

# OS IMPACTOS DA VIOLÊNCIA DE GÊNERO NO REFORÇAMENTO DAS CRENÇAS CENTRAIS FEMININAS

Data de aceite: 03/08/2023

### Jane de Oliveira Visconde

Psicóloga pelo Centro Universitário UNA  
<https://orcid.org/0009-0008-6012-1732>

### Ágatha de Matos Constantino

Psicóloga pelo Centro Universitário UNA  
<https://orcid.org/0009-0007-1300-2573>

### Elmara Caroline Xavier Lopes

Psicóloga pelo Centro Universitário UNA  
<https://orcid.org/0009-0007-1206-1950>

### Tatiane da Rocha Figueiredo

Psicóloga pelo Centro Universitário UNA  
<https://orcid.org/0009-0008-3403-9524>

### Acrísio Luiz Gonçalves

Psicólogo, Mestre e Doutor em Filosofia pela Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG), Docente do curso de psicologia Centro Universitário UNA.  
<https://orcid.org/0000-0002-2867-861X>

Dedicatória da primeira autora: À Armezina Miranda de Oliveira (*in memoriam*). Você me emprestou sua história como inspiração e me ensinou a voar mesmo tendo suas próprias

asas cortadas. Agora, eu te empresto as minhas asas, que você tão gentilmente ajudou a moldar, e prometo voar ainda mais alto em sua homenagem. Obrigada!

**RESUMO:** A violência a que as mulheres são frequentemente submetidas produz impactos marcantes no bem-estar, na segurança e na subjetividade feminina. Considerando esse cenário, o presente trabalho analisou o processo de violência sofrido pelas mulheres e os seus impactos no reforço das crenças centrais femininas. Para isso, foi realizada uma revisão bibliográfica narrativa, combinando referenciais da Terapia Cognitivo-Comportamental com publicações acerca da violência de gênero em uma perspectiva feminista, a fim a identificar e descrever as crenças disfuncionais que influenciam o comportamento das mulheres. Ao concluir as análises, percebeu-se que a sociedade patriarcal impulsiona o comportamento agressivo, opressor e controlador de grande parte dos homens, direcionando a figura feminina ao papel de “mulher-objeto”.

**PALAVRAS-CHAVE:** violência de gênero; machismo; feminismo; terapia cognitivo-comportamental; crenças nucleares.

## THE IMPACTS OF GENDER-BASED VIOLENCE ON THE REINFORCEMENT OF FEMALE CORE BELIEFS

**ABSTRACT:** The violence to which women are often subjected has a significant impact on women's well-being, safety and subjectivity. Considering this scenario, the present work analyzed the process of violence suffered by women and its impacts on the reinforcement of female core beliefs. To achieve this, a narrative bibliographic review was carried out, combining references from Cognitive-Behavioral Therapy with publications about gender violence from a feminist perspective, to identify and describe the dysfunctional beliefs that influence women's behavior. Upon concluding the analyses, it was noticed that the patriarchal society drives the aggressive, oppressive and controlling behavior of most men, directing the female figure to the role of "woman-object".

**KEYWORDS:** gender violence; sexism; feminism; cognitive-behavioral therapy; core beliefs.

## 1 | INTRODUÇÃO

"Suas asas são cortadas, mas ainda assim ela é culpada por não saber como Voar." (Simone de Beauvoir)

A violência contra mulheres é uma das violações de direitos humanos mais persistentes e devastadoras na atualidade. No entanto, permanece subnotificada, devido à estigmatização e à vergonha a que as vítimas são, muitas vezes, impostas, tanto durante a agressão quanto no momento da denúncia. Além disso, há o pelo receio de impunidade dos agressores, o que pode agravar o ciclo da violência (OLIVEIRA; MAIO, 2016).

Historicamente, no imaginário social, a figura da mulher encontra-se associada à noção de objeto de posse do gênero masculino. Tal perspectiva denota uma objetificação da existência da mulher que corrobora com a manutenção das relações de poder e da hierarquia social, na qual o homem é visto como o progenitor e responsável por sustentar a família, o que lhe conferiria o direito de decidir, inclusive, sobre o corpo e os desejos da sua parceira. Ao passo em que, da mulher, espera-se a submissão, a vinculação ao ambiente privado, o cuidado com o outro e a responsabilidade pela realização das tarefas domésticas. Nesse sentido, a partir da identificação do sexo da criança, as meninas são continuamente incentivadas a desempenhar papéis sociais vinculados às noções de fragilidade, submissão, dependência, passividade, meiguice, ternura, entre outros socialmente atribuídos à feminilidade (MACHADO; CASTANHEIRA; ALMEIDA, 2021).

Conforme destaca Beauvoir (1949a), durante muito tempo, a mulher atuou como um pária social, não sendo atribuídos significados significativos à sua existência sem que estes estivessem diretamente vinculados à figura do homem: "a humanidade é masculina,

e o homem define a mulher não em si, mas relativamente a ele; ela não é considerada um ser autônomo. [...] Ela não é, senão, o que o homem decide que seja” (BEAUVOIR, 1949a, p. 12). Essa concepção conservadora, apoiada em discursos ideológicos e/ou religiosos sobre as funções e papéis sociais desempenhados por cada gênero, acaba legitimando a violência contra a mulher.

Uma breve análise acerca dos espaços ocupados por mulheres em casa, no trabalho e em espaços públicos, bem como da diferença entre os processos de socialização e educação de meninas e meninos, demonstra a existência de lógicas culturais, institucionais e políticas que tentam reforçar a sujeição das mulheres (BANDEIRA, 2009). Constantemente modeladas, reprimidas e subjugadas, exige-se que as escolhas e os desejos das mulheres satisfaçam as expectativas do imaginário social sobre o significado de ser mulher, o que faz com que a capacidade física e intelectual seja frequentemente questionada ou até invalidada (FRIEDAN, 2021).

Dessa forma, este estudo tem como principal objetivo compreender os impactos causados pela violência de gênero no desenvolvimento da identidade feminina, utilizando-se da perspectiva da Terapia Cognitivo-Comportamental para identificar possíveis repercussões causadas por uma sociedade estruturalmente machista no desenvolvimento e consolidação das crenças centrais femininas.

## 2 | MÉTODO

O presente trabalho apresenta uma revisão narrativa de caráter exploratório sobre os impactos da violência de gênero no reforçamento das crenças centrais femininas. Uma revisão narrativa pode ser entendida como uma análise crítica, porém não sistematizada da literatura, cujas referências analisadas são selecionadas e avaliadas a partir da percepção dos autores, o que torna tal revisão mais subjetiva (ROTHER, 2007).

Na presente revisão, as buscas de artigos científicos foram realizadas em repositórios acadêmicos, como *SciELO*, *PePSIC* e *Google Acadêmico*, utilizando as seguintes combinações de descritores: “Terapia Cognitivo-Comportamental” e “violência de gênero”, “crenças centrais” e “machismo”. Como critério de revisão, optou-se por artigos redigidos em língua portuguesa. Além disso, considerando as características da revisão narrativa, foram incluídos na análise obras não oriundas de uma busca sistemática, que pudessem fomentar a análise da concepção histórica e cultural sobre a violência de gênero, suas características e impactos na subjetividade feminina.

## 3 | RESULTADOS E DISCUSSÃO

### 3.1 O MOVIMENTO FEMINISTA

Ninguém nasce mulher: torna-se mulher. Nenhum destino biológico, psíquico,

econômico define a forma que a fêmea humana assume no seio da sociedade; é o conjunto da civilização que elabora esse produto intermediário entre o macho e o castrado, que qualificam de feminino (BEAUVOIR, 1949b, p.11).

Nas palavras de Simone de Beauvoir (1949b), não basta apenas a biologia para definir a mulher. Compete-lhe também a adequação às expectativas sociais e reprodução dos padrões que a qualificam como “mulher ideal”: bela, quieta, meiga, educada, silenciosa, submissa, cuidadora, delicada, “dona do lar”, entre outras. Em nossa sociedade, portanto, torna-se mulher a partir da apropriação das características da feminilidade definidas socialmente. Em oposição, as características que definem a feminilidade e que, tão comumente, são empregadas para modelar o “ser mulher”, também denotam vulnerabilidade, fraqueza e ofensa quando direcionadas ao gênero masculino (NETO; FIRMINO; PAULINO, 2019).

Essa condição designa para as mulheres repertórios comportamentais pautados, principalmente, pela obediência e submissão ao masculino, o que acaba legitimando a dominação do homem sobre a mulher. A esse respeito, Saffioti (1994) aponta que:

Potencialmente, todo homem é violento à medida que é *incentivado, cotidianamente, a ser valente, a mostrar que é macho*, masculinidade sendo sinônimo de *transformação da agressividade em agressão*. A mulher, ao contrário, é *estimulada a suportar calada os maus tratos a ela infligidos por seu companheiro*, sobretudo quando este é um bom provedor das necessidades materiais da família. *Não deixar faltar nada em casa significa, para a sociedade, ser bom marido*. [...] Se ele tem amante, isto se deve ao fato de sua esposa não ser carinhosa, não saber que cativá-lo. Assim, trata-se de dois pesos e duas medidas, cuja operação contínua garante as desigualdades de gênero (SAFFIOTI, 1994, p. 460, grifos nossos).

Em contraposição, o movimento feminista apresenta-se como um conjunto de ideias políticas e filosóficas cuja propensão é promover a igualdade política, econômica, cultural, social e jurídica entre homens e mulheres, por meio de campanhas pelos direitos femininos na sociedade, na vida civil e privada. O feminismo visa abolir, nessas diferentes áreas, as desigualdades e opressões das quais as mulheres, frequentemente, são vítimas, desconstruindo a ideia de supremacia de gêneros cujas algumas sociedades – como a brasileira – se apoiam para a perpetuação de diversos tipos de violência contra a mulher (SCHMIDT, 2000).

### 3.1.1 O papel da sociedade e da família na manutenção da violência de gênero

A família desempenha um papel fundamental na construção da sociedade, posto que este é o primeiro espaço em que o indivíduo se desenvolve (DOMINICI, 2018). A família é o núcleo social em que se aprende as regras da convivência em sociedade, definindo os direitos, as obrigações, os valores e as crenças de cada indivíduo, que servem como parâmetros para as relações interfamiliares. Neste grupo, consolidam-se práticas que

envolvem os conceitos de amor, solidariedade, empatia, respeito, entre outros, os quais são transmitidos e, posteriormente, ancoram comportamentos nos diferentes contextos sociais. Por isso, é de vital importância dar atenção à formação das crianças como parte integrante de uma família.

As famílias tendem a se organizar em torno de um modelo patriarcal e conservador que valoriza os tradicionalismos e a submissão feminina àquele que corresponde à figura de provedor (SAFFIOTI, 1994). Essa formação se fortalece diante da educação tradicional dos filhos e, conseqüentemente, influencia a perpetuação da violência contra a mulher, posto que as crianças aprendem a incorporar essas estruturas sociais que, explícita ou implicitamente, determinam quais comportamentos são próprios de meninos ou meninas.

Frequentemente, a reprodução da violência de gênero consiste em uma forma de submeter as mulheres a um padrão de dominação masculina, reforçando o comportamento de subordinação, por parte da mulher. A esse respeito, Dominici (2018) aponta que:

A violência contra as mulheres tem ultrapassado séculos e os valores que a sustentam persistem. *A crença na superioridade hierárquica do homem*, com suas implicações, tem sido *transmitida dentro das famílias, das comunidades*, sem que os questionamentos tenham sido suficientes para revertê-la (DOMINICI, 2018, p.11, grifos nossos).

Dado o caráter doutrinador das relações de poder aprendidas socialmente, é possível perceber que certas formas de agressão são toleradas e, muitas vezes, incentivadas pela sociedade. Assim, as relações de violência tendem a transcender a figura do casal, influenciando também as crianças e adolescentes envolvidos nessa relação (DUARTE; PAULINO, 2020).

### 3.1.2 A luta por igualdade de direitos e empoderamento feminino

É possível notar que, ao posicionar-se contrária a tais estereótipos e padrões sociais, a mulher tende a ser rotulada como brava, intolerante e até mesmo ameaçadora. Frequentemente, ao se declarar feminista, seu posicionamento político-filosófico passa a ser questionado e atacado, sob alegações de que o movimento feminista “não passa de ‘mimimi’ de mulheres mal-amadas”. Desse modo, a luta pela igualdade de direitos representa uma ameaça aos privilégios dos homens e demonstra a fragilidade dos papéis sociais associados ao gênero, colocando em destaque a construção da identidade masculina, posto que, no imaginário social, há apenas uma forma de masculinidade tolerável: aquela que forma sujeitos agressivos e violentos.

Em contrapartida, a perspectiva de uma sociedade pautada no conceito da equidade vislumbra também a libertação e a emancipação do ser humano, independentemente de seu sexo, raça ou cor. O movimento feminista produziu uma ampla variedade de análises sociológicas e filosóficas, as quais enfatizam que, libertando-se das amarras do patriarcado, mulheres e homens podem construir novas relações de gênero, recriando os seus papéis

sociais. Tem-se, assim, o principal objetivo do feminismo: o de que mulheres e homens se tornem iguais perante a lei e a sociedade em geral.

Para Schuler (1997), os direitos das mulheres são direitos humanos, e o empoderamento está relacionado ao desenvolvimento de uma consciência desperta, ou seja, a uma mudança de mentalidade em relação ao lugar da mulher enquanto sujeito. Ainda de acordo com a autora, o empoderamento é considerado um processo pelo qual as mulheres conseguem ampliar a capacidade de configurar suas próprias vidas e seu ambiente, uma evolução na autoconsciência, no seu status e na eficácia das interações sociais. Para isso, a implementação de leis e políticas públicas é fundamental, mas, é igualmente importante encontrar maneiras de desafiar os estereótipos tradicionais de gênero e mudar as mentalidades sexistas na sociedade.

## 3.2 O MODELO COGNITIVO-COMPORTAMENTAL

### 3.2.1 *Pensamentos e crenças desadaptativas*

As crenças e pensamentos automáticos negativos se constituem numa junção entre tendências inatas, experiências individuais e construções socioculturais predominantes em determinado tempo e lugar (BECK, 2017). Desse modo, algumas representações socialmente construídas influenciam na subjetivação de modos de vida, pensamentos e comportamentos, pois norteiam a estrutura de um grupo social.

Desenvolvida por Aaron T. Beck, a Terapia Cognitivo-Comportamental foi criada a partir da experiência clínica do autor com pessoas que apresentavam características do transtorno depressivo maior, nas quais ele observou que a interpretação de si, do mundo e das relações sociais apoiava-se em um filtro de pensamentos marcadamente negativos que sinalizavam os impactos das situações anteriormente vivenciadas (BECK, 1967; KNAPP, 2007).

O modelo cognitivo propõe uma concepção de sujeito baseado em pensamentos, emoções e comportamentos. Segundo essa concepção, os pensamentos desencadeiam reações fisiológicas e emocionais que influenciam diretamente no comportamento do indivíduo (WRIGHT; BASCO; THASE, 2008). Compreendidos como ideias fugazes que, muitas vezes, passam despercebidas ao indivíduo, os pensamentos automáticos encontram-se em um nível mais superficial da cognição, deixando rastros nas emoções e no comportamento do sujeito. Muitas vezes, embora não condizentes com a realidade, tais pensamentos são interpretados como altamente plausíveis. Além disso, ainda que os pensamentos sejam verídicos e estejam de acordo com a situação vivenciada, não necessariamente estes serão adaptativos ao sujeito, podendo ocasionar respostas emocionais e comportamentais disfuncionais (BECK, 2022).

O modelo cognitivo interpreta que o ser humano desenvolve formas de

reconhecimento de si, do outro e do mundo a partir dos esquemas cognitivos aos quais os pensamentos automáticos se vinculam. Em síntese, tais esquemas estabelecem bases para que o sujeito interprete as situações, estruturando as suas reações comportamentais diante das mesmas. De acordo com Wright, Basco e Thase (2008):

Esquemas são princípios duradouros de pensamento que começam a tomar forma no início da infância e são influenciados por uma infinidade de experiências de vida, incluindo os ensinamentos e o modelo dos pais, as atividades educativas formais e informais, as experiências de seus pares, os traumas e os sucessos (WRIGHT; BASCO; THASE, 2008, p. 21).

Os esquemas são princípios desenvolvidos ao longo de toda a vida, que atuam no sentido de organização da realidade, não sendo necessariamente vinculados a alguma forma de psicopatologia. As crenças, intermediárias e nucleares fazem parte desses esquemas, consistindo, respectivamente, em regras condicionais e em regras absolutas que o indivíduo utiliza para interpretar suas próprias vivências (WRIGHT; BASCO; THASE, 2008). Portanto, os esquemas são as estruturas que mantêm as crenças do indivíduo, enquanto estas se configuram como os conteúdos desses esquemas.

Entendidas como uma espécie de “lente” através da qual o sujeito enxerga o mundo, as crenças são desenvolvidas a partir da experiência de vida e do processo de socialização dos indivíduos. As crenças intermediárias são baseadas em relações do tipo “se..., então...” e/ou “tenho que”, revelando regras, pressupostos e atitudes do indivíduo. As crenças centrais, por sua vez, são conceitos mais enraizados que revelam e definem a forma como o sujeito interpreta a si mesmo, as pessoas e o mundo ao seu redor (WRIGHT; BASCO; THASE, 2008).

Nessa direção, Beck (2022) propõe a classificação das crenças nucleares desadaptativas em três níveis: desamor, desvalor e desamparo. As crenças centrais de desamor versam sobre a concepção de que o indivíduo não merece ser amado, tornando-se alguém indesejável e rejeitado; as crenças de desvalor reproduzem a ideia de incompetência, fracasso, incapacidade; já as crenças de desamparo apontam para uma percepção de fragilidade, vulnerabilidade, carência e dependência (BECK, 2022). Quando tais crenças estão ativadas, é possível perceber seus impactos e suas implicações na formulação dos pensamentos, emoções e comportamentos dos indivíduos.

Considerando o cenário de machismo e violência vivenciado por inúmeras mulheres, a formulação de crenças centrais femininas pode estar ligada à sentimentos de desamor, desvalor e desamparo. Nos homens, em contraponto, as crenças centrais podem estar ligadas à um sentimento de superioridade e dominação. Essas crenças, por sua vez, geram padrões de comportamento que tendem a reforçar e legitimar a violência de gênero, além de corroborar para uma percepção distorcida da violência socialmente.

### *3.2.2 O desenvolvimento do indivíduo vítima de violência*

De acordo com Judith Beck (2022), a infância corresponde a uma fase de extrema importância para o desenvolvimento e consolidação das crenças, pois é nesse momento que o indivíduo é apresentado às regras sociais e começa a introjetar valores, princípios, direitos e deveres. Ou seja, as crenças são construídas a partir das experiências vivenciadas; assim, os eventos que desencadeiam pensamentos automáticos desadaptativos ocorrem em função da ativação de crenças nucleares também desadaptativas.

Considerando que o machismo e a violência de gênero se perpetuaram ao longo de muitos anos, com predominância em inúmeras culturas e sociedades, é de se esperar que esse comportamento nocivo exerça fortes influências na construção social e no reforçamento de crenças negativas, especialmente ligadas à autopercepção feminina.

Pode-se dizer que mulheres que se encontram em situações de violência tendem a criar repertórios que mantêm ativas suas crenças de desamor, desvalor e/ou de desamparo. Uma vez internalizado, esse tipo de crença, mesmo sem nenhuma relação com algum transtorno, exerce uma influência nas diversas relações sociais. Tais influências se fazem notar, por exemplo, a partir da reprodução de alguns ditos populares que insinuam a superioridade masculina, como “mulher no volante, perigo constante” ou “lugar de mulher é na cozinha”. Esses ditos explicitam a crença social de que a mulher deve ser limitada a lugares, espaços e contextos pré-determinados pelo machismo. Outros exemplos, como “mulher tem que se dar o respeito” e “desse, jeito ninguém vai te querer”, denotam como o machismo estabelece pressupostos sobre o comportamento feminino, impondo à mulher um padrão de ação estritamente vinculado ao objetivo de agradar o outro, no caso, um outro masculino.

Entretanto, a violência de gênero não impacta apenas nas mulheres, mas também implica riscos para seus filhos, uma vez que testemunhar a violência dentro da família aumenta as chances de as crianças desenvolverem repertórios comportamentais disfuncionais. Sobre esse aspecto, de acordo com Bandura (2008), os comportamentos não precisam ser reforçados diretamente para ocorrer aprendizado. O sujeito, por meio de sua relação com outros indivíduos, aprende, também, ao observar as experiências das pessoas ao seu redor. Dessa forma, nos contextos familiares, os pais desempenham o papel de modelo, transmitindo aos filhos comportamentos que geram significados e experiências, levando-os a repetir ou a cultivar determinados comportamentos.

Portanto, hipoteticamente, se uma menina está em um ambiente no qual um homem apresenta comportamento violento contra uma mulher, essa criança pode entender que aquela é uma realidade aceitável e, posteriormente, caso ela se depare com uma situação semelhante, pode acabar reproduzindo o comportamento de aceitação/submissão que presenciou anteriormente. Nesse sentido, de acordo com Judith Beck:

Pessoas que vivem em ambientes físicos ou interpessoais mais perigosos



tendem a ter um funcionamento mais deficiente; elas podem ter relacionamentos perturbados e possuir crenças nucleares mais negativas. Essas crenças podem ou não ter sido realistas e/ou úteis quando se desenvolveram inicialmente. Na presença de um episódio agudo, no entanto, essas crenças tendem a ser extremas, irrealistas e altamente mal adaptativas (BECK, 2022, p. 31).

Em geral, a aquisição e a modelação de comportamentos começam a ser construída desde a identificação do sexo do bebê, quando a sociedade começa a impor papéis sociais estereotipados de gênero. Por exemplo, é esperado que as meninas usem rosa, sejam bem-comportadas, meigas, nunca se imponham ou contestem as opiniões dos coleguinhas do sexo oposto. Elas devem brincar com bonecas e panelinhas, sendo incentivadas a adotar referências de brincadeiras que sustentem o modelo tradicional do patriarcado, no qual a função da mulher seria, única e exclusivamente, cuidar e zelar pela casa, marido e filhos. Por outro lado, os meninos são direcionados a brincadeiras que estimulam a agressividade e a competitividade, sendo modelados para reproduzir padrões comportamentais que os colocam em posição de superioridade em relação às meninas. Para isso, espera-se que suprimam suas emoções sob a justificativa de que demonstrar sentimentos “é coisa de mulherzinha”, o que contribui para a desvalorização e inferiorização da mulher e tudo que está associado a ela.

Portanto, pode-se observar que o modelo sociocultural e histórico da nossa sociedade estimula a formulação de crenças voltadas à submissão feminina, ao passo que reforçam uma perspectiva distorcida do papel dominante atrelado ao homem. Isso acaba resultando em uma masculinidade predominantemente disfuncional, tanto para as mulheres como para os próprios homens. Com isso, o machismo que assola grande parte das mulheres também afeta os homens, na medida em que estes se veem restritos a apenas uma forma de existência e expressão de sua masculinidade. Essa limitação pode ser considerada um facilitador da violência de gênero, uma vez que o homem que não “domina” sua mulher tende a ser ridicularizado socialmente, conforme destaca Hooks (2021):

Em troca de todas as delícias que os homens recebem do patriarcado, é exigido que dominem as mulheres, que nos explorem e oprimam, fazendo uso de violência, se precisarem, para manter o patriarcado intacto. A maioria dos homens acha difícil ser patriarca. A maioria dos homens fica perturbada pelo ódio e pelo medo de mulher e pela violência de homens contra mulheres, até mesmo os homens que disseminam essa violência se sentem assim. Mas eles têm medo de abrir mão dos benefícios (HOOKS, 2021, p. 16).

Nessa hierarquia entre os sexos, em que mulheres são incentivadas a se deixarem dominar e, por sua vez, os homens são incentivados a demonstrar virilidade e controle, tem-se um solo fértil para o desenvolvimento e a expressão da violência de gênero.

### *3.2.3 Violência de gênero e o reforçamento das crenças centrais femininas*

A autopercepção está intimamente associada aos papéis sociais que

tradicionalmente são definidos a partir do gênero do indivíduo. Neste ponto, percebe-se que a mídia e as redes sociais desempenham uma função primordial quanto à “comercialização” da imagem da “mulher ideal” (CASTRO; MELO, 2020). No que se refere à construção da identidade feminina, os pressupostos desses papéis de gênero determinam um complexo conceito de feminilidade caracterizado pela negação das próprias necessidades, submissão e subordinação, abandonando os próprios projetos e interesses em detrimento de servir, quase sempre, à figura masculina.

Dessa forma, compreendendo a relação entre a influência dos papéis sociais e o modelo cognitivo, pode-se presumir que os marcadores socioculturais descritos geram impactos nos pensamentos e comportamentos das mulheres, além de corroborar com o desenvolvimento e a manutenção das crenças centrais negativas femininas, já que, desde a primeira infância, a mulher se depara com expressões que ditam como ela deve se comportar e sentir.

Os estereótipos vinculados à construção da feminilidade restringem as mulheres, limitando-as à esfera doméstica. Assim, a consequência mais imediata é a consideração da mulher como um objeto de propriedade do homem. Essa perspectiva reforça a ideia de que o papel fundamental na vida de uma mulher é procriar e apoiar o seu marido a se tornar um grande homem, cabendo a elas a responsabilidade total e exclusiva pela educação dos filhos. De acordo com Tiburi (2018):

As mulheres são convencidas, por meio de uma combinação perversa entre violência e sedução, que *a família e o amor valem mais do que tudo*, quando, na verdade, *o amor de devoção à família serve para amenizar a escravidão*, que, desmontada, faria bem a todos, menos àquelas que realmente preferem uma sociedade injusta porque se valem covardemente de seus privilégios. *Há uma verdadeira “ideologia do amor de devoção à família”* (TIBURI, 2018, p. 21, grifos nossos).

Além disso, o preconceito social segundo o qual as mulheres são emocional e financeiramente frágeis e vulneráveis serve como parâmetro para reforçar a dependência da mulher frente em relação ao homem.

Esses estereótipos são determinantes para a criação de crenças nucleares que podem favorecer o machismo e a violência de gênero, sobretudo considerando o fato de que o ciclo de violência, em um relacionamento abusivo, nem sempre é facilmente perceptível (CASTRO; MELO, 2020). Afinal, os discursos machistas estão presentes na construção da identidade feminina e se expressam como formas de orientação e educação que camuflam o real motivo de serem proferidos: a manutenção da submissão da mulher e a romantização da opressão, com o intuito de influenciar atitudes e comportamentos mais “adequados” sob uma perspectiva patriarcal.

Durante toda a vida, encontram-se referências e representações sociais que fomentam a criação de crenças restritivas e/ou negativas acerca da mulher, mesmo em situações que pressupõem uma certa inocência, como é o caso de filmes e histórias

infantis. De acordo com Castro e Melo (2020):

Ao assistir as animações entende-se que: *todas elas buscam e concretizam ao final do filme um final feliz. [...] para as crianças, as Princesas Disney alimentam o imaginário infantil, reforçando o necessário para um final feliz, por meio de seus castelos luxuosos, vestidos e beleza inegável. [...] tais personagens propagam diversos valores culturais, a importância e relevância da juventude e até mesmo o romantismo (CASTRO; MELO, 2020, p. 9, grifos nossos).*

Essa idealização dos relacionamentos amorosos e familiares, bem como o afunilamento das expectativas a respeito do futuro das mulheres, corroboram com a percepção de que o casamento é o que resguarda a honra, a integridade e a proteção da mulher. Além disso, a reprodução desse padrão de representatividade, pautado em uma concepção machista, repercute, a longo prazo, no desenvolvimento e manutenção de crenças disfuncionais femininas sobre a necessidade de que a mulher esteja “à espera do príncipe encantado” que deverá salvá-la da morte ou libertá-la do cativeiro.

Além disso, o olhar conservador propõe que as mulheres são seres incompletos até que se tornem mães. Dessa forma, a mulher torna-se refém de sua própria condição; sua submissão se traduz em sair de si para doar-se a terceiros, dedicando-se aos filhos, ao marido e ao lar como uma missão supostamente sagrada (CARNERO, 2005).

Tais imposições culturais sobre o que seria a conduta adequada da mulher são reproduzidas, explícita ou implicitamente, a partir de diversas formas de discursos machistas (BARROS; BUSANELLO, 2019). Em nossa cultura, várias expressões revelam a forma como as relações amorosas, sexuais e/ou conjugais devem ser vivenciadas, reforçando o comportamento submisso por parte da mulher, a saber: “seu namorado/marido *permite* que você use essa roupa?”, “com esse comportamento, homem nenhum vai te querer”, entre outras.

Nos ambientes religiosos, em sua maioria, a figura feminina também é colocada em lugar de submissão. Nesses ambientes, o machismo se fortalece a partir de argumentos de um suposto modelo de vida divino, segundo o qual “Deus criou a mulher para o homem” (NUNES; SOUZA, 2021).

Nos ambientes profissionais, por sua vez, ainda é comum que as mulheres passem por situações constrangedoras e/ou limitantes apenas por serem mulheres; além disso, a capacidade intelectual e profissional dessas mulheres ainda é questionada no mercado de trabalho (PRONI; PRONI, 2018). Todas essas situações, representações sociais e ideologias são fatores de risco para que as mulheres, ao longo de suas vidas, desenvolvam crenças limitantes que interfiram em sua autopercepção enquanto mulher.

### *3.2.4 “Sexo frágil e submisso”: o lugar de fala da mulher vítima de violência*

A Lei n.11.340/2006, conhecida como “Lei Maria da Penha” (BRASIL, 2006), assinala cinco formas de violência contra a mulher, sendo elas: a violência física, sexual,

psicológica, patrimonial e moral. Entretanto, mesmo os tipos mais frequentemente expostos e passíveis de comprovação – como a violência física e/ou sexual – podem ser invalidados. Comumente, vítimas de estupro e/ou assédio sexual são questionadas acerca das roupas que usavam no momento em que foram agredidas, numa tentativa de legitimar a violação do corpo feminino, sob alegações de que “se a mulher não quisesse, ela não deveria se vestir ou beber dessa forma”.

Quanto às agressões físicas, percebe-se uma tentativa de desvincular a culpa do homem e direcioná-la à mulher, com discursos como “ele bateu uma vez e ela não fez nada, então ela gosta de apanhar” ou “todo mundo sabe que você não deve provocar um homem desse jeito”. Inicialmente, a naturalização da violência contra mulher ocorre quando a sociedade fecha os olhos para agressões que acontecem no cotidiano, em pequenos atos, bem como quando as mulheres são expostas a ambientes hostis de discriminação, discursos de ódio e opressão constantes.

Contudo, a violência contra a mulher é perpetrada não somente pelo seu agressor, mas também por parte de uma sociedade que se cala diante de tais situações ou que acusa a vítima pela agressão a qual foi submetida, naturalizando o ciclo de violência. Frequentemente, esses discursos que culpabilizam a vítima são reforçados por um ideal social que se baseia na ideia de que “o respeito deve partir da mulher”, isentando o homem da responsabilidade por seus atos.

Dessa forma, é necessário pontuar os desafios que as mulheres enfrentam ao denunciarem as agressões as quais são vítimas. Muitas vezes, encontrando-se em uma posição na qual acaba por ser deslegitimada quando relata a violência, a vítima se vê, durante a denúncia, em um ambiente hostil e machista, sem o acolhimento devido, sendo questionada quanto à veracidade da acusação, mesmo em casos nos quais a vítima apresenta marcas físicas da agressão sofrida. Além disso, partindo do princípio de que alguns tipos de violência não deixam vestígios físicos, a mulher geralmente tende a ser desacreditada e/ou ridicularizada, como acontece em casos de violência psicológica e/ou patrimonial.

Portanto, a violência de gênero decorre de uma ideologia baseada na estrutura patriarcal que define tradições, normas, crenças e costumes que favorecem a desigualdade entre os sexos, silenciando a mulher. Essa estrutura social, conforme apontado, gera impactos negativos nas mulheres, ao produzir e reforçar crenças que impõem situações diversas de sofrimentos psicossocial.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A violência contra mulheres é uma violação persistente e devastadora. O machismo pode ser considerado um tipo de esquema que organiza a forma como a masculinidade se expressa social e culturalmente, tanto na organização da sociedade quanto no padrão de

conduta dos homens. Em relação às mulheres, o machismo produz crenças que moldam autopercepção feminina, impondo submissão, medo e restrições à liberdade das mulheres.

Os estereótipos sobre como cada gênero deve se comportar, aliados à estrutura social que sustenta a desigualdade de poder entre os gêneros, contribuem para a reprodução de padrões de violência contra as mulheres. Nesse sentido, a assimetria de poder observada socialmente entre os gêneros masculino e feminino define o modo entendido como culturalmente “apropriado” de proceder nos relacionamentos: os homens oferecem proteção às mulheres em troca de obediência e submissão. A natureza sutil e encoberta desse tipo de “sexismo benevolente” dificulta a detecção e as reações de enfrentamento.

Durante a escrita deste texto, foram identificados em maior quantidade artigos que abordam como a Terapia Cognitivo-Comportamental pode ajudar mulheres que sofreram violência de gênero, a partir de intervenções comprovadamente eficazes. No entanto, este ensaio discutiu os impactos da experiência de violência na ativação das crenças centrais das mulheres, servindo como referência para futuras pesquisas realizadas sob a mesma perspectiva.

Em síntese, essa revisão narrativa exploratória destaca que a experiência de vivenciar uma situação de violência influencia no desenvolvimento das crenças centrais femininas, desencadeando respostas emocionais negativas. Além disso, tais crenças podem dificultar a adoção de atitudes de rompimento com a situação de violência vivenciada. Esse apontamento ressalta a relevância do tema e a necessidade de uma vigília contínua por parte dos pesquisadores para garantir uma interação dinâmica entre a ciência e a sociedade.

## REFERÊNCIAS

BANDEIRA, Lourdes. Três décadas de resistência feminista contra o sexismo e a violência feminina no Brasil: 1976 a 2006. **Sociedade e Estado**, Brasília, v. 24, n. 2, pp. 401-438, maio/ago. 2009.

BANDURA, Albert. A evolução da teoria social cognitiva (Cap. 1, pp. 41), In: BANDURA, Albert; AZZI, Roberta G.; POLYDORO, Soely. (Orgs). **Teoria social cognitiva: conceitos básicos**. Porto Alegre: Artmed, 2008.

BARROS, Antônio Teixeira de; BUSANELLO, Elisabete. Machismo discursivo: modos de interdição da voz das mulheres no parlamento brasileiro. **Revista Estudos Feministas**, Florianópolis, v. 27, n. 2, e53771, 2019.

BEAUVOIR, Simone de. **O segundo sexo: fatos e mitos**. 5. ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1949a. v.1

BEAUVOIR, Simone de. **O segundo sexo: a experiência vivida**. 5. ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1949b. v.2.

BECK, Aaron T. **Depression: causes and treatment**. Philadelphia: University of Pennsylvania, 1967.

BECK, Aaron T. Teoria dos Transtornos da Personalidade (pp. 48-101). In DAVIS, Denise D.; FREEMAN, Arthur. (Orgs). **Terapia cognitiva dos transtornos da personalidade**. Porto Alegre: Artmed, 2017.

BECK, Judith S. **Terapia Cognitivo-Comportamental: teoria e prática**. 3. ed. Porto Alegre: ArtMed, 2022.

BRASIL. **Lei nº. 11.340, de 7 de Agosto de 2006**. Brasília, DF: 2006.

CARNERO, Silvia. La condición femenina desde el Pensamiento de Simone de Beauvoir. **A Parte Rei: Revista de filosofía**, v. 40, n. 12, p. 1-8, 2005.

CASTRO, Rafaela Caroline Marra de; MELO, Simone Rodrigues Alves de. **Um estudo sobre crenças: as personagens de animação infantil e a composição do estereótipo feminino**. Ponta Grossa: Atena, 2020.

DOMINICI, Maria Celeste Macedo. **Violência de gênero e desconstrução de crenças**. Brasília: Codeplan, 2018.

DUARTE, Debora da Silva; PAULINO, Pedrita Reis Vargas. O machismo e sua influência nas crenças centrais femininas. **Cadernos de Psicologia**, Juiz de Fora, v. 2, n. 4, p. 463-481, jul. 2020.

FRIEDAN, Betty. **A mística feminina**. 3 ed. Rio de Janeiro: Rosa dos Tempos, 2021.

HOOKS, Bell. **O feminismo é para todo mundo: políticas arrebatadoras**. 15 ed. Rio de Janeiro: Rosa dos Tempos, 2021.

KNAPP, Paulo. Princípios fundamentais da terapia cognitiva (Cap. 1, p. 19-43). In KNAPP, P. **Terapia cognitivo-comportamental na prática psiquiátrica**. Porto Alegre: Artmed, 2007.

MACHADO, Dinair Ferreira; CASTANHEIRA, Elen Rose Lodeiro; ALMEIDA, Margareth Aparecida Santini de Almeida. Interseções entre socialização de gênero e violência contra a mulher por parceiro íntimo. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, Suppl 3, p. 5003-5012, 2021.

NETO, Ivaldo; FIRMINO, Itamar; PAULINO, Pedrita Reis Vargas. A construção social do estigma em masculinidade. **Revista Científica Fagoc Multidisciplinar**, v. 4, n. 1, p. 60-72, 2019.

NUNES, Ana Clara de Arruda; SOUZA, Tatiana Machiavelli Carmo. Análise das vivências de violência doméstica em mulheres evangélicas pentecostais e neopentecostais. **Rev. SPAGESP**, v. 22, n. 2, p. 58-72, dez. 2021.

OLIVEIRA, Márcio de; MAIO, Eliane Rose. "Você tentou fechar as pernas?" – A cultura machista impregnada nas práticas sociais. **POLÊMICA**, v. 16, n. 3, ago. 2016, p. 1-18.

PRONI, Thaíssa Tamarindo da Rocha Weishaupt; PRONI, Marcelo Weishaupt. Discriminação de gênero em grandes empresas no Brasil. **Revista Estudos Feministas**, Florianópolis, v. 26, n. 1, e41780, 2018.

ROTHER, Edna Terezinha. Revisão sistemática X revisão narrativa. **Acta Paul Enferm.**, v. 20, n. 2, p. v-vi, fev. 2007.

SAFFIOTI, Heleieth I. B. Violência de gênero no Brasil atual. **Revista Estudos Feministas**, n. 94, p. 443-461, 1994.

SCHMIDT, Simone Pereira. O feminismo nas páginas dos jornais: revisitando o Brasil dos anos 70 aos 90. **Revista Estudos Feministas**, v. 8, n. 2, p. 77-88, 2000.

SCHULER, Margaret. **Los derechos de las mujeres son derechos humanos**: la agenda internacional del empoderamiento. Poder y Empoderamiento de las Mujeres. Bogotá: TM editores, 1997.

TIBURI, Márcia. **Feminismo em comum**: para todas, todes e todos. Rio de Janeiro: Rosa dos Tempos, 2018

WRIGHT, Jesse H.; BASCO, Mônica R.; THASE, Michael E. **Aprendendo a Terapia Cognitivo-comportamental**: um guia ilustrado. Porto Alegre: Artmed, 2008.