

I CONGRESSO CRIM/UFMG

GÊNERO E INTERFACES COM SAÚDE FÍSICA E MENTAL

G326

Gênero e interfaces com saúde física e mental [Recurso eletrônico on-line] I Congresso
CRIM/UFMG: UFMG – Belo Horizonte;

Organizadores: Luiza Martins Santos, Mariana Karla de Faria e Raíssa Emmerich Santana
- Belo Horizonte: UFMG, 2021.

Inclui bibliografia

ISBN: 978-65-5648-366-5

Modo de acesso: www.conpedi.org.br em publicações

Tema: Gênero, feminismos e violência.

1. Violência de Gênero. 2. Saúde. 3. Mulher. I. I Congresso CRIM/UFMG (1:2021: Belo Horizonte, MG).

CDU: 34



I CONGRESSO CRIM/UFMG

GÊNERO E INTERFACES COM SAÚDE FÍSICA E MENTAL

Apresentação

O CRIM/UFMG é um Programa de extensão universitária da UFMG sobre violência de gênero, proveniente do Projeto de Ensino, Pesquisa e Extensão em Crimes Contra a Mulher criado em 2019 por um grupo de estudantes universitárias da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG), que perceberam a necessidade de ampliar o espaço de debates, denúncias e enfrentamento da violência de gênero dentro da instituição.

O objetivo do Programa é trazer para o grande público questões relevantes referentes ao combate à violência de gênero de forma didática e acessível, de modo a contribuir em diferentes perspectivas, a partir da atuação estudantil em frentes com Profissionais de Saúde, Educação, Infância e Juventude bem como na abordagem de acolhimento de migrantes e refugiadas. Dessa forma, entende-se a necessidade de se desenvolver atividades – que não se limitem ao espaço acadêmico - por meio da criação grupos de estudos, eventos, campanhas de conscientização sobre o tema, além de ministrar oficinas, cursos e capacitação que abordem os diversos tipos de violências de gênero numa perspectiva de promoção da igualdade de gênero. Nesse sentido, o Programa, a partir de uma construção coletiva, busca romper com a cisão criada em uma sociedade desigual e assim, colocar como sujeitos políticos grupos historicamente marginalizados.

Nessa perspectiva, o I Congresso CRIM / UFMG - Gênero, Feminismos e Violência pretende incentivar o debate sobre os progressos e desafios em relação à temática gênero, considerando a integralidade da vivência do ser mulher em uma sociedade machista, cisgênera, heteronormativa, com claros atravessamentos de classe e raça.

O GT 5 - Gênero e Interfaces com Saúde Física e Mental se propôs a discutir experiências conexas ao gênero e saúde física e/ou mental, a partir da compreensão da saúde não apenas como uma ausência de doenças ou no seu aspecto biológico, mas sim como um produto de determinantes e barreiras sociais, econômicas, históricos e políticos. Assim, foram acolhidos os trabalhos que promoviam a reflexão sobre o gênero, como direitos reprodutivos/sexuais, esterilização, violência obstétrica, violência doméstica, papéis de gênero entre outros. Esses temas se vincularam à saúde física e mental e os textos foram desenvolvidos mediante pesquisas de abordagens qualitativas e/ou quantitativas ao realizarem um estudo com relevância teórica e prática. Alguns pontos discutidos foram: 1. Direitos reprodutivos e/sexuais e questões relacionadas a humanização da saúde; 2. Depressão, ansiedade e gênero;

3. Violência Doméstica; 4. Assistência à vítima de violência e suas consequências na saúde; 5. Políticas Públicas voltadas para gênero e saúde; 6. Desigualdade de gênero entre profissionais da saúde; 7. O papel do cuidado na saúde da mulher; 8. Promoção e acesso à saúde; 9. Transexualidade e saúde e 10. Vulnerabilidades sociais e autonomia.

“COMO ELE CONSEGUIE ME MACHUCAR ASSIM?”: MINHA VIVÊNCIA SINGULAR-PLURAL EM UM RELACIONAMENTO ABUSIVO

“HOW CAN HE HURT ME LIKE THIS?”: MY SINGULAR-PLURAL EXPERIENCE IN AN ABUSIVE RELATIONSHIP

Luana Macedo Cordeiro

Resumo

O presente trabalho representa minha vivência singular-plural como sobrevivente de um relacionamento abusivo. Recupero escritos de um diário pessoal do ano de 2018, quando integrei um curso chamado “Relacionamento Consciente”, cuja participação aconteceu para “salvar meu casamento”, um relacionamento hoje entendido como abusivo. Apoio-me nos conceitos “dispositivo amoroso” e “dispositivo materno”, da pesquisadora Valeska Zanello, que me ajudarão a entender os aspectos psicológicos e sociológicos da minha história de vida como maneira de extrair o potencial educacional e formativo dessa experiência. Ademais, acesso as Histórias e Narrativas de Vida e a Pesquisa-Formação como eixos metodológicos deste trabalho.

Palavras-chave: Autobiografia, Relacionamento abusivo, Dispositivo amoroso, Dispositivo materno, Educação

Abstract/Resumen/Résumé

This work represents my singular-plural experience as a survivor of an abusive relationship. I retrieve writings from a personal diary from the year 2018, when I took part in a course called “Conscious Relationship”, whose participation happened to “save my marriage”, a relationship now understood as abusive. I rely on the concepts “loving device” and “maternal device”, by researcher Valeska Zanello, which will help me understand the psychological and sociological aspects of my life story as a way to extract its educational potential. Furthermore, I rely on Histories and Narratives of Life and Research-Formation as methodological axes of this work.

Keywords/Palabras-claves/Mots-clés: Autobiography, Abusive relationship, Loving device, Maternal device, Education

INTRODUÇÃO

O presente trabalho representa minha vivência singular como sobrevivente de um relacionamento abusivo, porém também a entendo como plural, já que esse tipo de experiência deixa uma marca indelével na maioria das mulheres que a vivencia. Recupero escritos de um diário pessoal do ano de 2018, quando integrei um curso chamado “Relacionamento Consciente”, cuja participação aconteceu para “salvar meu casamento”, um relacionamento hoje entendido como abusivo. Apoio-me nos conceitos “dispositivo amoroso” e “dispositivo materno”, da pesquisadora Valeska Zanello, que me ajudarão a entender os aspectos psicológicos e sociológicos da minha história de vida como maneira de extrair o potencial educacional e formativo dessa experiência. Ademais, acesso as Histórias e Narrativas de Vida e a Pesquisa-Formação como eixos metodológicos deste trabalho.

OBJETIVOS

(a) narrar aspectos do relacionamento abusivo que vivi para demonstrar alguns dos mecanismos psicológicos e sociológicos que o sustentaram; (b) instrumentalizar minha história de vida como potencial formativo e educativo para prevenir outras mulheres de relacionamentos abusivos

METODOLOGIA

A metodologia do trabalho articula Histórias e Narrativas de Vida e a Pesquisa-Formação. Utilizar histórias e narrativas de vida como metodologia científica extrapola a vivência em si, uma vez que narrar o vivido obriga ao realizado a façanha de operar pelas incertezas das lembranças, pressupondo a reordenação de fatos: sai-se do mundo privado e engaja-se na esfera pública, adicionando a essa equação o outro, que integra essa narrativa na condição de copartícipe (ARFUCH, 2010).

Ainda, há um subjacente caráter pedagógico na utilização da abordagem autobiográfica, dimensão correlata à metodologia de Histórias e Narrativas de Vida, especialmente para com adultos. González-Monteagudo (2017) elucida que o compartilhamento da produção de escritos autobiográficos promove sentimentos de apoio, compreensão, empatia e união, promovendo o desenvolvimento da capacidade de autoaprendizagem, em que o indivíduo “simbolicamente viaja da dependência para a autonomia, da passividade para a atividade, do egoísmo para o altruísmo, da auto-rejeição para a auto-aceitação, da imitação para a originalidade” (*ibidem*, p. 46). Dessa forma, momentos de autobiografia permitem a articulação da sua vivência com os assuntos

abordados em determinado coletivo ou mesmo com o contexto político, social e cultural não só daquele momento, mas também em uma perspectiva de passado e de futuro.

Além disso, González-Monteagudo (2008/2009) compreende as histórias de vida tanto como feito histórico e antropológico universal, já que são práticas cotidianas de transmissão intergeracional e intrageracional em todas as sociedades humanas, quanto em uma tripla dimensão: metodologia de investigação (possibilita a construção do conhecimento), instrumento de formação (são capazes de fazer com que os sujeitos deem sentido às suas próprias vidas) e testemunho sócio-histórico (a partir do registro e da análise de histórias de vida, é possível intervir na sociedade e/ou produzir ações sociais que a modifiquem).

No que tange à metodologia de Pesquisa-Formação, Anjos (2015) explicita que ela não só permite o relato das histórias de vida, como também a depuração e a apropriação sobre as narrativas, de modo singular/plural, isto é, empreendendo “o esforço de olhar para trás, escrevendo as próprias histórias e estudando-as em grupo, evidencia a autoria como um processo coletivo” (*ibidem*, p. 627).

Para Josso (2007), apreciar “histórias centradas na formação” (*ibidem*, p. 414) tem grande potencial transformador, visto que, ao ensejar a reflexão, evidencia memórias, rupturas e continuidades. Com isso, é possível atingir “mutações sociais e culturais nas vidas singulares” (*ibidem*, p. 414), pois permite a articulação singular-plural de determinada experiência. Ainda, Morais e Bragança (2021) abordam a importância da interpretação hermenêutica para esta metodologia. O autor e a autora apontam que interpretar é conceder sentidos a uma experiência, processo que necessita de um empreendimento mental e reflexivo do sujeito. Nesse sentido, produzir interpretação é um caminho singular e irrepetível que cada sujeito faz sobre si, momento rico e revelador “do que o sujeito narra, lê ou ouve de uma narrativa” (*ibidem*, p. 13).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Ao achar um caderno no fundo de uma gaveta, já esquecido por mim, encontrei anotações valiosas e doloridas sobre o período em que cursei uma vivência espiritualista, holística e terapêutica em grupo chamada “Relacionamento Consciente”, de abril a novembro de 2018. Esse curso tem por objetivo curar a criança interior ferida para que as/os participantes possam estar em relacionamentos afetivo-sexuais e familiares de uma forma mais saudável, menos julgadora e mais pacífica. Para tanto, aborda aspectos sobre crítica, abandono, expectativas, reações, comunicação, necessidades básicas, abandono, privação,

entre outros temas, ancorados no livro “O amor não é um jogo de criança”, de Krishnananda (2003).

Ao descobrir a existência do curso, imediatamente levei para o meu ex-marido, já que a nossa relação estava por um fio, marcada por brigas diárias, desrespeito, traições e abusos psicológicos. Porém, necessitava daquela relação, eu não existia sem ela. Era como se os meus membros corpóreos só se movimentassem por ela e com ela. Eu precisava fazer tudo para salvar aquilo, pois sem aquela relação (e sem o meu ex-marido), eu me sentia uma nada, eu me sentia uma não-humana.

Portanto, eu me recortava para caber na relação. Eu me diminuía, tudo eu contemporizava. E foi com essa lógica que embarquei na jornada do curso: adquirir todos os conhecimentos disponíveis e ressignificá-los para sustentar a continuidade de uma relação apodrecida por dentro. Apesar de ser muito sincera em minhas anotações, havia um descolamento entre a honestidade do meu caderno e a minha vida cotidiana: meu pensamento e meu coração não conseguiam articular as verdades da escrita às ações concretas que eu deveria empreender para livrar-me dos sofrimentos narrados. Pelo contrário: apesar das anotações, elas deveriam ser sublimadas e reelaboradas, em que eu lançava mão de grandes doses de energia mental e emocional esforçando-me o quanto possível para resolver tais questões e “curar” o relacionamento, como se isso fosse uma tarefa exclusiva minha.

Com isso, experienciei fortes crises de ansiedade e de pânico durante o curso, inclusive com a intensificação da medicação psiquiátrica que já fazia uso para lidar com o meu Transtorno Generalizado de Ansiedade, que começou logo após iniciar este relacionamento amoroso, sem nenhuma coincidência.

Ao postular o conceito de dispositivo amoroso¹, Zanello (2018, 2020) discute a relação entre egocentrismo e heterocentrismo: enquanto homens são educados socialmente a serem indivíduos que produzem o foco de suas vidas sobre si mesmos (egocentrismo), mulheres são educadas em sociedade para perpetrar sua energia a serviços de outros (heterocentrismo), promovendo-se a configuração de uma divisão social de trabalho emocional em sociedades patriarcais, como a brasileira, em que ao homem são legadas a individualização e a autonomia, e à mulher, o cuidado e a interdependência. Ademais, o conceito de dispositivo materno², que explicita a junção naturalizada entre a figura feminina e

1 Segundo Zanello (2018, 2020), o dispositivo amoroso é uma forma de alienação e representa um fator desempoderador para as mulheres, já que elas se subjetivam em uma relação consigo mesmas mediadas pelo olhar de um homem que as escolhe, uma vez que ser chancelada por essa escolha é visto como fator de vitória individual e enxergada como conquista aplaudida em sociedade.

2 Para Zanello (2018, 2020), o dispositivo materno materializa-se a partir da inter-relação entre a mulher cisgênero ser portadora de útero e ter a capacidade biológica de gestar um outro ser humano e a capacidade

as habilidades do cuidado, também é marcado pelo heterocentrismo, já que, para Zanella (2018, 2020), ao acessar a Psicanálise, a socialização recompensa a mulher em ser generosa e altruísta, tendo ela vários ganhos sociais com a construção desta imagem. Porém, este alimento narcisístico é altamente desempoderador e vem às custas de adoecimento psicológico e cargas mentais.

Voltando às anotações do diário, destaco as expectativas que tinha sobre o meu marido: dividir as tarefas domésticas comigo, não ironizar meus sentimentos, não me ignorar quando falo, não ser cínico, não ser indiferente, importar-se mais com os outros, ser menos egoísta, cuidar mais de mim, me amparar e lembrar das coisas. No tocante às expectativas sobre mim mesma, escrevi: sempre sentir vontade de fazer sexo, harmonizar minha vontade de fazer sexo com a do meu ex-marido, não me sentir pressionada e com medo de fazer sexo.

No dia 29 de junho de 2018, durante a sessão individual com um dos terapeutas do curso, expressei que meu ex-marido não tinha inteligência emocional para saber que me feriu. Falei que ele não se importava, não expressava sentimentos, não se mostrava vulnerável, não sabia pedir desculpas e que não tinha empatia. Após brigarmos, agia comigo como se estivesse tudo bem, sem se preocupar em estabelecer uma conversa para entender o contexto da discussão. Nessa sessão, coloquei que me sentia desprezada, abandonada, com forte sensação de desamparo. Com relação à vivência sexual, expressei que nunca sentia vontade de transar, em que “não é uma fala dele, mas sinto a frustração dele quando não acontece, já que não é frequente”.

Em um exercício sobre apreciação, respeito e gentileza, anotei algumas frases que ele recorrentemente dirigia a mim: “isso não é problema meu”, “eu não estou nem aí”, “eu não me interessava por isso”, “você não está convidada”, “você sempre se faz de vítima”, “você se acha muito!”, “tanto faz ficar com você”. Dentre as falas que eu também dizia com frequência, estavam: “você não se importa com nada”, “como ele sempre consegue me machucar assim?”, “eu cuido de todo mundo, ninguém cuida de mim”, “quando a coisa aperta, ele nunca está aqui comigo”, “ele nunca se coloca no meu lugar”. Já sobre uma vivência sobre entrega, relatei em meu diário: “eu nunca tenho vontade de transar, mas me sinto na obrigação, porque sinto que sem sexo não tem casamento, casal, é só amizade”.

O curso também abordou a nossa relação com sexo. Em uma dinâmica, tínhamos que pensar nossa vivência sexual sob três aspectos: desejo ao fazer sexo, segurança ao estar em uma experiência sexual e clareza na comunicação sobre o assunto. Para o desejo, entendia-me em nosso relacionamento sexual como inferior e inadequada; já para as categorias de

naturalizada de cuidar de crianças e da família como um todo, inclusive de serviços domésticos.

segurança e clareza, sentia-me como inferior e insatisfeita. Tomei nota de que a inferioridade vinha do fato de ter nossa interação sexual comparada com as vividas pelo meu ex-marido com outras ex-namoradas dele. Porém, ainda sim relato: “me julgo inferior, não consigo ver saída, acho que preciso me esforçar muito para superar”. Classifico nossa vivência sexual como frustrante, triste, algo que me fazia ficar de “saco cheio”.

Zanello (2018, 2020) aponta que as mulheres heterossexuais, a partir da lente do dispositivo amoroso, normalmente abraçam relações não com os homens, mas com a própria relação, ou com o que a teórica chama de “casar-se com o casamento”. Compreende-se, assim, que mulheres se envolvem em relações tóxicas e abusivas porque se aliam a homens que nada mais são do que fantasias e projeções, mas não com um homem real, absolutamente atravessado e constituído por opressões estruturais. Porém, o sofisticado dispositivo amoroso concede mais uma obrigação à mulher: se é dela a responsabilidade social de edificar o lar e “fazer dar certo”, cabe a ela “consertar” o companheiro. Com isso, revelam-se alguns dos fatores emocionais que prendem mulheres em relacionamentos extremamente violentos e adoecedores de sua condição mental. Mais ainda, o dispositivo amoroso está intimamente ligado à escalada da violência contra as mulheres, visto que se passa de uma violência simbólica a uma violência física, patrimonial e, em último caso, ao feminicídio. Porém, é justamente esse dispositivo que convence a mulher de que terminar um relacionamento é um fracasso de sua mulheridade, já que o amor para as mulheres é identitário, via de regra.

Zanello (2018, 2020) ainda realiza uma discussão sobre como as próprias mulheres, a partir de uma socialização estereotipada de gênero, reforçam entre si ideias a respeito de assuntos domésticos, casamento, filhos e sexo por obrigação como passos mandatórios da mulheridade, reforçando estereótipos de que a centralidade da vida da mulher são seu homem e seus (futuros) filhos.

No tocante a realizar sexo sem vontade, Zanello (2018, 2020) explica que uma mulher adulta heterossexual já aprendeu em sociedade que seu corpo pode ser usado como objeto de barganha. Sendo assim, a fim de sustentar uma relação que fora apresentada para ela como único caminho possível de sua existência, entregar seu corpo sem vontade é visto e entendido por ela e por suas pares como um dever naturalizado de mulheres em relações prolongadas, ação sustentada por uma sociedade sexista e misógina, que desumaniza mulheres.

Estes excertos do meu diário pessoal explicitam alguns dos mecanismos psicológicos e sociológicos que envolvem mulheres em relacionamentos tóxicos e abusivos. Essa microanálise foi sustentada pelos conceitos “dispositivo amoroso” e “dispositivo materno”. Devido ao fato de a sociedade nos educar para pensarmos que o relacionamento amoroso e as

tarefas de cuidados são identitárias para nós mulheres, esses aspectos, quando vivenciados de forma distorcidas, nos expõem a uma extrema vulnerabilidade psicológica e a um grau crescente de violência, causando tanto quadros de adoecimento mental quanto enredamento em vivências abusivas.

As pinceladas sobre a minha autobiografia aqui trazidas são fragmentos de uma existência singular-plural, portanto se conectam com a potência educativa e formativa da metodologia de Histórias e Narrativas de Vida e de Pesquisa-Formação, visto que abordam vivências semelhantes experienciadas por muitas mulheres ao longo da história e previnem que outras mulheres, ao se reconhecerem nessas experiências, possam romper, assim como eu consegui, com vivências abusivas, rumo a uma existência verdadeiramente emancipada.

CONCLUSÕES

Este resumo expandido tratou por trazer aportes teóricos que ajudam a explicar as violências emocionais sofridas por mim em um relacionamento abusivo. Concluo que mal menor seria constatar que essa experiência fora um evento isolado, vivido somente por mim. No entanto, a quantidade de relatos de histórias de abusos físicos, mentais e psicológicos vividos por mulheres no Brasil avolumam-se a cada dia. Em um exemplo, constatou-se que não só uma em cada quatro mulheres brasileiras foi vítima de algum tipo de violência (física, psicológica ou sexual) na pandemia em território brasileiro em 2020 como também a violência foi produzida em maior escala dentro de seus próprios lares (FÓRUM BRASILEIRO DE SEGURANÇA PÚBLICA; INSTITUTO DE PESQUISAS DATAFOLHA, 2021).

Por meio das lentes metodológicas das Histórias e Narrativas de Vida e da Pesquisa-Formação (ANJOS, 2015; ARFUCH, 2010; GONZÁLEZ-MONTEAGUDO, 2008/2009; JOSSO, 2007; MORAIS; BRAGANÇA, 2019) e apoiada pelos conceitos “dispositivo amoroso” e dispositivo materno” (ZANELLO, 2018, 2020), o relacionamento abusivo que vivi pode extrapolar o espaço de uma narrativa autobiográfica e alcançar um espaço de reflexão, de crítica e de empoderamento para a vivência de outras mulheres que porventura se enredem em relacionamentos tóxicos, sustentados por formas adoecidas de amar e de cuidar.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANJOS, H. P. dos. Pesquisa-formação e história de vida: entretecendo possibilidades em educação inclusiva. *Revista Brasileira em Educação*. v. 20, n. 62, jul/set, p. 609-634, 2015.

ARFUCH, L. O espaço biográfico: mapa do território. In: O espaço biográfico: dilemas da subjetividade contemporânea. Tradução de Paloma Vidal. Rio de Janeiro: EDUERJ. 2010, p. 35-82.

GONZÁLEZ-MONTEAGUDO, J. Biographical-Narrative Methodologies for Adult Education and Lifelong Learning between Personal Development and Critical Reflection. *Culture, Biography & Lifelong Learning*. República da Coréia, v. 3, n. 2, ago, p. 45-65, 2017.

FÓRUM BRASILEIRO DE SEGURANÇA PÚBLICA; INSTITUTO DE PESQUISAS DATAFOLHA. Visível e Invisível: a vitimização de mulheres no Brasil: relatório técnico. 3ª edição, 2021.

JOSSO, M. A transformação de si a partir da narração de história de vida. *Revista Educação*. Porto Alegre: n. 3 (63), set/dez, p. 413-438, 2007.

KRISHINANANDA. O amor não é um jogo de criança. Livre-se dos seus antigos medos e veja quem você realmente é. Tradução de Vera Caputo. 1. ed. São Paulo: Editora Gente, 2003. 224 p.

MORAIS, J. de S.; BRAGANÇA, I. F. de S. *Pesquisaformação* narrativa (auto)biográfica: da tessitura de fontes aos desafios da interpretação hermenêutica. **Educar em Revista**. Curitiba, v. 37, e75612, p. 1-20, 2021.

ZANELLO, V. Saúde mental e gênero: cultura e processos de subjetivação. 1. ed. Curitiba: Appris, 2018. 301 p.

ZANELLO, V. Live 1 - “Saúde Mental e Gênero” (Profa Valeska Zanello). Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=-EQmuYAMOTk&t=15s>>. Acesso em 26 jul. 2021.

ZANELLO, V. Live 2 - Dispositivo amoroso e mulheres. Disponível em: <<https://www.youtube.com/watch?v=zwS0HdFIyH0&t=5s>>. Acesso em 26 jul. 2021.

ZANELLO, Valeska. Live 3 - Dispositivo materno e mulheres. Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=ozFrTCW_7I0&t=65s>. Acesso em 26 jul. 2021.