

**AJES - FACULDADE DO VALE DO JURUENA
BACHARELADO EM PSICOLOGIA**

ANA KAROLINA LEONEL DE MORAES

**VIOLÊNCIA DOMÉSTICA CONTRA A MULHER NO BRASIL E AS CONTRIBUIÇÕES
DA TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL: uma revisão de literatura**

Juína-MT

2020

AJES - FACULDADE DO VALE DO JURUENA

ANA KAROLINA LEONEL DE MORAES

**VIOLÊNCIA DOMÉSTICA CONTRA A MULHER NO BRASIL E AS CONTRIBUIÇÕES
DA TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL: uma revisão de literatura**

Artigo apresentado ao Curso de Bacharel em Psicologia da AJES – Faculdade do Vale do Juruena como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel em Psicologia, sob orientação do Prof. Dr. Pedro Octávio Gonzaga Rodrigues.

Juína-MT

2020

VIOLÊNCIA DOMÉSTICA CONTRA A MULHER NO BRASIL E AS CONTRIBUIÇÕES DA TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL: uma revisão de literatura

Ana Karolina Leonel De Moraes ¹

Pedro Octávio Gonzaga Rodrigues ²

RESUMO: A violência doméstica contra a mulher é um problema presente na sociedade, e que ainda atinge muitas mulheres, de diferentes formas e intensidades, sendo recorrente no mundo todo, em diversos países, inclusive, no Brasil. O número de casos hoje em dia ainda é muito grande, uma realidade que envolve muitas famílias todos os anos. A violência doméstica se caracteriza como um fenômeno capaz de gerar inúmeras consequências para as vítimas, visto que estas violações trazem diversos danos tanto físicos, quanto psicológicos. Desta forma, o presente trabalho tem como objetivo compreender as contribuições da TCC como método de intervenção no atendimento psicológico de mulheres vítimas de violência doméstica. Para o alcance de tal objetivo, realizou-se uma pesquisa bibliográfica qualitativa, utilizando os descritores: violência doméstica; mulheres e Terapia Cognitivo-Comportamental. Como resultado da busca, obteve-se 32 trabalhos publicados que se relacionavam ao tema proposto em que, destes apenas 10 foram selecionados para a análise, que se enquadravam dentro dos critérios de inclusão e exclusão. Com base nos resultados da pesquisa, pode-se concluir que a TCC é uma abordagem que pode auxiliar no aumento da qualidade de vida das mulheres vítimas de violência e seu bem estar-emocional. Contudo, são necessários mais trabalhos publicados que abordem sobre o atendimento psicológico de mulheres vítimas de violência doméstica no Brasil com as técnicas de intervenção da TCC.

Palavras-chave: Violência Doméstica; Mulheres; Terapia Cognitivo-Comportamental.

ABSTRACT: Domestic violence against women is a problem present in society, and it still affects thousands of women, in different forms and intensities, being recurrent worldwide, in several countries, including Brazil. The number of cases today is still very large, a reality that involves many families every year. Domestic violence is characterized as a phenomenon capable of generating countless consequences for the victims, since these violations bring several physical and psychological damages. Thus, the present study aims to understand the effectiveness of CBT as an intervention method in the psychological care of women victims of domestic violence. To achieve this goal, a qualitative bibliographic research was carried out, using the descriptors: domestic violence; women and Cognitive-Behavioral Therapy. As a result of the search, 32 published works were obtained that related to the proposed theme, of which only 10 were selected for analysis, which fit within the inclusion and exclusion criteria. Based on the results of the research, it can be concluded that CBT is an approach that can help to increase the quality of life of women victims of violence and their emotional well-being. However, more published works are needed that address the psychological care of women victims of domestic violence in Brazil with CBT intervention techniques.

¹ MORAES, Ana Karolina Leonel de. Acadêmica do Curso de Bacharelado em Psicologia da Faculdade do Vale do Juruena. Email: anakarolinaleonel@hotmail.com

² RODRIGUES, Pedro Octávio Gonzaga: Professor Doutor do Curso de Bacharelado em Psicologia da Faculdade do Vale do Juruena. Orientador. E-mail: pedrooctavio.g.r@gmail.com

Keyword: Domestic violence; Women; Cognitive behavioral therapy.

INTRODUÇÃO

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2002), violência pode ser entendida como o uso intencional da força ou poder como uma forma de ameaça ou de fato, contra si mesmo, outras pessoas, grupos ou comunidade, que provoca ou tem grandes possibilidades de ocasionar lesão, morte, dano psíquico, alterações do desenvolvimento ou privações.

Nesse sentido, para o Ministério da Saúde (2016), a violência contra a mulher é caracterizada como qualquer ato ou conduta que resulte em morte, dano ou sofrimento físico, sexual, psicológico, podendo ocorrer entre os parceiros íntimos, assim como por outros membros da família, ou até mesmo por pessoas desconhecidas. A violência contra a mulher é considerada como um fenômeno que independe da orientação sexual, classe social, estado civil, etnia, regiões, origens, entre outros.

Tratando-se da violência doméstica, na maioria das vezes, é praticada pelo próprio membro da família, companheiro ou ex-parceiro íntimo e ocorre dentro do âmbito familiar, essas vítimas são submetidas a diversos tipos de violência, físicas, psicológicas, sexuais e que geram consequências e prejuízos significativos em sua vida (GOMES, 2012).

A violência contra a mulher é uma questão sociocultural que está presente em diversas populações. Nas sociedades primitivas, por muito tempo o papel da mulher era ser submissa, inferior ao homem e sem nenhum direito. Logo após as Grandes Guerras Mundiais e a Revolução Industrial, o papel social das mulheres foi se modificando aos poucos, aumentando a força da mão-de-obra feminina nas indústrias. Através de lutas por direitos as mulheres vêm ocupando mais posições que eram exclusivamente masculinas (SAFIOTTI, 2013).

Meza et al., (2001), abordam que o maltrato contra a mulher é expressado no cotidiano como consequência de uma luta de poderes onde, histórico e culturalmente, ela se situa em um plano inferior ao do homem, sendo que há mais de um século a mulher tem questionado as práticas discriminatórias que as situam em um nível inferior.

Estando presente nos mais diversos contextos sociais e culturais, trazendo consequências para a vida das vítimas. As mulheres que sofrem violência doméstica podem apresentar transtornos psicológicos e prejuízos em sua saúde mental, e ainda, outros aspectos

podem ser mencionados, como a redução da qualidade de vida e comprometimento do sentimento de satisfação e prazer com a vida, o corpo, a vida sexual e os relacionamentos interpessoais com amigos. Algumas dessas consequências podem ser imediatas, bem como latentes, e podem permanecer por anos após a violência sofrida (SILVA et al., 2015).

Os dados da Organização Mundial de Saúde (2002), estimam que no mundo uma a cada três mulheres já sofreu algum tipo de violência, e essas estatísticas crescem cada vez mais, visto que, foi declarado a violência como um problema de saúde pública no mundo. A violência praticada contra as mulheres é um problema que deve dar particular atenção, pois, é um fenômeno de natureza multicausal, principalmente em razão do número de mortes que provoca, bem como pela necessidade de atendimento médico que têm as pessoas lesionadas. No Brasil, a violência vem manifestando-se em números elevados e crescentes, provocando indicadores de saúde absolutamente negativos para a sua população (JORGE, 2002).

Fonseca et al., (2012), colaboram que em alguns países o percentual de vítimas que afirmam terem sofrido agressões fisicamente por um homem chegou a 50%. As estatísticas da Fundação Perseu Abramo, em relação à pesquisa realizada em 2001, informam que a cada 15 segundos uma mulher é agredida no Brasil e mais de 2 milhões de mulheres são espancadas a cada ano pelo marido ou ex-companheiros.

A partir da inclusão da violência contra as mulheres no contexto público dos direitos humanos e da saúde, começaram a ocorrer transformações nas políticas legais de muitos países, como a criação de programas de intervenção mais elaborados e outros suportes as vítimas (NOGUEIRA et al., 2008).

Oliveira et al., (2018) abordam que a violência pode causar consequências na vida das vítimas, acarretando prejuízos negativos caso não exista o apoio e um tratamento adequado. Quanto às consequências e repercussões na saúde física e mental, Oliveira et al., (2009) mencionam transtornos crônicos, ansiedade, infecções urinárias, transtorno do estresse pós-traumático, dores pélvicas entre outros sinais e sintomas. Em fato da violência, elas deixam transparecer efeitos negativos, principalmente pela humilhação, sofrimento e vergonha que podem afetar sua autoestima.

Nesse sentido, segundo Dresch (2011), existem evidências científicas de que a TCC enquanto abordagem psicoterapêutica possui estratégias de intervenção para diversos quadros psicopatológicos, e para situações que geram sofrimento e comportamentos desadaptativos, em que necessariamente não possui um diagnóstico, mas, que necessitam de atenção clínica.

A Terapia Cognitivo-comportamental (TCC) iniciou o seu desenvolvimento a partir da década de 1960 com Aaron Beck. Sendo caracterizada como uma psicoterapia breve, estruturada, voltada para o momento presente, que visa à participação colaborativa entre terapeuta e cliente, com o objetivo de modificar os pensamentos e comportamentos disfuncionais (BECK, 2013).

Para Stallard (2009), a TCC enquanto abordagem psicoterapêutica possui amplo conjunto de estratégias, técnicas e instrumentos a serem utilizados com a finalidade de auxiliar o cliente a ter autoconsciência e facilitar o seu autocontrole, suas habilidades cognitivas e comportamentais, permitindo que o próprio paciente tome conhecimento dos pensamentos e comportamentos disfuncionais, a fim de modificá-los.

Para Beck (2013), os transtornos mentais se iniciam quando os padrões de pensamento, crenças e comportamentos do indivíduo, leva-o a ter uma visão distorcida daquilo que é real, afetando toda a sua vida. E quando realiza uma análise destes padrões de pensamento de acordo com a realidade vivenciada e se trabalha nas crenças que tem de si mesmo, sobre o mundo em que vive, sobre as outras pessoas ao redor, existe uma melhora significativa nas cognições e comportamentos, uma vez que houve uma mudança na percepção do indivíduo sobre os diversos aspectos de sua vida.

No que se refere à abordagem da TCC, ela se preocupa com a compreensão de como são interpretadas as situações por cada indivíduo e posteriormente em como modificar as distorções que ocorrem na cognição (STALLARD, 2009). Diante do contexto da violência doméstica, algumas vítimas podem se sentir psicologicamente abaladas, sentindo-se culpadas e com medo, elaborando uma autoimagem de inferioridade em relação aos demais, fazendo com que desenvolvam pensamentos automáticos ou crenças disfuncionais negativas acerca de si mesma (JESUS; LIMA, 2018).

Por isso, que sozinha a vítima não consegue avaliar suas emoções e sentimentos desencadeados pela violência sofrida, sendo necessária a intervenção psicológica que irá possibilitar o acompanhamento da vítima e o tratamento adequado para que seja realizada a reestruturação cognitiva dos seus pensamentos e sentimento, com o objetivo de evitar o desenvolvimento de consequências ainda mais graves. Dessa forma, este trabalho tem como finalidade realizar uma revisão de literatura referente aos trabalhos publicados do ano de 2009 a 2019 que abordam sobre as contribuições da Terapia Cognitivo-Comportamental no atendimento psicológico de mulheres vítimas de violência doméstica.

METODOLOGIA

Ao falar sobre estudos científicos é necessário considerar todo o processo sistemático envolvido para obter algum resultado, que são coletas, organização, análise, interpretação e sistematização do conhecimento que foi adquirido ao longo do trabalho. Desta forma, utiliza-se um método de estudo que pode ser entendido como o caminho que será seguido para que seja feita ciência (HEERDT; LEONEL, 2007).

Com isso, para que seja realizada uma pesquisa é necessário definir o problema a ser pesquisado e a partir disto realizar uma busca teórica sobre os estudos já existentes sobre o assunto, ainda é importante definir a pesquisa quanto a sua natureza, podendo ser básica (produção de novos conhecimentos a respeito da ciência) ou aplicada (produção de novos conhecimentos a respeito da prática); quanto aos objetivos, sendo caracterizados como pesquisa descritiva, exploratória ou explicativa, e quanto à abordagem do problema, sendo quantitativa (tudo aquilo que pode ser mesurado) e qualitativa (visa verificar o objeto de estudo e sua relação com a realidade) (DALFOVO; LANA; SILVEIRA, 2008).

Nesse sentido, o método utilizado baseia-se em uma pesquisa bibliográfica, com a finalidade de orientar e fundamentar a temática escolhida. Segundo Gil (2002), a pesquisa bibliográfica é o estudo com base em materiais já desenvolvidos e publicados em bases de dados, livros, artigos científicos, jornais, redes eletrônicas, e se constitui como um recurso importante para analisar diversos aspectos ou posições sobre determinado fenômeno, e ainda possibilita ao pesquisador uma compreensão mais ampla de dados sobre seu problema de pesquisa.

Ainda, a elaboração da questão para nortear a condução da pesquisa é fundamental para guiar o pesquisador no levantamento e coleta dos dados, pois esta “determina quais serão os estudos incluídos, os meios adotados para a identificação e as informações coletadas de cada estudo selecionado” (SOUZA et. al., 2010, p 104). Com base nisso, este trabalho delinea-se como uma pesquisa bibliográfica básica exploratória, do período de 2009 a 2019, de caráter qualitativo, pretendendo responder à seguinte questão através da síntese dos dados coletados: quais as contribuições da Terapia Cognitivo-Comportamental no atendimento psicológico de mulheres vítimas de violência doméstica?

Com o objetivo de responder a esta pergunta, realizou-se seleção de artigos, teses, dissertações e trabalhos acadêmicos para compor a pesquisa por meio da delimitação de

critérios de buscas, no qual utilizou-se a base de banco de dados GOOGLE SCHOLAR (Google Acadêmico), PEPSIC (Periódicos Eletrônicos de Psicologia), SCIELO (Scientific Electronic Library Online), justificando-se a escolha das fontes por terem produções científicas completas e gratuitas de fácil acesso.

Para o desenvolvimento deste trabalho, foram definidos critérios de inclusão e exclusão. Os critérios de inclusão foram aplicados de acordo com: materiais encontrados nas bases de dados citados anteriormente; estudos publicados do período de 2009 a 2019; materiais originais publicados no idioma português e que tenham acesso livre. Os critérios que definiram a exclusão dos artigos foram: materiais de acesso restrito; trabalhos publicados que não correspondem ao ano delimitado.

Os dados obtidos nesta pesquisa foram encontrados através de descritores e palavras-chave: “violência doméstica”, “mulheres”, “Terapia Cognitivo-Comportamental” e “violência contra mulher” e utilizado o booleano AND para auxiliar na busca. Os descritores foram utilizados na mesma caixa de busca que as palavras-chave, reunindo-as de acordo com a necessidade. Após a busca em cada uma das bases de dados citadas, a primeira seleção dos artigos foi realizada através da leitura dos títulos e resumos, selecionando os trabalhos que estavam relacionados ao tema proposto, em um segundo momento foi realizada a leitura detalhada de cada trabalho, selecionando aqueles que atendem aos objetivos do estudo se atentando aos critérios definidos de inclusão e exclusão.

RESULTADOS

A elaboração desse estudo propôs a realização de uma busca nas bibliografias sobre as contribuições da TCC como método de intervenção no atendimento psicológico de mulheres vítimas de violência doméstica. A pesquisa foi realizada através do banco de dados Google Scholar, Scielo e Pepsic durante os meses de agosto/setembro de 2020 analisando publicações do ano de 2009 ao ano de 2019.

A escolha deste período para a amostra da pesquisa se deu devido à realização de uma busca prévia nas bases de dados pesquisadas, onde foi possível observar que as publicações se encontravam em maior concentração neste período, além de se caracterizar como o da produção mais recente sobre o tema.

No que se refere aos resultados das buscas, dentre os bancos de dados selecionados o que se obteve maior resultado em relação aos critérios que foram definidos, foi o Google Acadêmico, visto que, no Scielo e Pepsic foram encontrados poucos trabalhos que abordassem a temática da violência doméstica contra a mulher relacionada com a TCC.

Sendo assim, após a realização da pesquisa conforme descrito acima foram encontrados aproximadamente 5.010 resultados de publicações que se relacionavam com o tema, no qual, pela leitura dos títulos buscou-se até a página 20 do Google Scholar selecionando estudos referentes ao objetivo da pesquisa. Desta forma, em uma primeira etapa, foram selecionados 32 trabalhos publicados de acordo com o título e a relação com o tema, e em uma segunda etapa, após uma leitura minuciosa com base nos critérios de inclusão e exclusão estabelecidos, foram selecionados 10 artigos para a análise, que se enquadravam dentro dos critérios, assim sendo utilizados para compor essa pesquisa.

O quadro abaixo apresenta os principais estudos encontrados, apontando os autores, o título, ano de publicação, base de dados, objetivo, metodologia e o resumo dos resultados de cada trabalho selecionado, possibilitando ao leitor uma organização das ideias e conteúdos que facilitam a leitura e a compreensão.

Quadro 1 - Artigos selecionados para análise

Nº	Autor(es)	Ano de publicação	Título	Base de dados	Objetivo	Metodologia	Resultados
01	DRESCH	2011	Violência perpetrada contra a mulher pelo seu parceiro íntimo: uma análise sobre os estudos empíricos na realidade brasileira.	Universidade Federal do Rio Grande do Sul	Realizar um levantamento sobre a produção científica nacional na temática da violência contra a mulher. E identificar as contribuições das intervenções baseadas na TCC com as vítimas.	Revisão Sistemática da Literatura.	Este trabalho concluiu que o uso das técnicas da Terapia Cognitivo-Comportamental em mulheres vítimas de violência apresenta resultados satisfatórios no manejo de situações de risco, sendo uma abordagem terapêutica breve, com objetivos e metas que estruturam cada sessão terapêutica. Ainda, que a TCC é uma das mais efetivas em diversos quadros que necessitam de atenção clínica.
02	GOMES	2012	Mulheres vítimas de violência doméstica e transtorno de estresse pós-traumático: um enfoque cognitivo comportamental.	Revista de Psicologia da IMED	Realizar uma revisão a respeito da violência psicológica contra a mulher e o TEPT, visto que este pode afetar a vida das mulheres vítimas da violência e o tratamento utilizando as estratégias da TCC.	Revisão da Literatura.	De acordo com essa pesquisa, as vítimas estão constantemente expostas a várias formas de agressões, que podem ainda desenvolver o transtorno de estresse pós-traumático (TEPT), causando prejuízo social, funcional e ocupacional. Nesses casos, conclui-se que o tratamento com base na TCC, irão auxiliar as vítimas a ter percepção e conscientização sobre os pensamentos negativos que foram causados pelo trauma, de modo que consigam modificá-los através das técnicas específicas.
03	ROCHA; LAPORT.	2019	A intervenção psicológica no contexto da violência doméstica contra a mulher.	Revista Mosaico.	Analisar a intervenção psicológica em face da violência doméstica praticada contra a mulher, destacando-se a Terapia Cognitivo-Comportamental.	Revisão Narrativa de Literatura.	Com esta pesquisa, foi possível concluir que é de fundamental importância à intervenção psicológica junto às vítimas, especialmente, quando as intervenções são norteadas pela TCC, que com as técnicas de psicoeducação, questionamento socrático e reestruturação cognitiva podem proporcionar a redução do sofrimento e oferecer meios de alcançar maior qualidade de vida para essas mulheres.
04	FINCO	2018	Intervenções na abordagem cognitivo-	Centro Universitário	A finalidade desse trabalho foi a de promover reflexões sobre a violência doméstica,	Pesquisa de Campo.	A pesquisa realizada com 06 participantes formados em psicologia que atuaram com vítimas da violência doméstica concluiu-se que

			comportamental às mulheres vítimas de violência doméstica.	UNIFAAT	identificando as principais técnicas utilizadas na intervenção em atendimento às vítimas, e para isso, realizar entrevistas com psicólogos que atuam nessa área a fim de obter essas informações.		as intervenções na TCC demonstram-se eficazes nesses casos, utilizando as principais técnicas: psicoeducação; reestruturação cognitiva e técnicas de relaxamento, visto que propõem mudanças de crenças e alteração do comportamento, estando relacionados com o pensamento e sentimento das vítimas.
05	JESUS; LIMA.	2018	Mulher vítima de violência psicológica: contribuições clínicas da terapia cognitivo-comportamental.	Revista Psicologia, Diversidad e e Saúde.	Promover a discussão acerca da violência psicológica, como desdobramento das outras formas de violência, principalmente, da violência doméstica, e apresentar viabilidade da utilização da TCC para o tratamento destes casos.	Revisão Narrativa de Literatura.	A pesquisa ressaltou que os danos provocados pela violência são evidentes em vários âmbitos da vida de uma mulher, frente a essa realidade, indicou que a TCC é a mais indicada para auxiliar as vítimas no processo de ressignificação do sofrimento e da realidade, através das técnicas de psicoeducação, descoberta guiada e reestruturação cognitiva para promover mudanças.
06	OLIVEIRA et al.	2018	A aplicabilidade da Terapia Cognitivo-comportamental para pacientes vítimas de Violência Doméstica.	Revista das Ciências da Saúde do Oeste Baiano.	Promover uma reflexão e discutir sobre os benefícios da Terapia Cognitivo-Comportamental às vítimas deste tipo de violência.	Revisão Bibliográfica.	Como resultado, conclui-se que a abordagem terapêutica da TCC é uma das mais eficazes para o atendimento das vítimas, pois, possui técnicas primordiais que contribuem para a melhora da paciente.
07	PETERSEN et al.	2019	Psicoterapia cognitivo-comportamental para mulheres em situação de violência doméstica.	Revista Psicologia Clínica.	Realizar uma revisão sistemática da literatura sobre protocolos de terapia cognitivo-comportamental (TCC) para tratamento psicológico de mulheres em situações de violência doméstica.	Revisão Sistemática da Literatura.	Com esta pesquisa, conclui-se que as técnicas da TCC se mostram eficazes, destacando a importância da psicoeducação para que as mulheres possam compreender seu próprio funcionamento, sobre seus direitos e também as formas de buscar ajuda nas redes de proteção existentes no país.
08	HABIGZANG; PETERSEN; MACIEL.	2019	Terapia Cognitivo-Comportamental para mulheres que	Revista Ciências Psicológicas.	Descrever o processo e o resultado de um protocolo de intervenção cognitivo-comportamental para	Estudos de casos múltiplos.	Com a aplicação de um protocolo de intervenção com base na TCC, dividido em 4 etapas: Etapa 1: Psicoeducação e reestruturação cognitiva; Etapa 2: Exposição gradual às

			sofreram violência por seus parceiros íntimos.		mulheres que sofreram violência por parte do parceiro íntimo.		memórias traumáticas ; Etapa 3: Resolução de problemas e, Etapa 4: Prevenção à recaída, realizado com quatro mulheres em situação de violência doméstica obtiveram resultados positivos da efetividade das técnicas desta abordagem, com elas, foi possível auxiliar as vítimas a melhorar a visão sobre si e apresentarem mudanças positivas nos sintomas de ansiedade.
09	DIAS; CANAVEZ; MATOS	2018	Transtorno de estresse pós-traumático em mulheres vítimas de violência doméstica: Prejuízos cognitivos e formas de tratamento	Revista Valore.	O objetivo é compreender a violência doméstica através da história e propor formas de tratamento dentro da Terapia Cognitivo-Comportamental para vítimas de violência física, sexual e moral no ambiente doméstico que desenvolvem TEPT.	Revisão Sistemática da Literatura.	Como resultado, observou-se que mulheres que sofrem violência doméstica são vulneráveis a desenvolverem o TEPT, e que nesses casos a TCC é uma das terapias mais indicadas para o tratamento das vítimas, pois age com foco no trauma e possui técnicas específicas como: psicoeducação; manejo de ansiedade; registro de pensamentos disfuncionais etc, que visa fortalecer habilidades e potencializar a singularidade dessas vítimas.
10	FRANCO	2019	Terapia Cognitivo-Comportamental aplicada no fortalecimento e empoderamento da mulher vítima de violência doméstica.	Centro de Estudos em Terapia Cognitivo-comportamental.	O objetivo deste trabalho é explorar as estratégias e fatores de risco relacionados à violência doméstica, e trazer uma discussão sobre as técnicas contidas na TCC e quais vantagens da sua utilização com as vítimas.	Revisão Bibliográfica Exploratória.	Este trabalho concluiu que com base na TCC o tratamento com as vítimas por meio das técnicas será reestruturar as crenças disfuncionais existentes devido à violência, promovendo a recuperação em três aspectos: desenvolvimento da resiliência, diminuição do sofrimento e mudanças pessoais positivas, assim levando-as a uma vivência mais significativa.

Fonte: MORAES, A. K. L. de, 2020.

DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

A violência contra a mulher é um tema atual e que ainda atinge muitas mulheres, de diferentes formas e intensidades, sendo recorrente e presente no mundo todo, em diversos países, inclusive, no Brasil. As vítimas que sofrem agressões apresentam prejuízos negativos, podendo afetar a sua autoestima, desencadear sentimentos de fragilidade, insegurança, perda do valor próprio, isolamento social e que necessitam de auxílio profissional para reconstruir sua vida pessoal e profissional, autoestima e relações sociais. Desta forma, a violência doméstica é um fenômeno que pode ocorrer de diversas maneiras, e na maioria das vezes, é praticada pelo próprio parceiro íntimo e dentro do âmbito familiar (DRESCH, 2011).

Complementa Gomes (2012), que essas mulheres são vítimas de seus companheiros, e sofrem atrás de portas fechadas e em silêncio. São submetidas a diversos tipos de violência, físicas, psicológicas, sexuais e que geram consequências e prejuízos significativos em sua vida. Baixa autoestima, desenvolvimento de transtornos mentais, de ansiedade, transtorno de estresse pós-traumático depressão, fobias, consumo excessivo de álcool e outras drogas, são consequências que afetam a saúde física e emocional de mulheres que sofreram algum tipo de violência (ROCHA; LAPORT, 2019).

Nesse contexto da violência doméstica, quem sofre a violação pode se sentir psicologicamente abalada, levando a vítima a desenvolver pensamentos automáticos ou crenças disfuncionais negativas sobre si mesma, deixando-a em um estado de vulnerabilidade, em que a baixa autoestima, sentimentos de insegurança e incapacidade se prevalecem, de maneira que as impedem de reagir ou buscar ajuda para enfrentar esse problema (JESUS; LIMA, 2018).

Em seus estudos, Oliveira et al. (2018), abordam que a vítima sozinha dificilmente irá conseguir identificar e avaliar suas emoções e sentimentos negativos, sendo necessário uma intervenção psicológica que possibilite uma reestruturação cognitiva para contribuir nesse processo. Sendo assim, sugere-se que as intervenções junto às mulheres que sofreram violência doméstica sejam com base na Terapia Cognitivo-Comportamental, pois o foco do tratamento será modificar as crenças e as distorções cognitivas disfuncionais desenvolvidas pelas situações de violência. Ou seja, nesta abordagem o tratamento com as vítimas consiste em fornecer ferramentas que favorecem a percepção e conscientização sobre seus pensamentos e a interpretação que faz sobre eles, e então reestruturá-los, por meio de técnicas específicas.

Corroboram, Petersen et al. (2019), em sua pesquisa, aponta que dentre as abordagens psicoterapêuticas para o cuidado com a saúde mental de mulheres em situação de violência, a TCC vem apresentando evidências de eficácia, por conter diversas técnicas e estratégias que podem ser utilizadas na ressignificação dos eventos traumáticos e na redução de sintomas ansiosos.

Finco (2018) trouxe em sua pesquisa, que a TCC se preocupa com a compreensão de como são interpretadas as situações por cada indivíduo, e como isso influencia em seu comportamento. Nesse sentido, é a forma que a vítima analisa e interpreta as situações de violência que irão influenciar suas emoções e comportamentos. Portanto, a modificação desses pensamentos e crenças é fundamental, pois através da reestruturação cognitiva, onde o terapeuta junto com a vítima irá identificar quais os pensamentos que estão trazendo sofrimento para trabalhar em sua mudança, com isso a vítima começa a visualizar a situação com clareza e elaborar as emoções que trazem sofrimento (DIAS, 2018).

Habigzang et al., (2019) apresentam em seu trabalho várias técnicas da TCC que foram utilizadas com vítimas que sofreram violência doméstica, uma delas trata-se da psicoeducação, uma técnica de grande importância para que as vítimas tenham conhecimento sobre o processo psicoterapêutico, e como suas crenças afetam diretamente suas reações. Dessa forma, para que possam compreender seu próprio funcionamento, sobre o ciclo da violência, e também sobre seus direitos e como podem buscar ajuda nas redes de proteção existentes (PETERSEN et al., 2019).

Complementa Franco (2019) citando a técnica do Registro de Pensamentos Disfuncionais (RPD), que possibilita a vítima realizar um automonitoramento de seus pensamentos disfuncionais negativos, com o objetivo de identificá-los e então os modificar, tendo como resultado o reconhecimento de seu problema, e a elaboração de novos padrões de comportamentos.

Jesus e Lima (2018) apresentam em seu estudo algumas das técnicas utilizadas, dentre elas: descoberta guiada, que por meio do questionamento socrático, busca-se avaliar se os pensamentos da vítima são informações verdadeiras ou apenas fazem parte das crenças disfuncionais que possui; treino de autoinstrução, que envolve identificar crenças desadaptativas e substituí-las por adaptativas, através de autoafirmações que a própria vítima aprende para usar diante de situações que causam ansiedade; técnicas de relaxamento, que através da prática diária irão ajudar as vítimas a regular e controlar suas emoções.

A violência doméstica é algo muito complexo, com causas culturais, econômicas e sociais, que gera uma série de consequências na vida de uma mulher, acarretando prejuízos por vezes irreversíveis, caso não haja um tratamento adequado. Diante dessas situações, as vítimas criam crenças sobre si que dificultam a busca por ajuda e pela minimização do seu sofrimento. Desta forma, o psicoterapeuta de abordagem teórica na TCC, irá utilizar as técnicas juntamente com a vítima para auxiliá-la a ter uma percepção mais apurada e precisa acerca das interpretações da violência sofrida (OLIVEIRA et al.,2018).

Este processo será realizado em conjunto com a vítima, com objetivos definidos e metas que estruturam cada sessão terapêutica buscando promover mudanças e melhorias em sua qualidade de vida. Uma característica das intervenções cognitivo-comportamentais é que ao longo do processo o paciente pode se tornar seu próprio terapeuta, com a utilização das técnicas com a vítima, ela passa a ter mais consciência de seus pensamentos automáticos e crenças que estão trazendo prejuízos e a partir disso, possam identificá-las para reestruturar esses sentimentos, emoções e comportamentos relacionados a eles (FRANCO, 2019).

Por meio desta revisão de literatura, pode-se concluir que as intervenções psicológicas norteadas pela TCC, uma forma de psicoterapia breve, com sessões estruturadas com o foco no problema presente da vítima e utilizando as técnicas como a: Psicoeducação, Registro de Pensamentos Disfuncionais, Questionamento socrático, Reestruturação Cognitiva, é possível obter resultados significativos de melhoras, auxiliando no aumento da qualidade de vida das mulheres vítimas de violência e seu bem estar-emocional.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com os trabalhos analisados nesta pesquisa, observa-se que a violência doméstica contra a mulher se caracteriza como um fenômeno capaz de gerar inúmeras consequências para as vítimas, visto que estas violações trazem diversos danos tanto físicos, quanto psicológicos. As vítimas que sofrem apresentam prejuízos que afetam sua qualidade de vida, a abrangência dessas violações podem se apresentar, por exemplo, por uma doença sexualmente transmissível e até mesmo por um transtorno de estresse pós-traumático, e ainda vivenciar sentimentos de tristeza, desânimo, solidão, estresse, baixa autoestima. A exposição à violência pode gerar mudanças comportamentais, como: dificuldades para se relacionar, inseguranças no trabalho, dificuldades sexuais, entre outras.

Por isso, a atuação do profissional psicólogo utilizando a abordagem Terapia Cognitivo-Comportamental no atendimento psicológico a essas mulheres é de grande importância, pois a vítima dificilmente irá conseguir ter uma percepção dos sentimentos e emoções negativas que foram desenvolvidos, sendo necessária a utilização das técnicas específicas desta abordagem, para auxiliar no processo de reestruturação cognitiva para que não sejam desencadeados transtornos psicológicos ainda mais graves. E a TCC demonstra efetividade nesses casos, por ser uma psicoterapia breve e focada no problema presente, em curto período de tempo, pode promover mudanças nos pensamentos e crenças desadaptativas elaboradas devido à violência sofrida.

Desta forma, a TCC conta com a aplicação de técnicas que irão contribuir nesse processo: Psicoeducação, Reestruturação Cognitiva e os Registros de Pensamentos Disfuncionais, que tem como objetivo possibilitar a vítima a realizar o automonitoramento dos seus próprios pensamentos, fazendo com que se torne consciente dos padrões disfuncionais que possam estar praticando, para então modificá-los.

Por meio desta revisão de literatura, pode-se concluir a gravidade da violência na vida de uma mulher, nota-se que para promover a saúde mental e física das vítimas é importante o trabalho de uma rede de apoio interdisciplinar, assegurada pelas intervenções psicoterapêuticas, jurídicas, médicas, entre outras. Também é essencial, que estudos que abordem a temática da violência contra a mulher sejam mais publicados e divulgados na sociedade, atuando como um estímulo para que esse problema de saúde possa vir a diminuir seus dados alarmantes.

E por fim, a partir dos resultados dessa pesquisa, compreende-se que a violência contra a mulher não viola somente as leis e a sua integridade física, mas também seus sentimentos, afetos, resultando na fragilidade de suas emoções, com isso espera-se contribuir fomentando o debate acerca das contribuições da TCC no atendimento psicológico de mulheres vítimas, deixando, porém, explícito a extrema necessidade de novos estudos da própria profissão e profissionais, através das trocas de experiências, relatos de casos, dentre outras formas de se elevar a pesquisa na área.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BECK, Judith S. **Terapia Cognitiva: Teoria e Prática**. 2 ed. Porto Alegre: ArtMed, 2013, p.22-31.

BRASIL, Ministério da Saúde. Protocolos da Atenção Básica: Saúde das Mulheres. **Instituto Sírio-Libanês de Ensino e Pesquisa**, 2016. p.213.

DIAS, S. A. S.; CANAVEZ, L. S.; MATOS, E. S. Transtorno de estresse pós-traumático em mulheres vítimas de violência doméstica: prejuízos cognitivos e formas de tratamento. **Revista Valore**, Volta Redonda, 3 (2): pag.597-622, 2018.

DRESCH, Gabriela. Violência perpetrada contra a mulher pelo seu parceiro íntimo: uma análise sobre os estudos empíricos na realidade brasileira. Monografia (Especialização em Psicologia Cognitivo-Comportamental) – Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2011.

FINCO, B. P. **Intervenções na abordagem cognitivo-comportamental às mulheres vítimas de violência doméstica**. 69 p. TCC (graduação) – Bacharelado em Psicologia - Centro Universitário UNIFAAT, 2018.

FONSECA, D. H. da; RIBEIRO, C. G.; LEAL, N. S. B. Violência doméstica contra a mulher: realidades e representações sociais. **Psicologia & Sociedade**; 24 (2), 307-314, 2012.

FRANCO, J. E. J. L. **Terapia cognitivo-comportamental aplicada no fortalecimento e empoderamento da mulher vítima de violência doméstica**. TCC (especialização) - Centro de Estudos em Terapia Cognitivo-Comportamental, 36f, 2019.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. - São Paulo : Atlas, 2002, p.44-45.

GOMES, R. M. Mulheres vítimas de violência doméstica e transtorno de estresse pós-traumático: um enfoque cognitivo comportamental. **Revista de Psicologia da IMED**, vol.4, n.2, p. 672-680, 2012.

HABIGZANG, L. F.; PETERSEN, M. G. F.; MACIEL, L. Z. Terapia Cognitivo-Comportamental para mulheres que sofreram violência por seus parceiros íntimos: Estudos de casos múltiplos. **Ciencias Psicológicas**, 13(2), 149 – 264, 2019.

HEERDT, M. L.; LEONEL, V. Metodologia científica e da pesquisa. 5. ed. Palhoça: **UnisulVirtual**, 2007, p.14.

JESUS, G. B.; LIMA, T. C. Mulher vítima de violência psicológica: contribuições clínicas da terapia cognitivo-comportamental. **Revista Psicologia Diversidade e Saúde**, Salvador, 2018.

JORGE, M. H. P. de M. Violência como problema de saúde pública. **Ciência e Cultura**, vol.54 no.1 São Paulo, 2002.

MEZA; M., PATRICIA, D.; SALGADO, M., CAMILO, J.; RODRÍGUEZ, S., CARLOS, J.; Violencia física y psicológica contra la mujer embarazada. **Invest. educ. enferm**, 19(1):18-25, 2001.

OLIVEIRA, C. A. N.; BATISTA, C. T. M. S.; RAFAEL, E. B.; SANTO, M. P. A aplicabilidade da Terapia Cognitivo- comportamental para pacientes vítimas de Violência Doméstica. **Revista das Ciências da Saúde do Oeste Baiano - Higia**; 3 (1): 97-111, 2018.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. Relatório mundial sobre violência e saúde. **Organização Mundial de Saúde**. Genebra, 2002, p.5.

PETERSEN, M.G. F.; ZAMORA, J. C.; FERMAN, I. L.; CRESTANI, P. L.; HABIGZANG, L. F. Psicoterapia cognitivo-comportamental para mulheres em situação de violência doméstica: revisão sistemática. **Revista Psicologia Clínica**, Rio de Janeiro, vol. 31, n.1, p. 145, 2019.

ROCHA, I. da S.; LAPORT, T. J. A intervenção psicológica no contexto da violência doméstica contra a mulher. **Revista Mosaico**, 2019 Jul/Dez.; 10 (2): SUPLEMENTO 76-80.

SERAPIONI, M. Métodos qualitativos e quantitativos na pesquisa social em saúde: algumas estratégias para a integração. **Ciência & Saúde Coletiva**, 5(1):187-192, 2000, p.190

SILVA, S. A.; LUCENA, K. D.T.; DEININGER, L. S. C.; COELHO, H. F. C.; VIANNA, R. P. T.; ANJOS, U. U. Análise da violência doméstica na saúde das mulheres. **Journal of Human Growth and Development**. 25(2): 182-186, 2015.

SOUZA, M. T. de; SILVA, M. D. da; CARVALHO, R. de. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Revista Einstein** 8 (1 Pt 1):102-6, 2010.

STALLARD, P. **Bons Pensamentos – Bons Sentimentos:** manual de terapia cognitivo - comportamental para crianças e adolescentes. Porto Alegre: Artmed, 2009, p. 151.