P2: “percebi logo quando os comportamentos mais violentos começaram, mas a gota de água foi quando (...) ele estava alcoolizado e (...) sem nós contarmos arrancou bruscamente com o carro e ia atropelando a minha irmã (...) para mim foi uma situação ainda mais grave do que aquelas em que me batia só a mim. Nesta situação estava a vida da minha irmã em risco e eu isso não admito”</i></p> <p><i>P2: “contei à minha mãe e ela deu-me força para acabar com a relação, e os meus amigos também me apoiaram, mas nunca tive coragem de contar ao meu pai”</i></p> <p><i>P2: “(...) cedi ao agressor e fui falar com ele pessoalmente. Ele pediu-me desculpas, disse que sabia que tinha errado, mas eu fui clara e disse-lhe que uma coisa era bater-me a mim, mas que quando colocava a vida dos meus em risco eu não o permitia. Ele mostrou-se arrependido, mas eu tinha a força da minha mãe e disse-lhe que queria acabar a relação”</i></p> <p><i>P2: “(...) eu contei à minha mãe o que se passava e disse para não lhe responder mais nada e se ele voltasse a ameaçar ela ia falar com os pais dele e passado um tempo ele parou de mandar mensagens”</i></p> <p><i>P3: “quando eu realmente percebi que estava numa situação abusiva e grave foi de facto no dia da violação ou melhor, não foi bem no dia, terá sido uns dias a seguir em que eu comecei a pensar no que realmente tinha acontecido e foi aí que eu percebi”</i></p> <p><i>P3: “ora reuni todas as minhas forças que tinha e acabei com ele, disse que chegava que não me</i></p> |
|--|--|---|

| | | | |
|--|---------------------------------------|---|--|
| | | | <p><i>procurasse mais”</i></p> <p><i>P3: “(...) há uma história curiosa aqui que eu queria partilhar consigo porque eu acho que é importante. Quando estava nesta luta de perceber o que é que me tinha acontecido e que não podia continuar porque de facto o que aconteceu foi grave. Um outro colega de turma que eu achava muito giro comentou uma foto minha das redes sociais da altura e que dizia que eu estava brilhante como uma estrela e isso fez-me perceber que eu tinha valor e que não precisava daquilo, que podia ser uma pessoa feliz. E é curioso como um simples comentário mudou a minha vida, não é? E ele provavelmente nem tem noção daquilo que fez (...) me fez perceber que eu não tinha de estar ali, que eu tinha uma vida toda pela frente, que podia ser o que eu quisesse e que não merecia nada daquilo”</i></p> |
| | <p><i>5.2. Reação do agressor</i></p> | <p><i>Comportamentos do agressor após o fim da relação;</i></p> | <p><i>P1: “quando acabei com ele por incrível que pareça ele reagiu demasiado bem. Passado para aí um mês ou dois é que ele se mentalizou que eu o tinha deixado e começou a dizer que: “eu sei perfeitamente que tu vais voltar para mim, tu não vais ficar sem mim” (...) porque ele estava sempre com a ideia que eu ia voltar para ele porque eu não ficava sem ele. E foi a partir de dois ou três meses que ele se começou a mentalizar que eu o deixei, começou logo a mandar mensagens e eu tive de o bloquear”</i></p> <p><i>P1: “ele começou a chamar-me nomes a dizer: “ah tu é que vais acabar comigo és mesmo parva (...) tu não duras mais dois ou três dias”</i></p> <p><i>P1: “(...) houve uma altura que mandou mensagem à minha irmã, mas nada demais mesmo”</i></p> <p><i>P2: “(...) passado uns dias começou a mandar-me mensagens a dizer que me amava e que nunca mais me ia bater e para o aceitar de volta mas eu respondia e dizia que não queria estar numa relação assim onde eu já não era feliz. Depois ele começou a mostrar-se agressivo, mandava mensagens constantes e dizia que eu era uma porca, que andava com todos e que já tinha outro, por isso já não queria saber dele e ameaçou fazer algo para se vingar”</i></p> <p><i>P3: “bom ele aceitou com alguma dificuldade, não é? Controlador como ele era aquilo foi um</i></p> |

| | | | |
|--|---|--|--|
| | | | <i>corde muito grande para ele, mas eu acho que eu fui firme o suficiente para ele perceber e não mostrei medo principalmente e isso deve tê-lo assustado porque de repente eu era uma pessoa submissa e consegui fazer-lhe frente no fundo”</i> |
| | <i>5.3. Projeto de vida afastado da violência</i> | Fatores de proteção; apoios; empowerment da vítima | <p>P1: <i>“entretanto, também mudou de cidade, foi uma mais-valia para mim nunca mais olhar para a cara dele”</i></p> <p>P1: <i>“ajudas não tive, fui eu própria sozinha que me mentalizei. Até porque quase ninguém sabia, só uma amiga minha, os meus pais nunca souberam e claro, que contei com o apoio dessa minha amiga (...) sinceramente eu não senti dor nenhuma por acabar com ele porque já estava farta daquilo. Parece que se fez luz naquele dia e disse: “chega!”, a partir daí nunca mais pensei nele, nem queria mais saber dele, sinceramente só queria paz e sossego. (...) Vou ser sincera, eu não pedi ajuda porque não tinha noção do problema em que estava metida, eu só me comecei a metalizar depois de já ter saído daquela relação. E eu sinceramente como queria fugir daquela situação eu nem quis saber de ajuda até porque eu consegui ultrapassar muito bem. Claro que no início me custou, mas consegui ultrapassar bem”</i></p> <p>P1: <i>“eu não tive luto nenhum. Parece que me liberei de uma praga que tinha ao pé de mim. Simplesmente continuei a fazer a minha vida, conheci pessoas novas”</i></p> <p>P1: <i>“no início foi um bocado complicado porque lá está, já era mais rotina que outra coisa, embora houvesse agressões e tudo mais, mas ainda fazia parte da minha vida. Mas eu consegui habituar-me perfeitamente bem à mudança de rotina até porque não gostava de ficar sozinha em casa, estava sempre com as minhas amigas, tentava ocupar um pouco o tempo (...) para não pensar nisso (...) claro que isso nunca se esquece mas evito mesmo pensar nessa situação e espero que não volte a acontecer porque já sei o que é passar por isso”</i></p> <p>P2: <i>“senti um alívio enorme quando a relação acabou porque eu já não era feliz na relação e já não gostava dele como antes, aliás quando começaram a aparecer os comportamentos violentos parece que o meu sentimento diminuía cada vez mais. Mas para ser sincera custou-me um</i></p> |

| | | | |
|--|-------------------------|---|---|
| | | | <p><i>bocado afastar-me porque apesar das agressões e de ser mau namorado, ele era bom amigo (...) mas comecei a sair mais com os meus amigos, os poucos que tinha porque muitos deles deixaram de me falar por eu ter acabado a relação com ele e a minha mãe ajudou-me bastante, deu-me muita força para continuar, sei que tenho um longo caminho pela frente”</i></p> <p>P3: “(...) nem sempre sabemos o impacto que temos na vida das outras pessoas e como podemos mudar a vida dos outros simplesmente dizendo o que achamos delas. Às vezes só dizendo que ela é bonita ou que está tão brilhante naquele dia e isso pode mudar a vida de uma pessoa”</p> <p>P3: “(...) reuni-me com os meus amigos que eu basicamente tinha-me afastado devido ao controlo dele (...) não me afastei e depois, entretanto ele mudou de escola o que ajudou a que nunca mais nos víssemos”</p> <p>P3: “prometi a mim mesma que não iria ter namorado até gostar o suficiente de mim para poder gostar da outra pessoa. Basicamente focar-me na universidade e em mim mesma, naquilo que eu queria para a minha vida e para o meu futuro e foi isso basicamente”</p> |
| | 6.1. Perfil do namorado | Comportamento e personalidade do novo parceiro; | <p>P1: “sim, tenho uma relação amorosa que já dura há um ano”</p> <p>P1: “é uma pessoa amigável, acompanha-me sempre para tudo, é uma pessoa que quando preciso de ajuda é sempre a primeira pessoa a estender-me a mão, ao contrário da relação anterior. Não é uma pessoa que está sempre a provocar, a inferiorizar-me. Até pelo contrário, muitas vezes tenho situações que estou um pouco tensa e esta relação ajuda-me e até me faz ir para a frente e não para trás”</p> <p>P3: “sim tenho uma relação de seis anos em que estamos noivos”</p> <p>P3: “o meu parceiro é mesmo muito querido, é das melhores pessoas que eu conheço, é afectuoso, é meigo, bondoso, é muito querido mesmo”</p> |
| | 6.2. Dinâmicas da | Gestão de emoções e | <p>P1: “a nossa comunicação é bastante boa. Damo-nos muito bem, acima de tudo somos amigos e</p> |

| | | | |
|---|--|--|---|
| <p>6. Nova relação de namoro</p> | <p><i>relação</i></p> | <p>conflitos na nova relação;</p> | <p><i>eu acho que isso é muito importante numa relação (...) uma pessoa quando está com um problema o outro ajuda. Claro que temos discussões, mas nada demais, nem dura um dia, depois resolvemos tudo como é lógico”</i></p> <p>P3: <i>“nós temos uma excelente relação, comunicamos muito, falamos muito sobre o que sentimos, o que gostamos, o que não gostamos. Raramente discutimos porque nos permitimos a falar e resolver as situações antes que elas se tornem uma discussão. Gostamos muito um do outro, mas gostamos muito de nós individualmente (...) não deixamos de ser as pessoas individuais que éramos apesar de estarmos juntos, ou seja, nós estamos juntos, partilhamos uma vida, mas somos pessoas individuais com gostos, com vontades. Gostamos de fazer hobbies individualmente e isso é muito importante porque nenhum de nós é posse do outro. Nós estamos a partilhar uma vida, mas temos uma vida para além desta”</i></p> |
| | <p><i>6.3. Mudança (s) da vítima</i></p> | <p>Organização e conteúdo do pensamento; crenças, atitudes; autoestima e autoconceito;</p> | <p>P1: <i>“sinceramente parece que me tornou uma pessoa mais fria nas relações seguintes, mas depois com o tempo (...) já me mentalizei que cada pessoa é uma pessoa e que nem toda a gente é agressiva. Ninguém tem de levar com as culpas por causa de uma relação anterior, (...) cada relação é uma relação”</i></p> <p>P1: <i>“até porque nem iria permitir voltar a passar pelo mesmo, mesmo que gostasse muito da pessoa. Eu acho que uma mulher não tem de sujeitar a isso ou vice-versa”</i></p> <p>P1: <i>“gostava que todas as mulheres tivessem consciência da gravidade da situação. Muitas vezes as pessoas não saem não é pela relação amorosa em si ou sentimento, eu acho que é mais por medo da mudança. E claro que no início às vezes a mudança pode custar, mas às vezes o mudar não é só pontos negativos, pode-se mudar claro para melhor. E gostava que todas as mulheres tivessem, a força que eu tive para sair da relação, embora fosse tarde, mas saí e felizmente neste momento sou feliz”</i></p> <p>P2: <i>“ainda hoje me custa lidar com isso. Esta experiência mudou-me muito, sou uma pessoa mais fria com os outros e com a vida. Sinto que fiquei muito mais nervosa, passo-me muito com certas</i></p> |

| | | |
|--|--|---|
| | | <p><i>coisas que são mínimas (...) uma coisa que sinto é que não gosto que me toquem que me agarrem por exemplo, fico nervosa com isso”</i></p> <p><i>P2: “eu ainda hoje não consigo achar que ele é uma pessoa má, sei que tem bom fundo”</i></p> <p><i>P2: “ainda não me sinto preparada para me envolver numa nova relação. Tenho medo de passar pelo mesmo e neste momento estou bem sozinha. Preciso de me encontrar primeiro”</i></p> <p><i>P2: “gostaria de dizer a todas as pessoas que passaram ou estão a passar por uma relação abusiva que tenham força para sair da relação e pedir ajuda. Temos de pensar primeiro na nossa felicidade, ninguém é dono de nós, por vezes mais vale uma pessoa estar sozinha do que sofrer numa relação que só trás sofrimento”</i></p> <p><i>P3: “(...) o sentimento de culpa é constante, o de ter permitido que ele me fizesse aquilo e que não me defendia é frustrante e é revoltante pensar nisso. Mas é uma luta diária e constante e de aprendizagem, de perceber que a culpa não foi minha e que eu mereço ser feliz e tenho de lutar por isso todos os dias”</i></p> <p><i>P3: “é importante deixar esta ideia inicial de que as nossas ações e frases na vida das outras pessoas às vezes podem ter um impacto muito grande e nós nem temos noção e que devemos dizer às pessoas aquilo que sentimos por elas porque às vezes guardamos para nós e comentamos com outras pessoas mas não dizemos diretamente à pessoa e isso pode ter toda a diferença nela porque não sabemos em qual fase da vida ela está e pode de facto contribuir para que ela se sinta melhor e mais feliz”</i></p> <p><i>P3: “(...) quando falamos com uma pessoa que foi vítima ou que é vítima ter cuidado com as frases e expressões que nós usamos porque normalmente recorremos ao: “como é que permitiste que isto te aconteça? Como deixaste que isto chegasse até aqui?” e isso não ajuda em nada porque este sentimento de culpa é muitas vezes o que nos obrigava, que nos faz não pedir ajuda e ter medo de dizer o que nos está a acontecer porque na verdade nós nem sabemos muitas vezes como é que chegamos até ali. De repente um dia acordamos e percebemos que algo muito grave</i></p> |
|--|--|---|

| | | |
|--|--|--|
| | | <p><i>aconteceu e nós percebemos que estamos numa situação, mas não sabemos onde é que ela começou porque aquilo é uma teia tal que não dá para perceber onde é o início”</i></p> <p><i>P3: “(...) a culpa é muito complicada de gerir e o mais importante é sempre dizer que a culpa não é da vítima, nós não tivemos culpa nenhuma. O agressor é que tem a culpa toda e isto é muito importante porque eu ainda hoje o digo a mim”</i></p> |
|--|--|--|

