

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO CARLOS
CENTRO DE EDUCAÇÃO E CIÊNCIAS HUMANAS
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA
LAPREV – LABORATÓRIO DE ANÁLISE E PREVENÇÃO DA
VIOLÊNCIA

MARIA BEATRIZ REIS DIONÍSIO

**INTERVENÇÃO PSICOSSOCIAL SOBRE VIOLÊNCIA DE GÊNERO
COM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIAS: ESTUDO DE VIABILIDADE**

São Carlos

2023

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO CARLOS
CENTRO DE EDUCAÇÃO E CIÊNCIAS HUMANAS
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA
LAPREV – LABORATÓRIO DE ANÁLISE E PREVENÇÃO DA
VIOLÊNCIA

MARIA BEATRIZ REIS DIONÍSIO¹

**INTERVENÇÃO PSICOSSOCIAL SOBRE VIOLÊNCIA DE GÊNERO
COM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIAS: ESTUDO DE VIABILIDADE**

Texto de dissertação de mestrado
apresentado ao Programa de Pós-
Graduação em Psicologia da
Universidade Federal de São Carlos.

Área de concentração:

Comportamento social e processos
cognitivos

Orientadora:

Profa. Dra. Sabrina Mazo D’Affonseca

São Carlos

2023

¹ Bolsista de mestrado da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES); vigência 08/2020 a 02/2022.



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO CARLOS

Centro de Educação e Ciências Humanas
Programa de Pós-Graduação em Psicologia

Folha de Aprovação

Defesa de Dissertação de Mestrado da candidata Maria Beatriz Reis Dionísio, realizada em 23/02/2022.

Comissão Julgadora:

Profa. Dra. Sabrina Mazo D'Affonseca (UFSCar)

Profa. Dra. Sheila Giardini Murta (UnB)

Profa. Dra. Débora Dalbosco Dell'Aglio (UFRGS)

O Relatório de Defesa assinado pelos membros da Comissão Julgadora encontra-se arquivado junto ao Programa de Pós-Graduação em Psicologia.

*Prefiro queimar o mapa
Traçar de novo a estrada
Ver cores nas cinzas
E a vida reinventar*

*E um homem não me define
Minha casa não me define
Minha carne não me define
Eu sou meu próprio lar*

...

*Ela desatinou, desatou nós
Vai viver só*

(Francisco, Hel Hombre)

AGRADECIMENTOS

“A espera do amanhecer, eu vou respirar bem fundo, você já conhece tudo e o sonho de não mais ter que sofrer pra aprender. Meu passado e meu futuro, você já conhece tudo.” Ao meu Deus, que para além de me dar ar, foi ar e foi vida nesse percurso desafiador. Não é novidade que a história que escreve para mim é imprevisível e completamente linda. Obrigada!

Por tudo que vivi ao longo do Mestrado, por tudo que aprendi, agradeço também em especial:

À Sabrina Mazo D’Affonseca, minha orientadora que tanto admiro, agradeço o apoio, generosidade e carinho. É de uma sorte sem tamanho ter o prazer de ser orientada e apoiada por você. Obrigada pela parceria, na carreira e vida.

Aos meus pais, Ivanilde e Almir, pelo amor que meu curou nos dias mais difíceis, mesmo sem verem. Pelo aconchego que foram aos meus pensamentos ansiosos, mesmo sem saberem. Pela coragem que me deram, mesmo sem imaginarem. Eu os senti comigo a cada etapa dessa jornada. Amo vocês profundamente e agradeço por tudo que me são e me dão. Aos meus irmãos, Diego, Felipe e Marina, não há nada nessa vida que me paralise quando lembro que tenho vocês. O amor lança fora o medo. Obrigada pelo sopro de vida que é estarmos juntos a cada retorno. Para as minhas cunhadas, Marina e Helena, estendo meus agradecimentos, por serem doces mulheres encorajadoras que vibram comigo pelas minhas conquistas e me inspiram grandemente.

Agradeço às minhas sobrinhas, Lorena, Luisa e Elis, por trazerem alegria à minha vida e me fazerem ter milhões de motivos para sorrir. Meu coração transborda de tanto amor e a saudade que sinto até dói. Às minhas avós Daici e Maria, mulheres de força a quem dedico meu caminho. Agradeço pelas orações e cuidado, eu os senti daqui onde quer que eu estivesse. Jamais esquecerei.

Aos meus padrinhos, Rose e Denilson, por tamanho amor e cuidado que me abastece, me completa e me fez chegar até aqui. Obrigada por acreditarem tanto em mim. Amo vocês infinito vezes infinito.

Para minhas amigas, Carolina e Bruna, uma com quem divido um lar e outra com quem divido uma cumplicidade de anos. Cada qual do seu jeito tornaram a escrita dessa dissertação e todo o caminho do Mestrado mais fácil, sobretudo, tornam minha vida uma vida que vale muito a pena ser vivida. Agradeço profundamente por pegarem na minha mão, todos os dias. Estendo o mesmo carinho aos amigos que me acompanharam até aqui, principalmente nos últimos dois anos, Deise, Mariana, Gabriel, Aline, Beatriz, Murilo, Aloísio, Rafael, Giovana e Alessandro.

Aos membros do Laboratório de Análise e Prevenção à Violência (Laprev), agradeço por todas as trocas e aprendizados, ainda que distantes durante 2020/2021. Para as minhas amigas que o laboratório me deu: Maria Alice e Amanda, minhas desatinadas. O mundo é nosso, tenho convicção do que nos uniu. Obrigada pelo acolhimento e sensibilidade sempre.

À Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), agradeço pelo apoio financeiro a essa pesquisa e pela oportunidade que contribuiu com minha formação.

Agradeço as minhas participantes, sobretudo pela coragem em falarem sobre suas dores, por me permitirem estar junto delas nesses momentos de partilha e demonstrarem tanta confiança. Obrigada por me deixarem conhecer suas histórias. Às minhas facilitadoras, Raphaella, Pietra e Giovanna, o carinho com que trataram a minha pesquisa é inesquecível. Vocês foram sensacionais, mas o que ainda serão é gigante e potência pura! Feliz em ter o privilégio de viver esse capítulo da minha vida com vocês. Não sei se um dia serei capaz de agradecer à altura do que fizeram por mim.

Por fim, agradeço a mim, pelas incontáveis vezes que repeti o quanto sou forte, corajosa e destemida, na tentativa de materializar essas palavras nos momentos em que mais precisei de força e coragem. Você conseguiu, mulher.

RESUMO

A violência de gênero tem sido um problema crescente dentro das universidades brasileiras e ainda pouco estudada no país. No entanto, tem sido cada vez mais emergencial se pensar em ações voltadas ao enfrentamento dessas violências e combate às desigualdades de gênero neste cenário. Dentre os possíveis mecanismos de enfrentamento a violência, destaca-se a intervenção de contexto grupal às mulheres que foram expostas a situações violentas. A presente dissertação teve por objetivo desenvolver, conduzir e avaliar a viabilidade de uma intervenção psicossocial remota sobre violência de gênero com estudantes universitárias. Para atingir o primeiro objetivo, foi realizada uma revisão da literatura nacional e internacional sobre intervenções sobre violência de gênero no contexto da universidade. As buscas foram feitas nas bases de dados: Scopus, Lilacs, Scielo, PubMed, e Web of Science de dezembro de 2020 e janeiro de 2021 e resultou em 524 artigos, contudo apenas um artigo foi considerado elegível para ser analisado. O estudo tinha como objetivo examinar o uso do método *Photovoice* como intervenção terapêutica com mulheres universitárias que fossem vítimas de violência sexual e que apresentassem sintomas do Transtorno de Estresse Pós-traumático, obtendo resultados promissores quanto aos efeitos terapêuticos do método. O segundo estudo descreve a intervenção remota com a população-alvo. Duas estudantes participaram da pesquisa, inicialmente foi realizada uma entrevista síncrona com a pesquisadora na qual responderam ao *Questionário de Eventos Estressores*, a *Escala Transversal de Sintomas Nível 1 Autoaplicável do DSM-5 Adultos*, *Difficulties in Emotion Regulation Scale – DERS*, e o *Questionário de Regulação Emocional* como pré-teste e voltaram a respondê-los novamente ao final da intervenção. Posteriormente, foram realizados 8 encontros síncronos semanais com 90 minutos de duração. O protocolo utilizado consistiu no uso da *psicoeducação* sobre violência de gênero, trabalhar o *autoconhecimento/autoestima* das vítimas, assim como também a *rede de apoio* e, sobretudo, a *regulação emocional*. Todos os encontros foram gravados e posteriormente transcritos para a análise do processo de intervenção. Para verificar o índice de mudança clínica significativa, foi conduzido o método JT. Os resultados obtidos indicaram que houve mudança positiva confiável no escore total da Escala de Dificuldade em Regulação Emocional que pode ser atribuída à intervenção. O protocolo utilizado se mostrou potencial para ser repensado em suas formas de aplicação, todavia, ainda que com alta aceitabilidade e adesão das participantes a intervenção não foi satisfatória em outros critérios de viabilidade, como a demanda.

Palavras-chaves: violência de gênero; universidade; intervenção; violência contra mulher.

ABSTRACT

Gender violence has been a growing problem within Brazilian universities and still little studied in the country. However, it has been increasingly urgent to think about actions aimed at confronting this violence and combating gender inequalities in this scenario. Among the possible mechanisms for coping with violence, group context intervention for women who were exposed to violent situations stands out. This dissertation aimed to develop, conduct and evaluate the feasibility of a remote psychosocial intervention on gender violence with university students. To achieve the first objective, a review of the national and international literature on interventions on gender violence in the context of the university was carried out. Searches were carried out in the databases: Scopus, Lilacs, Scielo, PubMed, and Web of Science from December 2020 and January 2021 and resulted in 524 articles, however only one article was considered eligible to be analyzed. The study aimed to examine the use of the Photovoice method as a therapeutic intervention with university women who were victims of sexual violence and who presented symptoms of Post-traumatic Stress Disorder, obtaining promising results regarding the therapeutic effects of the method. The second study describes the remote intervention with the target population. Two students participated in the research, initially a synchronous interview was carried out with the researcher in which they answered the Questionnaire of Stressful Events, the Transversal Scale of Symptoms Level 1 Self-Applicable of the DSM-5 Adults, Difficulties in Emotion Regulation Scale - DERS, and the Questionnaire of Emotional Regulation as a pre-test and answered them again at the end of the intervention. Subsequently, 8 90-minute weekly synchronous meetings were held. The protocol used consisted of using psychoeducation on gender violence, working on the victims' self-knowledge/self-esteem, as well as the support network and, above all, emotional regulation. All meetings were recorded and later transcribed for analysis of the intervention process. To verify the rate of significant clinical change, the JT method was conducted. The results obtained indicated that there was a reliable positive change in the total score of the Difficulty in Emotional Regulation Scale that can be attributed to the intervention. The protocol used showed the potential to be rethought in its forms of application, however, despite the high acceptability and adherence of the participants, the intervention was not satisfactory in terms of other feasibility criteria, such as demand.

Keywords: gender violence; University; intervention; violence against women.

SUMÁRIO

APRESENTAÇÃO	9
INTRODUÇÃO	13
ESTUDO I - Violência de gênero na universidade: uma revisão sobre intervenções	31
MÉTODO	31
<i>Critérios de elegibilidade</i>	31
<i>Estratégia de busca</i>	32
<i>Seleção dos estudos e coleta de dados</i>	32
<i>Análise dos dados</i>	33
RESULTADOS	34
DISCUSSÃO	37
ESTUDO II - Intervenção psicossocial sobre violência de gênero com estudantes universitárias: estudo de viabilidade	42
MÉTODO	42
Participantes	42
Instrumentos	43
Procedimentos	46
RESULTADOS	4
DISCUSSÃO	83
REFERÊNCIAS	101

APRESENTAÇÃO

Durante a graduação tive a oportunidade de fazer estágio no Laboratório de Análise e Prevenção da Violência (Laprev). Logo no início dessa experiência o laboratório havia sido convidado a contribuir com a construção de um projeto que pudesse trabalhar com a temática da violência de gênero dentro da universidade. Sem saber quaisquer informações a respeito, minha curiosidade me levou a integrar o grupo de estagiárias e pós-graduandas que ficaram encarregadas de descobrir o que estava sendo demandado pelos próprios serviços da instituição. A sobrecarga do serviço psicológico para atender às estudantes que haviam sofrido violência neste espaço era grande, portanto, o projeto tinha a pretensão de acolher a essas mulheres para que elas pudessem refletir e lidar com a situação vivenciada.

Embora o Laprev tenha experiência no atendimento a mulheres vítimas de violência pelo parceiro íntimo, compreendeu-se que seria necessário instrumentalizar a prática para atender as demandas da população-alvo. Com isso, foi dado início a uma busca na literatura a respeito do tema, assim como também discussões entre o grupo formado a respeito de outras fontes de informações encontradas, como o documentário “*The Hunting Ground*” – sobre a violência sexual nas universidades dos EUA. Outra questão que surgiu durante esse processo era sobre o formato da intervenção. Por serem estudantes de graduação e pós-graduação que iriam ser as facilitadoras da intervenção com estudantes da mesma instituição de ensino, as quais poderiam conhecer ou ter contato com os perpetradores da violência, julgou-se que seria mais viável uma

intervenção em grupo, sem foco psicoterapêutico, no qual as estudantes seriam instrumentalizadas a respeito da violência de gênero e poderiam compartilhar suas experiências em um ambiente acolhedor. Ademais, o modelo de grupo tinha como objetivo favorecer uma rede de apoio que se manteria após o encerramento do mesmo. Foi assim que nasceu o projeto de extensão inicialmente intitulado como “Grupo reflexivo sobre violência de gênero na universidade”.

Após a divulgação para o campus de São Carlos com palestras abertas e convites em e-mails, a primeira intervenção teve a participação de três estudantes. Foram realizados cinco encontros semanais de uma hora de duração, nos quais foram tratados aspectos como: crenças sobre a violência; medidas de proteção e denúncia; tipos e consequências da violência; identificação/manejo das emoções e resolução de problemas. Todo o conteúdo foi embasado na cartilha do Projeto Parceira, Uma vida livre de violência (Williams, Araújo & Padovani, 2008). Como resultado ficou claro para as facilitadoras que seria necessário adaptar os materiais utilizados na intervenção para o cenário acadêmico, uma vez que, embora relevantes os conteúdos trabalhados, a violência de gênero no contexto universitário tinha nuances que precisavam de uma abordagem e especificidade que o material não abarcava.

Imbuídas dessa tarefa, as novas versões do “Grupo reflexivo sobre violência de gênero na universidade” implementado em três semestres subsequentes, ocorreram a partir da adaptação de materiais, atividades e duração dos encontros. Dentre as adaptações destaca-se a quantidade de encontros (08 encontros de 90 minutos) e materiais mais específicos aos contextos em que ocorriam as violências (por exemplo, festas universitárias; espaços do campus). Ademais, tais experiências indicaram que diferentes formas de violência se

expressavam na universidade, desde desqualificação intelectual até abuso sexual, e que as estudantes que chegavam ao grupo se encontravam em diferentes momentos do enfrentamento de suas experiências. Por serem projetos de extensão, o foco era ofertar acolhimento e prestação de serviços, de modo que não houve nesse momento um registro rigoroso quanto ao processo e as mudanças observadas pelas facilitadoras e verbalizadas pelas participantes. O que ficou evidenciado dessa experiência a partir dos feedbacks das participantes era que o grupo era importante e precisava continuar.

Nesse trajeto, me apaixonei pela experiência que uma intervenção em grupo pode nos proporcionar. Vi de perto a importância de ter um lugar como esse dentro das universidades para as estudantes relatarem suas experiências, compartilharem seu sofrimento, criarem laços e se sentirem acolhidas. Acima de tudo percebi que havia centenas de estudantes que poderiam ter passado por algo semelhante e não tiveram o acolhimento devido. A partir dessas ponderações nasceu o desejo de dar continuidade ao projeto e de contribuir para a produção de conhecimento na área, especialmente no contexto brasileiro, visto a carência de estudos e intervenções nesse contexto.

A presente dissertação de mestrado nasce desse anseio e buscou propor, conduzir e avaliar a viabilidade de uma intervenção psicossocial na modalidade online com estudantes que haviam sofrido violência de gênero na universidade. A seção Introdução apresenta os conceitos que fundamentaram o trabalho. Em seguida, é apresentado o primeiro estudo, o qual consiste em uma revisão sistemática da literatura nacional e internacional que teve o intuito de levantar intervenções que haviam sido realizadas com mulheres universitárias com semelhante objetivo de promover acolhimento daquelas que haviam sido vítimas

de violência no contexto acadêmico. O segundo estudo apresenta os percursos metodológicos e os resultados do estudo que avaliou a viabilidade de realizar uma intervenção online com universitárias que haviam sofrido violência de gênero. Além de analisar todo o processo da intervenção, o estudo também mostra achados em relação a mudanças clínicas significativas na forma das estudantes regularem suas emoções. A discussão sobre os resultados encontrados e a relação deles com a literatura podem ser encontrados nas seções de Discussão e Considerações finais. Ademais, são indicadas as limitações e contribuições do estudo, assim como indicações para pesquisas futuras. Espera-se que a presente pesquisa possa contribuir para os avanços na construção do conhecimento sobre intervenções, principalmente, voltadas ao tratamento de vítimas de violência nas universidades.

INTRODUÇÃO

A violência contra a mulher é estudada a partir das questões de gênero que pautam a maneira com que uma sociedade se organiza. Isso significa olhar para as relações de poder instaladas que seguem uma distinção atribuída culturalmente entre os sexos e suas diferenças biológicas para designar vantagens a um ou outrem (Bertho, 2020; Michetti & Mettenheim, 2019). Esse tipo de violência possui caráter específico, pois dela decorrem ações que não são voltadas a alguém considerado igual ou que é colocado em mesmas condições de existência que sua vítima.

A violência de gênero define-se como as práticas de violação de direitos que incidem, principalmente, sobre aquelas consideradas distintas e inferiores ao gênero masculino, em razão dos papéis socialmente atribuídos aos homens serem mais valorizados (Linhares & Laurenti, 2018; Bandeira, 2017). Comumente, esse tipo de violência é com maior frequência direcionada às mulheres, portanto, o presente estudo utilizará do termo violência de gênero para se referenciar à violência praticada contra as mulheres.

Em levantamento feito pelo Fórum Brasileiro de Segurança Pública (FBSP) e pelo Instituto Datafolha (2019), a pesquisa apontou que 27,4% das mulheres com 16 anos ou mais sofreram algum tipo de violência ao longo de 2018, o que corresponde a 16 milhões de brasileiras dessa faixa etária. Ademais, de acordo com o Anuário Brasileiro de Segurança Pública do FBSP (2021) foram registrados em 2020 o total de 1.350 casos de feminicídio, 60.460 estupro e 294.440 ligações de denúncia ao 190 por violência doméstica. Ao se

levar em conta alguns marcadores sociais, identifica-se que a violência de gênero é um problema social que atinge sobretudo a mulheres negras e mais jovens (Fórum Brasileiro de Segurança Pública/Datafolha, 2019; Tavares & Nery, 2016; Valls

et al, 2008). A taxa de feminicídio entre mulheres negras chega a 62%, ao passo que também são as que mais sofrem maiores níveis de violência (FBSP, 2022; FBSP/Datafolha, 2019). Além disso, o caminho de denúncia para essas mulheres possui obstáculos que permeiam outras tantas violências e discriminações decorrentes do racismo institucional (Organização das Nações Unidas - ONU Mulheres, 2016).

Os dados apresentados anteriormente evidenciam um cenário alarmante e preocupante em relação às mulheres no Brasil que vai ao encontro de dados internacionais. Em um levantamento realizado pela Organização Mundial da Saúde – OMS com base em dados de 2000 a 2018 publicado em 2021, verifica-se que ao longo da vida 1 a cada 3 mulheres (aproximadamente 736 milhões), é submetida à violência física e sexual por parte de seu parceiro ou violência sexual por um não parceiro. Destaca-se que 1 a cada quatro mulheres jovens (15-24 anos) que estiveram em um relacionamento, relatam ter sofrido violência, sendo que era maior o risco de violência recente, nos últimos 12 meses, nesse público de mulheres (OMS, 2021).

Tendo em vista que 29,7% das mulheres com idade entre 18-24 anos estavam frequentando o ensino superior em 2019 (IBGE, 2021), no presente trabalho será dado destaque à violência de gênero em ambiente universitário.

Violência de gênero na universidade

A realidade nas instituições de ensino superior não se distancia desse cenário, pois, por serem caracterizados como espaços atravessados por marcadores sociais de diferenciação, como o gênero, classe, raça, sexualidade e outros, acabam por reproduzir desigualdades e hierarquias sociais disseminadas (Nardi et al, 2013; Manon, Goyer, Hébert & Ricci, 2019).

Como colocam as autoras Stevens e colaboradoras (2017), esse espaço deveria:

“[...] se constituir duplamente como crítico e pedagógico, incentivar a desconstrução do senso comum de mitos e preconceitos em relação à violência contra as mulheres, promovendo, através de ações contínuas e monitoradas, mudança cultural e organizacional a partir da disseminação de atitudes igualitárias e valores éticos de irrestrito respeito e valorização às diversidades nas suas inúmeras instâncias institucionais e inúmeras interações sociais - inter e intra docentes, servidores/as, terceirizados/as e estudantes” (Stevens et al, 2017, p. 397).

No entanto, além de reproduzirem as desigualdades e discriminações de gênero de diversas formas, tal como ocorre para além de seus muros, as universidades também apresentam dados alarmantes em relação às perpetrções de violência, principalmente contra mulheres (Instituto Avon, 2015). A violência de gênero se expressa de modo específico no contexto universitário através de situações de assédio moral, ameaças, humilhações e violência sexual; todavia, as dinâmicas de poder estabelecidas nesses espaços dificultam a identificação do fenômeno e sua conseqüente possível denúncia (d'Oliveira, 2019; Bustamante, 2019; Valls, 2008).

A relação hierárquica entre professor/aluna é uma ilustração de uma dinâmica com diferenças de poder passível de manifestação da violência de gênero por explicitar e crescer desigualdades existentes entre o gênero feminino

e masculino (Bergeron, Goyer, Hébert & Ricci, 2019; d'Oliveira, 2019). Do mesmo modo, a relação entre os pares também pode evidenciar estruturas de dominação dos homens para com as mulheres que influenciem em práticas violentas e discriminatórias contra estas (Roso, Souza, Pacheco & Santos, 2021; Montrone et al, 2020; Gámaz et al, 2018).

Outro ponto que merece destaque refere-se ao fato de violência de gênero na universidade não ser caracterizada por ocorrer somente dentro das dependências físicas da universidade, mas também em outros contextos de interação entre estudantes, como nos trotes, festas e em repúblicas. Sendo assim, considera-se como contexto universitário todo espaço que pessoas vinculadas à instituição de ensino superior se reúnem (Maito, Panúncio-Pinto, Severi & Vieira, 2019; Almeida, 2017; Valls et al, 2016).

No Brasil, as pesquisas com a temática demoraram muito a ganhar força e até hoje possui produções científicas escassas referentes aos índices de violência de gênero nas instituições de ensino brasileiras (Marin, Araujo e Neto, 2008; Zotareli, 2012; Instituto Avon, 2015; Escritório USP Mulheres, 2018, Montrone et al, 2020). Em 2012, Zotareli e outros autores realizaram um estudo transversal que buscou avaliar a prevalência de violência de gênero e sexual e sua associação com atitude de gênero e ética em uma universidade pública. A partir de um questionário enviado pela internet foram coletadas respostas de 2.430 alunos e, dentre os resultados encontrados, 56,3% das alunas relataram que sofreram algum tipo de violência, dessas 9,4% sofreram violência sexual desde seu ingresso, enquanto 29,9% dos homens alegaram terem cometido algum tipo de violência.

O Instituto Avon (2015) foi responsável por uma das pesquisas pioneiras no Brasil envolvendo a temática a nível nacional. Esse estudo teve por objetivo rastrear a ocorrência de violência de gênero nas universidades e a percepção dos alunos a respeito da mesma, com o intuito de que os dados obtidos pudessem direcionar ações voltadas à prevenção e enfrentamento, além de gerar a reflexão e debate acerca da desigualdade presente neste cenário. Ao todo 1.823 universitários de todo o país participaram da pesquisa, sendo 60% deles mulheres e 40% homens, de instituições públicas e privadas.

Dentre os principais resultados do estudo, 10% das mulheres relataram espontaneamente terem sofrido violência de um homem na universidade ou em festas acadêmicas. Porém, quando estimuladas a partir de uma lista contendo exemplos de violências, 67% delas reconhecem que vivenciaram ao menos uma das situações descritas. Da mesma forma, apenas 2% dos homens admitiram espontaneamente terem cometido algum tipo de violência contra uma mulher nesse espaço, mas 38% reconheceram ter cometido atos de violências também descritos na lista. Quando questionados acerca do conhecimento de casos envolvendo assédio sexual, 73% dos participantes afirmaram positivamente e 56% das estudantes universitárias relataram terem sofrido assédio (Instituto Avon, 2015).

As consequências da violência de gênero são inúmeras, todavia, assim como os dados de prevalência do fenômeno demoraram a serem levantados, as consequências desse tipo de violência no âmbito acadêmico e suas especificidades também são pouco sistematizadas. Nesse sentido, o estudo de Navarro (2021) buscou, através de uma revisão na literatura, levantar quais consequências eram observadas em estudantes que haviam vivenciado alguma

situação de violência de gênero no contexto universitário. A maioria dos estudos descreveram consequências psicológicas; seguidas de acadêmicas/profissionais; comportamentais; físicas; sexuais; sociais e alimentares. Dentre os quadros psicopatológicos destaca-se depressão, Transtorno de Estresse Pós Traumático - TEPT e ansiedade. Os sentimentos relatados pelas participantes foram: medo, nervosismo, culpa, raiva, decepção, angústia, vergonha e desconfiança dos outros.

As consequências acadêmicas/profissionais foram relativas à mudança de carreira, impacto no desempenho acadêmico ou profissional, maior ausência nas aulas, diminuição da participação de atividades ou programas na universidade, podendo chegar à evasão escolar ou abandono do emprego. As consequências comportamentais estavam associadas a aumento no consumo de álcool e outras drogas, dificuldade para dormir, evitar locais e pessoas, e aumento no uso regular de antidepressivos ou benzodiazepínicos (Navarro, 2021).

Quanto às consequências físicas, verificou-se ferimentos leves, distúrbios menstruais (como ciclo irregulares, sangramento intenso e dores), problemas gastrointestinais e desregulação do funcionamento imunológico. Já as consequências sexuais, foram levantadas algumas como: disfunções sexuais, baixa libido, dificuldade para atingir ao orgasmo ou contrair infecções sexualmente transmissíveis (IST) (Navarro,2021).

No que tange a categoria de impacto social, ela aborda consequências como: afastamento das conexões sociais e mudança no relacionamento com os amigos e impactos nos relacionamentos amorosos (diminuindo o envolvimento com outras pessoas ou aprofundamento dessas relações). Por fim, os transtornos alimentares também podem ser consequências associadas às situações de

violências sofridas, como, por exemplo, a percepção incorreta do corpo e a presença de transtornos alimentares. A revisão mostra que todas essas consequências afetam negativamente o bem-estar das estudantes e um declínio na qualidade de vida das mesmas (Navarro, 2021).

Tendo em vista as consequências mencionadas, o problema da violência de gênero nas universidades tem chamado a atenção nos últimos anos pelos riscos e efeitos produzidos e, dessa forma, movimenta a sociedade para que se construam iniciativas que ajudem a compreender e enfrentar a violência no contexto universitário (United Nations Entity for Gender Equality and the Empowerment of Women - UN Women, 2018). Nesse sentido, a UN Women (2018) possui um guia de orientações sobre a violência de gênero no campus que tem o objetivo de oferecer orientações práticas às universidades sobre como garantir um ambiente institucional propício para prevenir e responder a violência de gênero, atender às necessidades das vítimas por meio de serviços adequados e prevenir a violência em vários níveis.

As ações recomendadas incluem (1) avaliar a situação da violência em seu próprio campi, através de estudos de prevalências, grupos focais ou conversas com a comunidade acadêmica; (2) implementar uma política que traduza o posicionamento de tolerância zero a violência na instituição e que seu processo de desenvolvimento seja inclusivo e transparente; (3) eleger uma pessoa responsável por coordenar as estratégias para enfrentamento da violência; (4) estabelecer protocolos que descrevam os procedimentos necessários; (5) tomar medidas provisórias e de apoio, como quaisquer ação que garanta a segurança de uma vítima ou outras pessoas; (6) criar mecanismos de monitoramento e avaliação de suas políticas, protocolos e programas; (7) ter um

orçamento dedicado a realização de intervenções que abordem a temática; (8) fornecer apoio e serviços a quem sofrer violência, assim como conectar as vítimas a serviços especializados de longo prazo; (9) construir programas de conscientização e espectadores, para treinar os estudantes a reconhecerem uma situação potencialmente prejudicial e agir diante dela; e, por último, (10) promover relacionamentos respeitosos e desafiar masculinidades nocivas através de intervenções para desenvolver habilidades ou que possam gerar mudanças de atitudes e/ou crenças. Todas as recomendações do guia são acompanhadas de alguns caminhos possíveis para que sejam realizadas (UN Women, 2018).

Em consonância com o divulgado pela repartição das Nações Unidas, a autora Bellini (2018) construiu uma série de recomendações para o enfrentamento da violência de gênero na universidade baseadas em artigos encontrados por meio de uma revisão sistemática da literatura feita pela pesquisadora. Dentre os achados, também se destaca os estudos que utilizaram de estratégias como treinamento de *bystanders*. O termo significa “espectadores” e se refere a pessoas que presenciam o antes, durante ou depois de um evento violento. A capacitação de espectadores tem o objetivo de treinar pessoas para que possam intervir em atos violentos ou normas sociais que perpetuam violência, além disso também busca prevenir a ocorrência de situações de violência (Bush, Bell & Coker, 2019).

O treinamento de espectadores, o trote social como forma alternativa ao trote tradicional, o uso de vinhetas para ensino de formas de intervenção à tentativa de violência sexual e a formação específica e continuada para os (as) professores (as) são alguns tipos de intervenções que vem sendo adotadas para enfrentar a violência de gênero no espaço universitário (Bellini, 2018). No

entanto, embora seja enfatizado em documentos como o da ONU Mulheres (2018) a importância de a instituição promover o acolhimento das estudantes vítimas de violência, ainda assim há uma lacuna de estudos que investiguem e se aprofundem em protocolos de intervenção que tenham por objetivo trabalhar os efeitos da violência gerado nas vítimas (Rolbieck et al, 2016).

Intervenções com mulheres vítimas de violência

Já são mais conhecidas na literatura as intervenções com mulheres vítimas de violência, em especial pelos parceiros íntimos (VPI) (Petersen et al, 2019; Trabold et al, 2018). Em revisão realizada por Trabold et al (2018) que teve por objetivo identificar estruturas teóricas e modelos de intervenções terciárias para vítimas de VPI e analisar os resultados dessas intervenções na saúde física, mental e na revitimização de mulheres que sofreram VPI, verificou-se que as intervenções cognitivas e da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), no formato grupal ou individual, eram as mais promissoras na redução de sintomas de TEPT, depressão e ansiedade. Nesse mesmo estudo, também se observou a potencialidade de intervenções na TCC que contribuem com a redução da revitimização das mulheres.

Semelhantemente, os autores Hameed, O'Doherty et al (2020), realizaram uma revisão sobre terapias psicológicas com mulheres que sofreram VPI, os artigos selecionados apresentaram principalmente benefícios na redução de sintomas de depressão. Ainda que em menor evidências, as práticas terapêuticas também podem ter efeitos sobre os sintomas de ansiedade, de acordo com este estudo. Cabe destacar que diferentes abordagens compuseram a

amostra desta revisão e dentre elas a TCC, no entanto, não se encontrou diferenças significativas entre as abordagens.

Embora os resultados obtidos nessas intervenções analisadas pelas revisões citadas anteriormente sejam promissores, a violência de gênero na universidade tem suas especificidades e, portanto, carece de intervenções voltadas a esta população para que recebam o acolhimento adequado (Matos & Machado, 2011). Contudo, a partir das evidências disponíveis nos estudos verifica-se que há diversas abordagens e formas de intervir junto às vítimas de VPI. Alguns estudos podem apresentar maior ou menor impacto a depender do modelo teórico adotado ou práticas que são inseridas na intervenção, além de outros fatores que influenciam no controle de uma intervenção. No entanto, chama a atenção que dentre as diversas intervenções descritas na literatura, com foco na VPI, usualmente são empregadas nesses estudos técnicas da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), as quais têm demonstrado eficácia no trabalho com mulheres que sofreram violência de gênero (Vaca-Ferrer, Ferro-García & Valero-Aguayo, 2020; Crespo, Arinero & Soberón, 2021).

Terapia Cognitivo-Comportamental

A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) é uma forma de psicoterapia desenvolvida na década de 1960 por Aaron Beck. É conhecida por ser um tipo de “*psicoterapia estruturada, de curta duração, com enfoque no momento presente e voltada para a solução de problemas atuais, assim como também a modificação de pensamentos e comportamentos disfuncionais*” (Beck, 2013). A teoria que endossa o trabalho do terapeuta desta abordagem é o *modelo cognitivo*, onde cognições específicas acerca de uma situação são experienciadas

e essas mesmas impactam em como sentimos, agimos e as reações fisiológicas que o corpo apresenta (Wenzel, 2018).

Compreende-se que para ocorrer uma mudança emocional e comportamental duradoura através da psicoterapia é necessário produzir uma mudança cognitiva. Para isso, é essencial compreender cada paciente, ou seja, suas crenças específicas e estratégias comportamentais utilizadas, pois para além do nível situacional existem diversas camadas da cognição, como as *crenças subjacentes* (Beck, 2013).

As *crenças subjacentes* são “*uma espécie de filtro pelo qual as pessoas interpretam suas experiências*” (Wenzel, 2018). São consideradas também uma junção das *crenças nucleares* com as *crenças intermediárias*, sendo a primeira caracterizada como aquelas crenças mais fundamentais que as pessoas possuem sobre si e o mundo e que se desenvolvem desde a mais tenra idade, a partir de experiência vividas ao longo da vida (Wenzel, 2018). Já a segunda seriam as regras e pressupostos estabelecidos pelas pessoas para viverem suas vidas de acordo com elas e que muitas vezes decorrem das crenças mais fundamentais (Wenzel, 2018). Essas crenças não são necessariamente ruins, elas podem ser benignas e adaptativas, no entanto, quando são negativas e desadaptativas, é comum que ocorram interpretações sobre as experiências de forma predominantemente negativa e de modo a ignorar o que possa ser neutro ou positivo (Wenzel, 2018).

Alguns dos elementos da Terapia Cognitivo-Comportamental utilizados em intervenções com vítimas de VPI e que apresentam resultados positivos na redução de sintomas decorrentes da violência são: psicoeducação, exercícios de respiração, técnicas para trabalhar autoestima, exposição a imagens mentais,

relatos clínicos e resolução de problemas (Petersen, Zamora, Fermann, Crestani & Habigzang, 2019; Crespo, Arinero & Soberón, 2021). Embora seja adotada uma ou mais técnicas distintas para serem utilizadas nas intervenções, a psicoeducação é uma importante ferramenta e de comum uso em praticamente todas elas. Isso porque através da psicoeducação é possível levar até as mulheres um conhecimento especializado, falar sobre seus direitos, compreender o ciclo da violência, entender seu próprio funcionamento e aprender sobre como buscar ajuda nas redes de proteção (Petersen et al, 2019; Dantas, 2021).

Dantas (2021) propôs um modelo de intervenção à mulheres vítimas de VPI composto de dois módulos: (1) psicoeducação sobre a VPI e (2) práticas meditativas de *mindfulness*. Participaram da pesquisa 04 mulheres com histórico de VPI, sendo que 03 delas completaram os dois módulos da intervenção. A intervenção da autora foi proposta em um formato individual e com duração de 15 semanas, sendo 4 encontros para entrevista/acolhimento; 4 encontros para psicoeducação e 7 para prática de *mindfulness*. No módulo de psicoeducação foram trabalhados os seguintes temas: direitos humanos e interpessoais; direitos das mulheres nas relações amorosas; Lei Maria da Penha e sua importância no enfrentamento da violência contra mulher e ciclo da violência. A análise dos sintomas de ansiedade e depressão mensurados em diferentes momentos da intervenção (pré intervenção, pós módulo 1 e pós módulo 2) indicou que embora os sintomas de ansiedade diminuam após o módulo de psicoeducação, os sintomas de depressão se mantem ou aumentam. Contudo, após o módulo 2, todas as participantes tiveram diminuição nos sintomas de ansiedade e depressão. A autora ainda discute a necessidade de fazer uso de técnicas de regulação emocional nas intervenções, pois a partir de achados na literatura, a

dificuldade em processar as emoções parece haver correlação com os níveis clínicos de ansiedade e depressão de vítimas de VPI (Zancan & Habigzang, 2018; Dantas, 2021).

Regulação emocional

O trabalho com regulação emocional nos casos de violência tem se mostrado promissor para pensar em possíveis intervenções, pois parece haver um impacto relevante nesse domínio (Dantas, 2021; Krindges & Habigzang, 2018). A Regulação Emocional (RE) é um processo que abrange algumas dimensões como: consciência, compreensão sobre respostas emocionais e capacidade de agir de forma desejada ou se abster de se comportar de maneira indesejada diante de experiências emocionais negativas (Gratz & Roemer, 2004).

As principais dificuldades em regular as emoções associadas com sintomas psicopatológicos, como da ansiedade e depressão, são a crença de que o indivíduo pouco pode fazer diante de uma emoção difícil/negativa e a consequente dificuldade em se orientar e agir a partir de objetivos quando também experiencia emoções negativas (Coutinho, Ribeiro, Ferreirinha, Dias, 2009). Diante de situações como essas existe a possibilidade de utilizar diferentes e até mesmo simultâneas estratégias de regulação emocional, que podem ou não ser adaptativas. Dentre algumas das estratégias de regulação emocional estão a *reavaliação cognitiva* e a *supressão emocional*, as duas mais comumente utilizadas pelos indivíduos (John & Gross, 2004).

A *reavaliação cognitiva* refere-se a maneira de mudar como se pensa sobre uma situação potencialmente eliciadora de emoção. Já a *supressão*

emocional estaria relacionada a uma modulação da resposta emocional que inclui inibição dos comportamentos de expressão emocional. De acordo com os autores, a *reavaliação cognitiva* parece estar associada a consequências afetivas, cognitivas e sociais mais saudáveis do que a *supressão emocional* (John & Gross, 2004). Destaca-se dentre os achados dos autores que utilizar a estratégia de *supressão emocional* cotidianamente e de forma consistente pode estar associado a uma maior experiência de emoção negativa.

Para John e Gross (2004) as descobertas obtidas acerca dessas estratégias de regulação emocional não significam que aquela tida como mais saudável sempre o é em todas as situações, muito menos que a *supressão emocional*, por exemplo, nunca pode ser útil. No entanto, para além do impacto da adoção de estratégias desadaptativas num quadro de ansiedade e depressão, que podem intensificar a experiência de emoções negativas, há por outro lado a dificuldade em identificar, nomear e manejar as emoções.

Outrossim, a literatura também aponta uma associação entre o uso de estratégias do tipo evitativas e a revitimização, pois acredita-se que o reconhecimento de emoções negativas é importante para saber responder a situações eminentemente perigosas, como a uma violência em um relacionamento íntimo. Desta forma, tais estratégias de evitação para regular emoções negativas podem aumentar a probabilidade de revitimização (Zamir & Lavee, 2015; Zancan & Habizang, 2018).

Um outro estudo também mostrou diferentes achados sobre a temática. O objetivo era comparar as estratégias de regulação emocional entre mulheres que haviam sofrido violência de gênero e aquelas que não haviam sofrido (Carrillo,

Gruber & Castillo, 2015). A hipótese era que as mulheres que sofreram violência de gênero, apresentariam estratégias de regulação emocional mais desadaptativas. Ao todo participaram do estudo 116 mulheres de Cantabria na Espanha, sendo 51 delas com histórico de violência e 65 sem. Para identificar as estratégias de regulação emocional das participantes, foram realizadas entrevistas individuais e a aplicação do *Cognitive Emotion Regulation Questionnaire – CERQ* (Garnefski & Kraaij, 2006). O questionário é composto por 18 itens em que os participantes devem ler a asserção e selecionar em uma escala likert de 5 pontos (quase nunca a quase sempre). Posteriormente os itens são agrupados em nove subescalas classificadas conceitualmente como adaptativas (aceitação, centrar-se no positivo, reavaliação positiva, colocar em perspectiva e concentrar-se em um plano) e desadaptativas (ruminação, catastrofização, autculpabilização e culpabilizar os outros). A consistência interna das subescalas possuem valores alpha de Cronbach de entre .60 e .83. Os dados obtidos indicaram diferença estatisticamente significativa entre os grupos em relação a *ruminação, aceitação, catastrofização e culpabilizar os outros*, com as mulheres com histórico de violência apresentando médias maiores quando comparadas com as participantes sem tal histórico. Já o grupo sem histórico de violência apresentou médias maiores em *colocar em perspectiva* do que mulheres com histórico. Todas as diferenças observadas obtiveram tamanhos de efeito médios, acima de 0,30 (*ruminação, aceitação, catastrofização*) e altos, acima de 0,80 (*culpabilizar os outros e colocar em perspectiva*).

Tais estratégias apresentadas pelas mulheres vítimas de violência foram consideradas negativas por, respectivamente, indicar uma falta de controle de pensamentos intrusivos, dos quais enfatizam as experiências negativas dos

eventos ocorridos; focalizar os pensamentos negativos que podem potencializar o medo vivenciado e terem uma postura de resignação culpando a si mesmas pelo ocorrido (Carrillo, Gruber & Castillo, 2015). As estratégias mencionadas além de estarem associadas as dificuldades em regulação emocional também estão ligadas ao agravamento de quadros de ansiedade e depressão (Bezerra, Siquara & Abreu, 2018; Leahy, Tirsch & Napolitano, 2013).

Atualmente, a Terapia do Esquema Emocional (TEE) proposta por Leahy, Tirsch e Napolitano (2013), consiste em uma adaptação da Terapia cognitivo-comportamental (TCC). Esse modelo de terapia trabalha a identificação das emoções e como nomeá-las, ensina sobre a normalização da experiência emocional, sejam elas difíceis e dolorosas, ajuda a conectá-las às necessidades pessoais e à comunicação interpessoal, assim como também a identificar crenças e estratégias problemáticas. A premissa da TEE é de *“tentar encontrar sentido na emoção, colocá-la no contexto de uma vida significativa e de valores com os quais valha a pena viver, normalizar as emoções e ajudar os indivíduos a explorarem as possibilidades emocionais”*, para isso utiliza de técnicas que ajudem a desenvolver respostas mais úteis às emoções, além de *“desenvolver novas crenças e estratégias mais flexíveis e adaptativas acerca da experiência emocional”* (Leahy, Tirsch & Napolitano, 2013).

No que se conhece até o momento sobre a violência de gênero nas universidades, se sobressai o impacto que se tem na qualidade de vida de tais mulheres no que tange a saúde psicológica e emocional das mesmas (Bird, Stappenbeck, Neilson, Gulati, George, Cooper & Davis, 2019; Navarro, 2021; Loayza-Maturrano, León & Cruz, 2021). Assim como a solidão que as vítimas parecem encontrar diante do silenciamento das universidades e obstáculos em

efetuarem uma denúncia ou buscarem por apoio (Barreto, 2017; Cruz, Almeida, D'Oliveira, Lima, Lago & Machado, 2018). Perfazem mediante o exposto, aspectos importantes a serem considerados para a construção de uma intervenção adequada ao contexto acadêmico: o uso da *psicoeducação*, trabalhar o *autoconhecimento/autoestima* das vítimas, assim como também a *rede de apoio* e, sobretudo, a *regulação emocional*.

É de suma importância que intervenções sejam avaliadas quanto a sua eficácia ou efetividade levando em conta critérios metodológicos. Para tanto, é necessário que estudos de viabilidade sejam previamente realizados para nortear escolhas primordiais na construção de uma intervenção que potencialize a probabilidade de sucesso do tratamento quanto a sua eficácia e/ou efetividade (Durgante & Dell'Aglio, 2017). Alguns critérios a serem considerados e observados em um estudo da viabilidade a ser construído são: aceitabilidade, demanda, implementação, praticidade e testes limitados de eficácia.

A aceitabilidade é caracterizada como uma forma de avaliar a aceitabilidade e satisfação do público-alvo da intervenção, pode ser no que diz respeito aos meios de divulgação da pesquisa ou até mesmo sobre a seleção da amostra. Já a demanda avalia a procura do público-alvo pela intervenção, ou seja, a probabilidade de que aquele serviço seja utilizado (Durgante & Dell'Aglio, 2017). O critério de implementação tem o intuito de avaliar o que deu certo ou não no processo de implementação; caracteriza-se também por mapear recursos e fatores necessários para que ocorra. De modo semelhante, o critério de praticidade avalia os recursos, sejam eles humanos, materiais, de tempo ou instalações, faltantes e/ou que possuem acesso limitado, sendo ele associado a investigação da qualidade da implementação. Por fim, os testes

limitados de eficácia verificam previamente efeitos em variáveis importantes, assim como também o tamanho do efeito e a manutenção da mudança (*follow-up*), ou seja, ele aponta para como a intervenção pode vir a responder em uma avaliação futura de eficácia (Durgante & Dell’Aglío, 2017).

Com isso, a presente pesquisa teve por objetivo propor, conduzir e analisar a viabilidade de se realizar uma intervenção psicossocial online com estudantes que tivessem vivenciado desde o seu ingresso algum tipo de violência no âmbito universitário, avaliando o processo, os recursos, gerenciamento e embasamento científico da intervenção (Durgante & Dell’Aglío, 2017). A escolha por uma intervenção online partiu sobretudo da necessidade de isolamento social no contexto da pandemia da doença COVID-19 em vigência no ano de 2020 (Pontes, Dionísio, Bertho, Gama & D’Affonseca, 2021). No entanto, o formato já é adotado no campo de atuação da psicologia para atendimento psicológico e tem se mostrado potencialmente benéfico. Dentre os aspectos positivos está a maior flexibilidade para se adequar a dia/horário, conveniência de poder realizar de qualquer lugar, diminuição das restrições para comparecimento e outros (Barroquinho, 2021; Durgante & Dell’Aglío, 2022).

Para responder ao objetivo proposto, o primeiro estudo buscou revisar a literatura nacional e internacional de modo a identificar intervenções voltadas ao enfrentamento da violência de gênero no contexto universitário. Tal levantamento contribuiria para identificar elementos necessários para a intervenção.

Já o segundo estudo, descreve o processo de intervenção realizado e analisa critérios preliminares de eficácia da intervenção no que compete à regulação das emoções das participantes. Esperava-se que a intervenção pudesse

promover uma diminuição das dificuldades em regular as próprias emoções e aumentasse o manejo de emoções de forma mais adaptativa através da reavaliação cognitiva.

ESTUDO I - Violência de gênero na universidade: uma revisão sobre intervenções

O presente estudo tem como objetivo realizar uma revisão sistemática da literatura nacional e internacional, a partir das diretrizes delineadas pelo Check List do PRISMA - Principais Itens para Relatar Revisões sistemáticas e Meta-análises (Galvão, Pansani & Harrad, 2015), de modo a levantar as intervenções realizadas para enfrentamento da violência de gênero nas universidades. Além disso, esperava-se que a revisão contribuísse com o levantamento de assuntos importantes a serem trabalhados no grupo de intervenção a cada encontro, para que fossem escolhidos com maior precisão visando aprimorar as estratégias e técnicas adotadas no estudo, a partir de intervenções já realizadas com a mesma temática.

MÉTODO

Critérios de elegibilidade

Foram considerados elegíveis para essa revisão sistemática estudos que apresentassem intervenções realizadas com mulheres universitárias vítimas de violência de gênero no contexto da universidade ou que fossem relacionados a intervenções realizadas com mulheres sobre violência de gênero na universidade, todos deveriam apresentar dados qualitativos e/ou quantitativos.

Os critérios de exclusão foram referentes a artigos que: (1) apresentaram intervenções com homens sobre violência de gênero no contexto universitário, (2) investigaram a prevalência de casos de violência de gênero nas universidades, (3) apresentaram protocolos de medidas para eliminar violência de gênero na universidade, (4) apresentaram intervenções com mulheres vítimas de violência entre parceiros íntimos fora do contexto universitário e (5) avaliavam programas de intervenção para espectadores pró-sociais (bystanders). Textos teóricos, artigos de revisão da literatura, teses, dissertações e capítulos de livros, assim como artigos indisponíveis para download ou fora dos idiomas selecionados (português, inglês e espanhol) também foram excluídos.

Estratégia de busca

As buscas foram feitas nas bases de dados: Scopus, Lilacs, Scielo, PubMed, e Web of Science em dezembro de 2020 e janeiro de 2021. Foram utilizados para busca os descritores: “intervenção” AND “universidade” OR “instituição de ensino superior” AND “violência de gênero” OR “violência contra mulher”; “intervention” AND “university” OR “college” AND “gender violence” OR “violence against women”; “intervención” AND “universidad” AND “violencia de género” OR “la violencia contra las mujeres”. Foi realizada uma busca nas referências dos artigos selecionados para identificação de outros artigos que também pudessem ser elegíveis.

Seleção dos estudos e coleta de dados

Utilizou-se o programa gerenciador de referências Zotero para documentar os resultados encontrados nas buscas e realizar a exclusão das referências duplicadas. A seleção foi realizada em duas etapas a partir dos critérios de inclusão estabelecidos: (1) avaliação dos títulos e resumos e (2) dos

textos na íntegra. O processo de seleção foi conduzido por duas pesquisadoras independentes, as quais avaliavam os artigos a partir dos critérios de inclusão e exclusão citados anteriormente. A partir dessa primeira seleção pelas revisoras, foi analisado a confiabilidade interobservadores a partir do teste estatístico Kappa no software estatístico SPSS – versão 22.0. O Kappa é o coeficiente de concordância cujo valor varia de +1 (concordância perfeita) a -1 (discordância completa). Não há definições quanto aos níveis de concordância aceitos, sendo que estudos sugerem que resultados entre 0-0,2 apresentam uma concordância muito pequena, 0,21-0,40 uma concordância pobre, 0,41-0,60 uma concordância moderada, 0,61-0,80 uma concordância substancial e valor acima de 0,80, concordância praticamente perfeita (Silva & Paes, 2012). No presente trabalho considerou-se valores maiores que 0,61 como adequados para passar para a etapa seguinte, sendo obtido o valor (kappa = 0,91). A segunda etapa consistiu na leitura integral dos artigos selecionados, continuando a exclusão de artigos sem pertinência temática. Após a leitura integral dos estudos, os dados dos mesmos foram extraídos e armazenados em planilhas com o registro das características gerais dos artigos.

Análise dos dados

Os estudos selecionados foram sumarizados e agrupados a partir das seguintes categorias para análise qualitativa: autores, ano de publicação, local de pesquisa, participantes, tamanho da amostra, faixa etária, objetivos, instrumentos, delineamento, número de encontros, temas dos encontros e abordagem teórica.

RESULTADOS

A busca nas bases de dados Scopus, Lilacs, Scielo, PubMed e Web of Science resultou em 524 artigos no total, destes foram removidos 55 artigos que eram duplicados. Após a leitura dos títulos e resumos, pelas duas revisoras, foram excluídos 438 artigos levando em conta os critérios de inclusão e exclusão estabelecidos, restando 31 artigos que foram considerados elegíveis (Figura 1). A partir de uma releitura dos resumos, prévia do método ou outras seções em sua versão completa, verificou-se quais não se adequavam ao tema ou objetivo proposto pela revisão. Após essa etapa, 7 artigos foram selecionados para serem lidos integralmente. No final, apenas 1 artigo (Rolbieck et al, 2016) foi considerado elegível para ser analisado e descrito em suas características gerais e metodológicas, o qual será descrito a seguir.

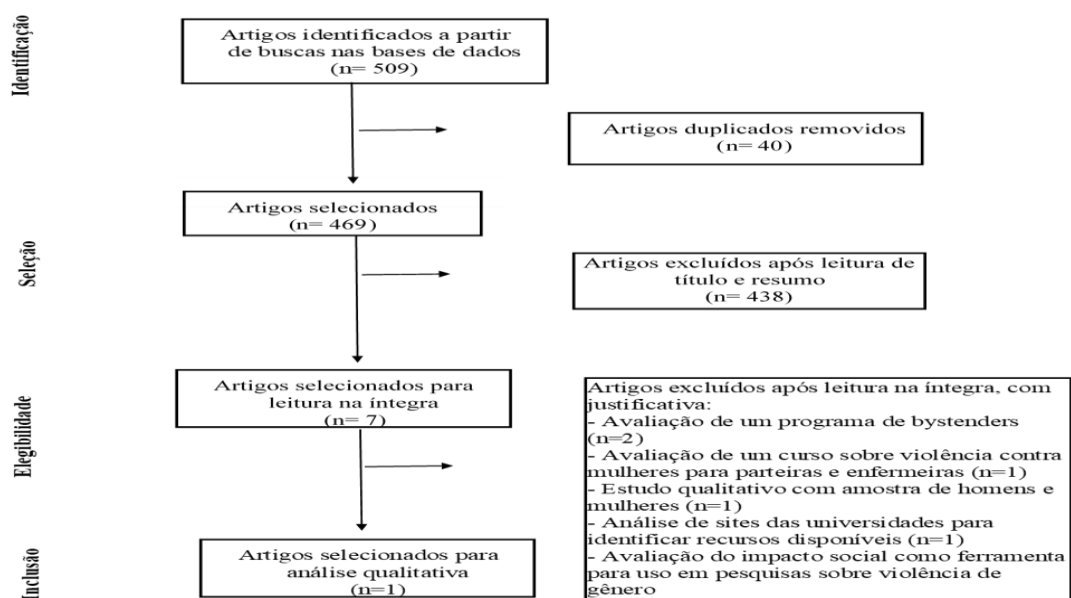


Figura 1.

Fluxograma do resultado da busca, seleção e inclusão dos estudos

O estudo encontrado (Rolbieck et al, 2016) consistiu na descrição de uma intervenção com mulheres vítimas de violência de gênero no contexto universitário da *University of Missouri*, Columbia, EUA. Seu objetivo era examinar o uso do método *Photovoice* como intervenção terapêutica com mulheres universitárias que fossem sobreviventes de violência sexual e que apresentassem sintomas do Transtorno de Estresse Pós-traumático - TEPT. O método *Photovoice* consiste em compartilhar em grupo as experiências subjetivas vividas pelas pessoas através de fotografias.

Participaram da pesquisa 9 mulheres, com idade entre 18 e 34 anos, que demonstraram interesse em participar da pesquisa após divulgação nas mídias sociais, pelo email da própria instituição e nos serviços de atendimento para casos de agressão sexual na universidade. Para a seleção das participantes foi aplicada a *escala Post-Traumatic Stress Disorder Checklist - Civilian Version* (PCL-C) e foram selecionadas aquelas que apresentassem o escore superior a 44, pontuação de corte usada para vítimas de agressão sexual, no PLC-C. A participantes selecionadas foram divididas em pequenos grupos de intervenção, sendo que o primeiro tinha quatro mulheres, o segundo três e o terceiro era uma dupla.

A intervenção foi realizada em cinco etapas: 1) orientações sobre a intervenção e entrega da câmera, 2) produção das fotos, 3) discussão em grupo, 4) exposição das fotografias e 5) entrevistas semiestruturadas. Em um primeiro momento as participantes participaram de um encontro com as pesquisadoras, no qual foi entregue uma câmera fotográfica a cada uma e foi dada a instrução de que, ao longo da semana, elas documentassem experiências que estivessem relacionadas ao enfrentamento da violência sexual sofrida. Após uma semana de

produção de fotos, as participantes se reuniram com a pesquisadora para discutir em grupo a respeito dessas fotos e o que elas retrataram. Ao final do encontro foi solicitado que elas produzissem fotos ao longo da próxima semana.

Novamente o grupo se reuniu para compartilhar as experiências e produtos. Durante a discussão em grupo, o facilitador utilizou o questionário *SHOWED*. Tal questionário consiste em série de questões que ajudam a descrever as fotografias: “O que você vê aqui?” “O que realmente está acontecendo aqui?” “Como isso se relaciona com suas vidas?” “Por que existe essa situação, preocupação ou força?” “O que podemos fazer sobre isso?”.

Na etapa seguinte, as participantes organizaram uma exposição das fotografias na universidade em que foram convidados familiares, amigos e pessoas envolvidas do campus (como administradores do campus e polícia universitária). Por último, foram realizadas entrevistas com as estudantes para discutir com maior profundidade sobre a experiência delas com o *Photovoice* como uma intervenção terapêutica.

Os dados qualitativos obtidos através de transcrições dos encontros e entrevistas foram analisados por uma abordagem temática. De acordo com as análises realizadas, quatro temas emergiram: (1) “Tirar fotos: exposição a gatilhos”, relacionado aos relatos das participantes a respeito do processo de tirar fotos ter feito com que se expusessem aos seus gatilhos, o que contribuiu para que houvesse uma redução das reações emocionais associadas às experiências traumáticas; (2) “Discussão *SHOWED*: construção de significados”, relacionado aos relatos acerca de como esta etapa da intervenção facilitou que construíssem novos significados de suas narrativas, assim como também poderem processar suas experiências ao responderem as questões do questionário com o grupo; (3)

“Processo em grupo: construção de relacionamento e apoio mútuo” foi sobre como o formato grupal, de acordo com os relatos das participantes, forneceu suporte e incentivo para que elas explorassem suas relações interpessoais e descobrissem redes de suporte positivas e negativas; e (4) “Exposição de fotos: Aumento da consciência”, apontou que a exposição das fotografias as incentivaram a conscientização e sensação de empoderamento. Além disso, os diferentes grupos que estavam recebendo a intervenção desejavam se conhecer através do evento para compartilharem suas experiências e fotos.

Os resultados mostraram que o método Photovoice, através da criação e discussão de narrativas fotográficas tem efeitos terapêuticos, sobretudo em intervenções a situações traumáticas. O estudo possui limitações em relação ao tamanho da amostra, todavia, os autores justificam que optaram por uma amostra pequena para que pudessem explorar com profundidade a experiência das participantes com a intervenção.

DISCUSSÃO

A presente revisão tinha por objetivo mapear intervenções previamente realizadas no contexto universitário com o intuito de contribuir com a construção da intervenção avaliada nesta dissertação. Dentre as especificidades da busca por pesquisas semelhantes estava o critério de que fossem intervenções realizadas com mulheres universitárias que sofreram violência dentro desse espaço. No entanto, conforme apresentado na seção de resultados, a revisão evidenciou que há uma inexistência de intervenções de tratamento com esse público, o que estudos anteriores já haviam retratado acerca da escassa produção científica sobre violência contra as mulheres na universidade, sendo os poucos estudos

encontrados na literatura do tipo quantitativos e publicados em periódicos da área da saúde (d'Oliveira, 2019; Bellini, 2018).

Em 2015, a autora Saldanha havia realizado uma revisão para buscar na literatura o cenário de enfrentamento da violência sexual nas universidades brasileiras, o resultado foi semelhante ao encontrado na presente revisão, apenas um artigo de prevalência fora selecionado para análise e que se enquadrava nos critérios estabelecidos. Diferente do estudo de Saldanha (2015), o recorte da presente revisão abarcou estudos internacionais, pois apesar de recente os estudos sobre a temática no âmbito nacional, países como os EUA vêm há anos construindo conhecimento sobre o fenômeno nas instituições de ensino. Infelizmente o pioneirismo no país foi resultado do crescente número de mulheres vitimizadas nesse contexto, principalmente por abusos sexuais (Banyard et al, 2020). No entanto, a visibilidade para o problema não se deu espontaneamente e nem foi lançado luz pelas próprias instituições de ensino, pelo contrário, o escancarar da situação veio sobretudo através das denúncias das vítimas e mobilizações de coletivos feministas. Em 2015 o documentário *The Hunting Ground*, dirigido por Kirby Dick e produzido por Amy Ziering, estreou nos EUA e denunciou os casos de violência sexual ocorridos nos campi que eram sistematicamente abafados pelas universidades americanas. O documentário explicita como as notícias tomaram proporções nacionais a muito custo, luta e mobilização das estudantes que haviam sido vitimizadas.

Movimentos como esses que foram responsáveis em culminar na criação de medidas institucionais e políticas para enfrentamento da violência de gênero nas universidades dos EUA e, atualmente, em outros países também (Bellini & Melo, 2022). Os estudos de prevalência, foram o começo da investigação sobre a

temática para que se tivessem mais informações acerca do fenômeno nesse espaço (Franklin et al, 2016; Palmer & Perrotti, 2016). Ainda nesse contexto internacional, as pesquisas quantitativas foram auxiliando na compreensão do problema dentro das universidades, para que então pudesse se pensar nos caminhos de enfrentamento e intervenções possíveis (Ávila, 2022).

Os resultados encontrados na revisão apontam algumas características desse percurso de construção da temática na literatura científica. Dentre os 483 que passaram pela primeira análise se sobressai pesquisas que levantam aspectos como a prevalência (Saewyc et al, 2009; Valls et al, 2016; Zotareli et al, 2012; Zuo et al, 2018), percepções dos estudantes (Aranda, Fines & Duette, 2017; Sinko et al, 2021; Yule & Grych, 2020), temas específicos como violência entre parceiros íntimos (Boira et al, 2013; Flake, et al, 2013; Sis Çelik & Aydin, 2018; Jeffrey & Barata, 2018) e intervenções que focam a prevenção (Carline, Gunby & Taylor, 2017; Coker et al, 2020; Kaufman et al, 2019; Reid & Dundes, 2017). Ademais, dentre as intervenções identificadas nos artigos selecionados para leitura integral, se destacam as intervenções com *bystenders* (Salazar et al, 2014; Fenton & Mott, 2018), grupos focais para identificação de fatores de risco (Kaufman et al, 2019), ações institucionais das universidades (Franklin et al, 2016) e, por fim, com estudantes vítimas de violência sexual utilizando do método *Photovoice* (Rolbiecki et al, 2016) que fora selecionada para análise final.

As mencionadas intervenções com *bystenders* são consistentemente encontradas na literatura por trabalhar a prevenção e enfrentamento da violência, é um modelo que permite trabalhar com uma comunidade inteira e impactar na diminuição de práticas violentas (Yule et al, 2022; Hoxmeier et al, 2018). O

termo em inglês *bystenders* significa “espectadores” e neste modelo de intervenção considera-se a violência como um problema comunitário em que aqueles que a assistem também são responsáveis por combatê-la (Fenton & Mott, 2018). Sendo assim, a população universitária é treinada para intervir diante de situações de violência e em prol da mudança de normas sociais que apoiam violência (Yule et al, 2022).

Em um estudo que avaliava as ações das universidades do Texas para lidar com os casos de violência (Franklin et al, 2016), as autoras destacam a importância de direcionar recursos para programas educacionais, como os de intervenção com *bystender* e com homens, com o intuito de prevenir a violência sexual nos campi. Somado a isso, o estudo também salienta a necessidade de avaliar constantemente seus programas já empregados, ter produtos farmacêuticos profiláticos disponíveis e profissionais qualificados nas clínicas de saúde dos campi, assim como também atentar ao atendimento adequado às vítimas nesses serviços, incluindo a oferta de serviços de saúde mental para a comunidade acadêmica. Por fim, foi lançado luz a ausência de intervenções em crise e defesa das vítimas, sendo indicado como práticas fundamentais das universidades que influem diretamente no enfrentamento da vítima a situação de violência vivida.

Nesse caminho, há uma crescente em sistematizar essas e outras ações para enfrentamento da violência de gênero nas universidades, o que contribui para que mais instituições possam aderir a boas e eficazes práticas de intervenção do fenômeno (Maito et al, 2019). Em suma, a revisão indicou um maior volume de artigos que retratam esses programas educacionais e ações das universidades, podendo indicar que é uma necessidade e lacuna que ainda

precisa continuar a ser preenchida e avaliada pela comunidade científica, assim como também talvez explicar o baixo número de estudos qualitativos voltados especificamente para estudantes que tenham sido vitimizadas nesse contexto.

Além das possíveis explicações já levantadas anteriormente, considera-se como limitação do estudo as palavras-chaves e os critérios de elegibilidade selecionados. As buscas foram realizadas somente com todas as palavras-chaves sendo combinadas, o que pode ter impactado em localizar artigos que tivessem apenas uma ou outra, mas que se enquadrasse na temática. Enquanto os critérios de elegibilidade podem ter sido muito específicos, não atentando para as particularidades que a pesquisa na área possa ter, como a necessidade em se pensar prioritariamente nas mudanças de políticas das instituições e governos. Além disso, é possível que intervenções com público mais delimitado se façam presentes nesse contexto através de projetos de extensão, atividades extracurriculares e até mesmo coletivos feministas (Bustamante, 2019).

ESTUDO II - Intervenção psicossocial sobre violência de gênero com estudantes universitárias: estudo de viabilidade

O presente estudo teve por objetivo verificar a viabilidade de se realizar uma intervenção psicossocial na modalidade online com estudantes universitárias que tivessem vivenciado desde o seu ingresso algum tipo de violência na universidade, avaliando aceitabilidade, demanda, implementação, praticidade e aspectos preliminares de critérios de eficácia na avaliação da regulação emocional das participantes.

MÉTODO

Participantes

Participaram da intervenção duas mulheres cisgênero, com idade superior a 18 anos, vinculadas a uma universidade pública, que sofreram violência de gênero no âmbito universitário. A tabela 1 apresenta os dados de caracterização das participantes. Por questões éticas, todos os nomes das participantes são fictícios, tendo sido escolhido por elas durante a coleta de dados.

A idade das participantes era de 23 e 26 anos. As participantes se autodeclararam, respectivamente, como branca e preta, eram estudantes de graduação (bacharelado) e pós-graduação (doutorado) e no momento da pesquisa estavam em um relacionamento (namorando/relacionamento estável).

Tabela 1
Caracterização das participantes

Nome	Idade	Raça	Área	Modalidade	Ano de curso	Status de relacionamento	Possui filhos
Maria	26	Preta	Humanas	Bacharelado	2016	Namorando	Não
Carolina	23	Branca	Biológicas	Doutorado	2019	Relacionamento estável	Não

Instrumentos

1. *Questionário de caracterização das participantes* (Anexo 3), elaborado pela pesquisadora a fim de coletar informações características da amostra quanto a idade, gênero, ocupação, universidade/campus, ano de estudo, relacionamento afetivo atual e se possui filhos. Além disso, verificar o enquadramento nos critérios de inclusão, a partir de questões de levantamento sobre a vitimização em ambiente universitário, como tipo de violência, local e número de ocorrências.

2. *Roteiro de entrevista semi-estruturada* (Anexo 4) elaborada pela pesquisadora com questões que objetivavam obter uma descrição mais detalhada das ocorrências de violência vivenciadas pelas participantes no ambiente universitário, tais como datas, descrição da situação, desdobramentos e auxílio que obteve.

3. *Questionário de Eventos Estressores* (Van Houndenhove et al, 2001 traduzido por Rabelo, 2006) que busca rastrear os eventos vitimizadores estressores que se deram no decorrer da vida do indivíduo. São descritos no instrumento 18 situações que remetem a cinco categorias de vitimização: negligência emocional, abuso emocional, abuso físico, assédio sexual e abuso sexual. As participantes devem informar para cada situação: se teve ocorrência, sua idade quando aconteceu, o perpetrador da mesma/grau de proximidade (membro da família nuclear, outros membros da família ou parceiro, pessoas sem relação familiar) e o impacto negativo em sua vida, utilizando uma escala Likert que varia de zero (nenhum impacto) a dez (um extremo efeito negativo) pontos.

4. *Escala Transversal de Sintomas Nível 1 Autoaplicável do DSM-5 Adultos* (APA, 2014) que auxilia no diagnóstico psiquiátrico avaliando 13 domínios de saúde mental, como depressão, raiva, mania, ansiedade, sintomas somáticos, ideação suicida, psicose, distúrbio do sono, memória, pensamentos e comportamentos repetitivos, dissociação, funcionamento da personalidade e uso de substância. O instrumento possui ao todo 23 questões, onde cada item investiga o quanto o indivíduo tem sido incomodado nas últimas duas semanas com os sintomas específicos de cada um dos domínios. A escala de respostas vai de 0 a 4 pontos, onde 0 = nada ou modo algum; 1 = muito leve ou raramente; 2 = leve ou vários dias; 3 = moderado ou mais da metade dos dias e 4 = grave ou quase todos os dias.

5. *Difficulties in Emotion Regulation Scale – DERS* (Gratz e Roemer, 2004) traduzida e adaptada por Coutinho, Ribeiro, Ferreirinha e Dias (2010). É uma escala de auto relato que tem por objetivo avaliar as dificuldades de regulação emocional do indivíduo em vários níveis. A escala contém 36 itens numa escala *likert* de 5 pontos do 1 (quase nunca se aplica a mim) ao 5 (aplica-se quase sempre a mim) e é composta por seis domínios que refletem dificuldades de regulação emocional: (1) não aceitação das emoções negativas, (2) incapacidade de se envolver em comportamentos dirigidos por objetivos quando experiencia emoções negativas, (3) dificuldades em controlar comportamento impulsivo quando experiencia emoções negativas, (4) acesso limitado a estratégias de regulação emocional percebidas como eficazes, (5) falta de consciência emocional e (6) falta de clareza emocional. A escala possui elevados valores de consistência interna ($\alpha = 0,93$) e de teste-reteste ($r_s = 0,82$). A pontuação geral varia de 36-180 e o instrumento não apresenta ponto de corte.

Logo, quanto mais próximo ao valor máximo representa maior nível de desregulação emocional. Para interpretação dos resultados é necessário calcular os itens inversos do instrumento (1, 2, 6, 7, 8, 10, 17, 20, 22, 24, 34) e, então, somar adequadamente o escore total, considerando também os valores obtidos em cada um dos seis domínios.

6. *Questionário de Regulação Emocional* (Gross e John, 2003) traduzida e adaptada por Vaz e Martins (2008) é uma medida de auto relato constituída por dez itens, avaliados numa escala de Likert de 7 pontos (1 “Discordo totalmente” até 7 “Concordo totalmente”). Este instrumento é constituído por duas subescalas: a) Reavaliação Cognitiva ($\alpha = 0,76$), que integra seis itens (ex., “Eu controlo as minhas emoções modificando a forma de pensar acerca da situação em que me encontro”), e b) Supressão Emocional ($\alpha=0,65$), que integra quatro itens (ex., “Quando estou a experienciar emoções negativas, faço tudo para não as expressar”). O resultado é obtido a partir da somatória do escore dos itens cada uma das subescalas (Reavaliação Cognitiva e Supressão Emocional). Os resultados elevados em cada uma das subescalas refletem uma maior utilização daquela estratégia de regulação emocional específica.

7. *Avaliação do encontro – versão para as participantes* (Anexo 5) instrumento de auto relato desenvolvido pelo e para o estudo a fim de que as participantes avaliem cada encontro realizado. Composto de dez questões fechadas e três questões abertas, sendo uma de sugestões e comentários adicionais que abordavam a qualidade dos encontros, o alinhamento de expectativas quanto ao conteúdo, a satisfação ao atendimento de suas necessidades, como se sentiram, a qualidade dos materiais de apoio e recursos

utilizados, a qualificação das facilitadoras, o quanto se sentiram confortáveis e pontos que mais gostaram ou menos gostaram dos encontros daquele dia.

8. *Avaliação do encontro - versão para as facilitadoras* (Anexo 6) instrumento de auto relato construído com intuito de avaliar cada encontro realizado na perspectiva das facilitadoras. O instrumento continha dez questões fechadas e quatro questões abertas quanto à qualidade dos encontros, satisfação com o conteúdo transmitido e condução do grupo, alinhamento de expectativas quanto ao conteúdo. Além disso, ao final do questionário continha um *checklist* de tarefas para indicar aquelas que fossem cumpridas a cada encontro, como: realizar todas as atividades previstas, encerrar no horário combinado e trabalhar o tópico daquele encontro.

Procedimentos

Etapa 1 – Divulgação da pesquisa e recrutamento das participantes

Após aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (CAAE 30880120.7.0000.5504), a pesquisa foi divulgada pela assessoria de imprensa da universidade, nas redes sociais, coletivos feministas e rádio local do município. No convite estava descrito o objetivo da pesquisa e os critérios de inclusão. Nele havia um link de acesso a um formulário google, no qual as interessadas, ao clicar, abriam no navegador o formulário, o qual continha o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido – TCLE. As participantes deveriam ler e, caso concordassem com a pesquisa, selecionar a opção *Li e estou de acordo em participar da pesquisa*. Após a anuência, elas respondiam ao

Questionário de caracterização das participantes descrito na seção instrumentos e, ao final, indicavam uma forma de contato (email, telefone ou whatsapp).

Também foram convidadas a participarem as participantes do estudo intitulado “Nos reconhecendo: Cartografia do corpo em estudantes vítimas de abuso, agressão e ou violência sexual no âmbito universitário”. Essa pesquisa teve como objetivo conhecer o impacto no corpo e no desenvolvimento sexual das estudantes, de situações de abuso, agressão e/ou violência sexual que sofreram dentro do âmbito universitário. A pesquisa foi desenvolvida como parte do trabalho de Mestrado da aluna do Programa de Pós-Graduação em Psicologia (PPGpsi), Giselle Alejandra Pincheira Navarro, da Universidade Federal de São Carlos (UFSCar) e sob orientação da Profa. Dra. Sabrina Mazo D’Affonseca. Todas as participantes do estudo (n=10) receberam uma mensagem com a divulgação da pesquisa e link de acesso ao TCLE (Anexo 07) e ao *Questionário de caracterização das participantes*.

Etapa 2 – Treinamento das facilitadoras

Em paralelo a divulgação da pesquisa, foi conduzido um treinamento com as facilitadoras que atuariam na mediação do grupo de intervenção. O treinamento teve por objetivos: (1) abordar aspectos teóricos sobre a violência de gênero na universidade, tipos de violências, definições e suas consequências; (2) apresentar um modelo de intervenção em grupo na modalidade online para estudantes universitárias que sofreram violência nesse contexto, assim como também treinar a atuação de facilitadoras para a proposta através de aulas expositivas, discussões dialogadas sobre as atividades, uso de recursos como apresentações de vídeo e plataformas online.

Participaram do treinamento três mulheres cisgênero (P1, P2 e P3), estudantes da graduação do curso de psicologia, com idade entre 22-23 anos. Duas eram do sexto semestre e uma do oitavo semestre, além disso também haviam tido contato com o atendimento a mulheres em situação de violência através de projeto de estágio (n=2) ou haviam participado de disciplina ofertada em momentos anteriores do curso que trabalhava a intervenção psicológica às vítimas de violência (n=3).

O critério de inclusão para participação do treinamento foi: ter tido algum contato prévio com a temática de violência contra as mulheres. Além disso, foi priorizado na seleção estudantes de estivessem nas etapas finais do curso.

Após a seleção das facilitadoras, foram realizadas duas reuniões para apresentação do projeto, sugestão de leituras complementares e dúvidas sobre a atuação delas. Em seguida, a capacitação ocorreu em três dias, com duração total de 7h, previamente agendados de acordo com a disponibilidade das estudantes.

No primeiro encontro do treinamento foram trabalhados aspectos teóricos sobre a violência de gênero nas universidades. Nesse encontro foram apresentados dados epidemiológicos, definições do conceito de violência de gênero, consequências das violências de acordo com a literatura, dados de estudos e recomendações para enfrentamento da violência nas universidades. Também foi trabalhado nesse dia a definição e características de um estudo de viabilidade para que as facilitadoras compreendessem aspectos importantes a serem observados durante a execução da pesquisa.

No segundo encontro, foi apresentado o cronograma previsto da intervenção para as facilitadoras e a função e papel das facilitadoras durante a intervenção. Nesse encontro foram apresentados conceitos básicos da terapia cognitivo-comportamental, que seria utilizada como referencial teórico das atividades. Ademais, foram apresentadas e discutidas as etapas de “Acolhimento” e “Psicoeducação sobre violência de gênero na universidade” do modelo de intervenção proposto, descrevendo cada uma das atividades a serem realizadas e os recursos a serem utilizados (por exemplo, vídeo, jogos online, plataformas online), para que as facilitadoras tivessem contato e se familiarizassem com esses recursos.

O último encontro consistiu em apresentar as unidades “Regulação Emocional” e “Estratégias de enfrentamento” do modelo de intervenção, através de uma aula expositiva-dialogada sobre os conceitos de regulação emocional, além de dinâmicas nas quais foram implementadas com as facilitadoras as atividades planejadas. Para finalizar o treinamento, foi discutido sobre possíveis atividades a serem realizadas na etapa de “Encerramento” e instrumentos a serem aplicados.

Etapa 3 – Intervenção

Dez estudantes responderam ao formulário disponibilizado na etapa de divulgação da pesquisa. Todas as estudantes foram contatadas pela pesquisadora por email ou por whatsapp. Nesse contato a pesquisadora reforçava as informações sobre as próximas etapas da pesquisa (entrevista, aplicação de instrumentos e intervenção) e os critérios de inclusão e exclusão e questionava

se as mesmas mantinham o interesse em participar. Seis estudantes concordaram em continuar na pesquisa e participaram de uma entrevista síncrona realizada pela pesquisadora e uma auxiliar de pesquisa (estudante de graduação em Psicologia bolsista Proex - Processo 23112.021250/2020-73).

As entrevistas síncronas foram realizadas pela plataforma *Google Meet* em horário agendado previamente com a estudante, respeitando a disponibilidade das mesmas. As entrevistas eram gravadas, caso a estudante desse a anuência, e tiveram duração de cerca de 60 minutos. Para a realização da entrevista foi utilizado o *Roteiro de entrevista semiestruturada* e a aplicação do *Questionário de Eventos Estressores* e a *Escala Transversal de Sintomas Nível 1 Autoaplicável do DSM-5 Adultos*. Os dois instrumentos foram disponibilizados a partir de um formulário *google forms*. Os dados da *Escala Transversal de Sintomas Nível 1 Autoaplicável do DSM-5 Adultos* foram utilizados para verificar se as estudantes apresentavam algum comprometimento psicológico que as impedissem de participar da intervenção e necessitasse de algum tipo de encaminhamento, como, por exemplo, sintomas psicóticos. Todas as estudantes foram consideradas aptas para prosseguir na coleta de dados, contudo, uma delas, devido a proximidade com as facilitadoras, não deu prosseguimento para as próximas etapas da pesquisa, sendo realizado um encontro para o feedback e justificativa da sua saída. Às demais, foi enviado um email com o link para um formulário google, no qual estava disponível a *Difficulties in Emotion Regulation Scale – DERS* e o *Questionário de Regulação Emocional*.

Das cinco estudantes selecionadas para dar continuidade, uma delas não respondeu aos instrumentos enviados e, ao ser contatada pela pesquisadora, informou que não tinha mais interesse em participar da pesquisa. Assim, com as

quatro estudantes foi agendado o primeiro encontro da intervenção de acordo com a disponibilidade delas. No entanto, duas estudantes não participaram dos encontros da intervenção, uma por ter mudado de país para realizar estágio e outra não informou o motivo da desistência. Sendo assim, a intervenção foi realizada somente com duas participantes.

Foram realizados oito encontros síncronos semanais, aos domingos de manhã, a partir da plataforma *google meets*, com duração de duas horas por encontro. As sessões foram conduzidas pela pesquisadora (psicóloga com experiência no atendimento a mulheres vítimas de violência) e três facilitadoras graduandas do curso de psicologia que foram treinadas para a intervenção, conforme descrito na etapa 2. Todos os encontros foram gravados com anuência das participantes. A estrutura padrão dos encontros era: acolhimento; resumo do encontro anterior, apresentação do tema da sessão; desenvolvimento do tema; estabelecimento de tarefa de casa; encerramento da sessão e avaliação do encontro pelas participantes e pelas facilitadoras. A Tabela 2 apresenta os objetivos dos encontros e as atividades previstas.

Ao término dos encontros, foi enviado as duas participantes um formulário google com os instrumentos *Difficulties in Emotion Regulation Scale* – *DEERS* e o *Questionário de Regulação Emocional*.

Encontro	Tema	Objetivos	Atividades realizadas
I	Acolhimento	Promover integração das participantes; Definir acordos do grupo; Fornecer informações sobre a intervenção e levantar expectativas das participantes	<ul style="list-style-type: none"> - Atividade 1: Integração participantes: Trocas sobre diferentes tópicos (família, relacionamento, futuro, tempo, sonho); Recurso: https://sorteador.top/nomes.html - Atividade 2: Mural com a visão sobre si mesma 1) Como se percebe no que faz; 2) Forma que se cuida; 3) Como se vê nas relações; Recurso: https://pt-br.padlet.com/dashboard
II	Psicoeducação sobre violência de gênero na universidade	Apresentar o conceito de violência de gênero na universidade (VBG) e identificar os tipos existentes	<ul style="list-style-type: none"> - Retomada de atividades que não foram realizados no encontro anterior (ex: acordos do grupo); Recurso: Lousa interativa Google Meets - Atividade 1: Brainstorming sobre o que é VBG Nuvem de palavras sobre percepção das estudantes e psicoeducação sobre VBG; Recursos: https://www.mentimeter.com/pt-BR + apresentação de slides expositiva-dialogada - Atividade 2: Tipos de violência Ligar situações de violência na univ. aos tipos; Recurso: https://padlet.com/pietraharris/x5vygzz12816nuro Plano de ação da semana: tirarem fotos que remetesse ao enfrentamento das violências sofridas
III	Psicoeducação sobre violência de gênero na universidade	Identificar a percepção das participantes sobre o fenômeno e promover um espaço de relato sobre	<ul style="list-style-type: none"> - Atividade 1: Percepção da violência Identificar pensamentos e sentimentos das participantes sobre a violência; Recursos: https://nearpod.com

		suas vivências e enfrentamentos das violências	- Atividade 2: Método Photovoice Expressar através de fotografias experiências subjetivas relacionadas ao enfrentamento das violências; Recursos: fotografias tiradas pelas participantes ao longo da semana
IV	Regulação emocional	Identificar as consequências das violências; Apresentar o modelo cognitivo da TCC; Promover identificação e diferenciação dos sentimentos	- Atividade 1: Consequências das violências Nuvem de palavras com possíveis consequências identificadas pelas participantes; Recursos: https://www.mentimeter.com/pt-BR + apresentação de slides expositiva-dialogada - Atividade 2: Psicoeducação sobre a TCC Apresentação do Modelo Cognitivo da TCC; Recursos: apresentação de slides expositiva-dialogada + vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=enc7YNNZLxk - Atividade 3: Jogo roda das emoções Identificar como percebem e diferenciam as emoções sorteadas e psicoeducação sobre as emoções; Recursos: https://wordwall.net/pt/resource/12119241/roda-das-emo%C3%A7%C3%B5es + vídeo: https://www.youtube.com/watch?v=GyFQj64amhY + apresentação de slides expositiva-dialogada Plano de ação da semana: anotarem seus pensamentos, sentimentos e comportamentos quando pensamentos intrusivos/lembranças incômodas sobre as violências surgissem

V	Regulação emocional	Identificar crenças e estratégias de enfrentamento disfuncionais e aprender sobre o manejo de emoções difíceis de forma mais adaptativa	<p>- Atividade 1: Registro de pensamentos automáticos Identificar pensamentos e emoções de lembranças sobre situações de violência; Recursos: App Cogni ou registro em papel</p> <p>- Atividade 2: Manejo de emoções difíceis Identificar possibilidades de estratégias no manejo de emoções difíceis e fazer um exercício de autoconhecimento; Recursos: Técnica Curtigrama</p> <p>Plano de ação da semana: entrar em contato com uma das atividades que inseriram em "Gosto e não faço"</p>
VI	Autoconhecimento	Desenvolver o autoconhecimento e promover práticas de autocuidado em grupo	<p>- Atividade 1: Conhecendo a si mesma Descrever 5 objetos com os quais se identificam/se reconhecem; Recursos: objetos pessoais das participantes</p> <p>- Atividade 2: Práticas de autocuidado Identificar e compartilhar em grupo práticas de autocuidado</p>
VII	Rede de apoio	Identificar a rede de apoio percebida e recebida das participantes	<p>- Atividade 1: Rede de apoio Construir o mapa dos cinco campos com pessoas que formavam sua rede de apoio</p>
VIII*	Encerramento	Identificar mudanças na visão sobre si após intervenção; Sumarizar e consolidar os aprendizados em grupo e identificar como as participantes se sentiram	<p>- Atividade 1: Mural com a visão sobre si mesma Rever o mural construído no primeiro encontro e identificar como as participantes se percebem pós intervenção: 1) Algo mudou?; 2) Como se sente hoje olhando para o que colocou nesse mural?; Recurso: https://pt-br.padlet.com/dashboard</p> <p>- Atividade 2: Aprendizados da intervenção em grupo Construir mural com os aprendizados da intervenção e contribuições em grupo; Recursos: https://pt-br.padlet.com/dashboard</p>

Etapa 4 - Análise de dados

Os dados quantitativos obtidos a partir das avaliações do encontro e dos instrumentos aplicados nas diferentes etapas da pesquisa (pré-teste, pós-teste), foram quantificados seguindo as especificações dos manuais de cada instrumento. O *Questionário de Eventos Estressores* foi analisado a partir das cinco categorias propostas por Van Houdenhove et al. (2001), sendo elas: negligência emocional, abuso emocional, abuso físico, assédio sexual e abuso sexual. Para determinar a ocorrência de alguma delas foi considerado que houvesse a presença de um único item de cada subescala. Em relação à idade que ocorreu a violência, havia os seguintes marcadores a serem selecionados pelas participantes em cada item: “antes dos 16 anos”, “durante os 16 anos”, “depois dos 16 anos”, “durante a vida toda”. Desse modo, para a análise foi contabilizada a frequência que cada marcador apareceu para cada uma das cinco subescalas, com o intuito de identificar com qual idade aquele tipo de violência ocorreu com maior frequência para todas as participantes. Quanto ao perpetrador da violência/grau de proximidade foram consideradas todas as respostas descritas, enquanto para o impacto negativo em sua vida foram analisadas a variação de impacto de 0-10 para cada categoria de acordo com o que haviam indicado nessa faixa para cada item.

Para verificar se a intervenção proposta tinha tido efeito na regulação emocional das participantes, foi utilizado o método JT proposto por Jacobson e Truax (Del Prette & Del Prette, 2008). Tal método busca realizar uma análise comparativa entre escores pré e pós-intervenção com o objetivo de verificar se as diferenças entre eles representam mudanças confiáveis e se são clinicamente

relevantes. Logo, a partir dele busca-se responder se os ganhos do cliente foram além de uma mera oscilação (positiva ou negativa) decorrente de erro de medida e qual a condição final do cliente em relação aos escores de grupos não clínicos de referência.

Del Prette e Del Prette (2008) apontam que o método JT prevê dois processos: (1) o cálculo da confiabilidade das alterações ocorridas entre a avaliação pré e a avaliação pós-intervenção, descrita em termos de um Índice de Mudança Confiável (IMC – do inglês *Reliable Change Index* - RCI) relacionado à mudança interna da intervenção. Serve para determinar se as mudanças verificadas, podem ser atribuídas aos procedimentos utilizados ou se constituem meras oscilações, artefatos ou erros de medida e (2) análise do significado clínico dessas alterações, ou seja, a significância Clínica, isto é, o quanto a intervenção fez uma diferença real na vida do participante, relacionado à validade externa da intervenção.

Para o cálculo da Significância Clínica é levado em consideração a seleção do critério que aponta os dados normativos que se tem sobre a distribuição da população funcional e disfuncional para o atributo que está sendo avaliado como indicador de mudança, pois o critério é construído a partir de cálculos matemáticos que consideram indicadores de variabilidade dos dados da amostra (erro padrão, desvio padrão) e de confiabilidade do instrumento (consistência interna) (PsicoInfo, 2016).

Na presente pesquisa foi utilizado o Critério A para a análise da significância clínica. Este critério é selecionado quando não se dispõe de dados normativos. Para se ter uma mudança clinicamente significativa, o escore pós-intervenção deve ser maior que o escore médio da amostra em pelo menos dois

desvios padrão, para se poder afirmar que o participante saiu da distribuição disfuncional.

Para o cálculo do Índice de Mudança Confiável também é utilizado o valor do índice de confiabilidade do instrumento aplicado na avaliação de pré e pós intervenção (PsicoInfo, 2016). Sendo assim, é necessário que se tenha os dados psicométricos do instrumento utilizado na intervenção para realizar a análise a partir do sistema *online* que permite ter as mencionadas medidas (<https://www.psicoinfo.ufscar.br/conteudo/o-metodo-jt>). Em ressalva, o instrumento Questionário de Regulação Emocional – QRE (J. Gross & O. John, 2003) adaptado para a População Portuguesa por Filipa Machado Vaz e Carla Martins (2008), passou pela análise do método JT com os dados psicométricos do instrumento que fora validado para amostra de Portugal visto que não há validação do instrumento para a população brasileira.

Todos os encontros realizados com as participantes foram transcritos e posteriormente analisados de modo a identificar o processo da intervenção e os relatos das participantes ao longo dela. Os dados de cada encontro foram analisados individualmente, sendo divididos nas seguintes categorias de análise: (a) tema do encontro; (b) atividades propostas para aquele dia e seus objetivos e (c) avaliação do encontro. Sendo assim a seção “*Avaliação do processo*” inserida em “*Resultados*” está organizada em ordem cronológica da realização dos encontros. Nela é possível identificar que para cada encontro foram realizadas análises de: (1) como as participantes realizaram as atividades, sendo descrito minuciosamente todo o processo assim como também os recursos utilizados e resultados obtidos; (2) falas que emergiram sobre a temática daquele encontro e estavam relacionadas aos pilares do

protocolo utilizado (*psicoeducação sobre a violência de gênero, autoconhecimento/autoestima, rede de apoio e regulação emocional*) e, por fim, (3) como as participantes e facilitadoras avaliaram o encontro a partir do instrumento aplicado ao final de cada um deles, sendo destacadas as avaliações sobre: qualidade, satisfação, importância para enfrentamento da violência e manejo das emoções, expectativas sobre o encontro, materiais/recursos utilizados e comentários gerais.

RESULTADOS

A tabela 3 a seguir apresenta os dados obtidos pelas participantes a respeito dos eventos estressores vivenciados por elas ao longo da vida. A tabela 3 também mostra quais foram os tipos de violência vivenciados, a frequência em porcentagem de situações que aconteceram dentro de cada um desses domínios e a porcentagem total de eventos estressores ocorridos.

Tabela 3

Frequência em porcentagem de eventos estressores ocorridos na vida

Participante	Abuso Emocional	Negligência emocional	Abuso físico	Abuso sexual	Assédio sexual	Total (%)
Maria	100	100	25	100	100	85
Carolina	66,66	100	25	33,33	50	54,99

Os dados da Tabela 3 demonstram que Maria passou por mais eventos estressores do que Carolina ao longo da vida, tendo pontuado o máximo para todas as subcategorias do instrumento, com exceção de abuso físico. Por sua vez, Carolina teve pontuação máxima apenas em negligência emocional, sendo que apresentou pontuações acima de 50% em abuso emocional e assédio sexual.

Abuso sexual e abuso físico, estiveram presentes, mas com uma frequência menor.

As participantes também indicaram através do questionário o impacto que cada uma dessas vivências tivera em suas vidas, a partir de uma escala de 0 a 10, e quem praticou a violência sofrida. As situações mencionadas que se enquadravam nos domínios de abuso emocional e negligência emocional foram as que mais frequentemente ocorreram antes dos 16 anos das estudantes e tiveram um impacto classificado a partir de 3 e chegando até 9 na escala utilizada, sendo a maior variação entre as classificações de impacto realizadas. As pessoas que haviam praticado as situações identificadas como abuso emocional ou negligência foram desconhecidos, familiares, parceiros/parceiras, colegas, estudantes de uma mesma instituição de ensino, professores e amigos.

Os abusos físicos relatados foram antes ou durante os 16 anos e por pessoas próximas, em sua maioria pai, mãe ou irmão e tiveram um impacto nas estudantes que classificaram entre 3 e 7 dentro da escala do instrumento. Já os domínios abuso sexual e assédio sexual foram praticados por ex-namorados/as, ex-colegas de trabalho ou da universidade, pessoas com quem saíram através de aplicativos de relacionamento, professores e apenas um caso relatado (Maria) de pessoas desconhecidas ao longo da vida. A maioria dos episódios mencionados pelas participantes ocorreram depois dos 16 anos. Tanto para abuso sexual quanto assédio sexual, as participantes relataram ter tido um impacto em suas vidas que variava entre 6 e 8, sendo 7 e 8 as classificações mais frequentes nestes domínios.

A Tabela 4 apresenta os dados relativos à caracterização da violência ocorrida em ambiente universitário.

Tabela 4

Caracterização da violência ocorrida em ambiente universitário

Participante	Violência Sofrida	Local de Ocorrência	Agressores	Episódios	Encaminhamento da Vítima	Encaminhamento dos Agressores
Maria	Assédio sexual	Universidade	Homens, professores universitários	2+	Psicoterapia individual	Não houve
	Violência moral		Mulheres, professoras universitárias			
	Violência psicológica		Mulher, universitária			
	Desqualificação Intelectual					
Carolina	Violência moral	Universidade	Homens, professores universitários	2+	Psicoterapia individual	Não houve
	Assédio sexual		Homem, universitário			
	Violência psicológica					
	Stalking					

De acordo com as participantes, todos os episódios de violência sofridos ocorreram nos espaços da universidade e foram encaminhadas para acompanhamento em psicoterapia individual, por encaminhamento da instituição ou espontaneamente. Em todas as situações descritas nenhum agressor recebeu quaisquer encaminhamentos. As participantes declararam que os episódios foram recorrentes, isto é, dois ou mais episódios. Dentre as violências sofridas, o assédio sexual e a violência moral/psicológica foram as que mais aparecem nos relatos de todas as estudantes. As situações de assédio sexual foram praticadas por professores do gênero masculino e violência moral por professores de ambos

os gêneros. A violência psicológica relatada pelas participantes foi perpetrada por estudantes (gênero masculino e feminino).

Escala de Dificuldades em Regulação Emocional

Através da *Escala de Dificuldades em Regulação Emocional* foram obtidos dados acerca do modo que as participantes manejavam suas emoções e a frequência com que alguns comportamentos inadequados que representam dificuldades para regular suas próprias emoções ocorreram. A tabela 5 a seguir mostra os dados das participantes antes e após da intervenção. Destaca-se que quanto maior a pontuação, maior a dificuldade em regulação emocional.

Tabela 5

Escores de Dificuldades em Regulação Emocional (DERS) obtidos antes e após a intervenção

Participante	PRÉ	PÓS
Maria	108	82
Carolina	113	65

Os dados da tabela 5 indicam que tanto Maria quanto Carolina tiveram uma diminuição dos escores da DERS antes e após a intervenção, sendo que quantitativamente Carolina teve uma diminuição maior (48 pontos) do que Maria (26 pontos). Para verificar se a mudança observada após a intervenção tinha confiabilidade e significância clínica, foi realizado o Método JT. A Figura 2 a seguir apresenta o resultado obtido.

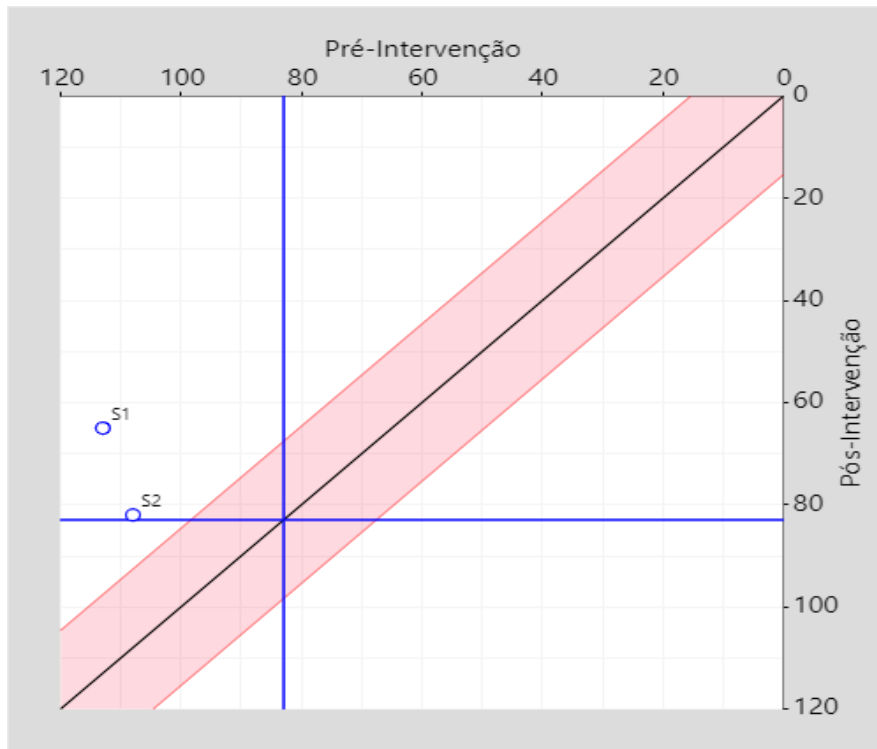


Figura 2.
Resultados do método JT (IMC e Significância Clínica) da Escala de Dificuldades em Regulação Emocional

De acordo com o disposto na figura 2 é possível identificar Carolina (S1) e Maria (S2) estão localizadas acima do traçado horizontal superior e à esquerda do traçado vertical, o que indica apresentarem significância clínica em relação à diminuição das dificuldades em regular suas emoções. Além disso, estando as participantes localizadas acima do traçado da diagonal superior, pode-se dizer que houve uma mudança positiva confiável que pode ser atribuída à intervenção.

Questionário de Regulação Emocional

O *Questionário de Regulação Emocional* permitiu obter dados acerca das estratégias de regulação emocional utilizadas pelas participantes com maior frequência, sendo que o instrumento avaliava duas principais: a Reavaliação

Cognitiva e a Supressão Emocional. De acordo com a literatura o uso da Reavaliação Cognitiva parece estar mais positivamente associado ao manejo das emoções. A tabela 6 a seguir mostra os dados das participantes antes e após da intervenção. Destaca-se que quanto maior o escore obtido, maior a utilização da estratégia de regulação emocional.

Tabela 6

Escore de reavaliação cognitiva e supressão emocional obtidos antes e após a intervenção

Participante	Reavaliação Cognitiva		Supressão Emocional	
	Pré	Pós	Pré	Pós
Maria	21	21	9	8
Carolina	13	18	13	6

Os dados da Tabela 6 indicam que a participante Maria obteve a maior pontuação em reavaliação cognitiva antes do início da intervenção, mantendo o mesmo escore após a intervenção. Já Carolina teve um aumento de 5 pontos em reavaliação cognitiva após a intervenção. Quanto a supressão emocional, ambas as participantes tiveram uma diminuição do escore após a intervenção, sendo essa diminuição quantitativamente maior para Carolina (7 pontos) do que para Maria (1 ponto). Para verificar se houve mudança clínica significativa, foi utilizado o método JT. As figuras 3 e 4 a seguir apresentam os resultados obtidos das participantes para, respectivamente, reavaliação cognitiva (Figura 3) e supressão emocional (Figura 4).

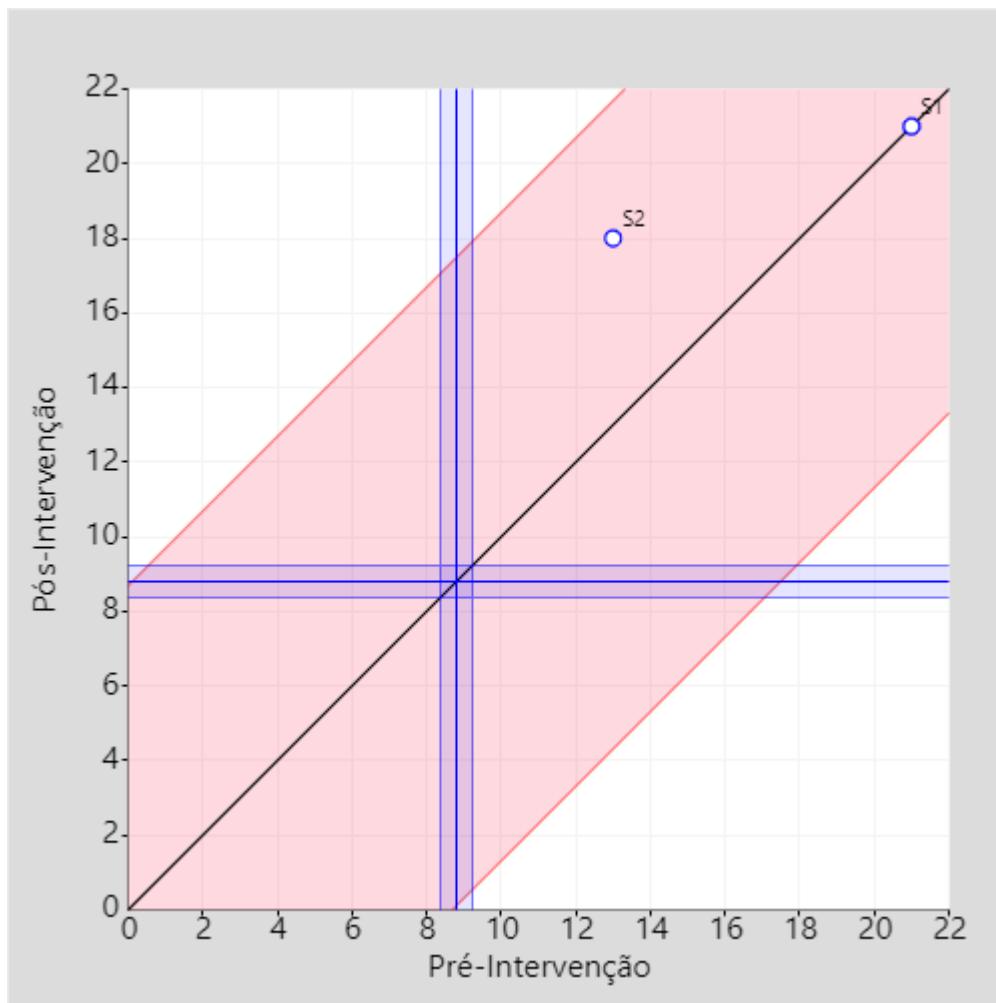


Figura 3.
Resultados do método JT (IMC e Significância Clínica) da Escala de Regulação Emocional para Reavaliação Cognitiva

De acordo com o disposto na Figura 3 é possível identificar Maria (S1) e Carolina (S2) estão localizadas acima do traçado horizontal superior e à direita do traçado vertical, o que indica que as participantes já se encontravam na população funcional em relação a reavaliação cognitiva e continuaram nessa mesma população. Além disso, estando as participantes localizadas entre as linhas superior e inferior à bissetriz não podem ser feitas afirmações de melhora ou piora devido à intervenção.

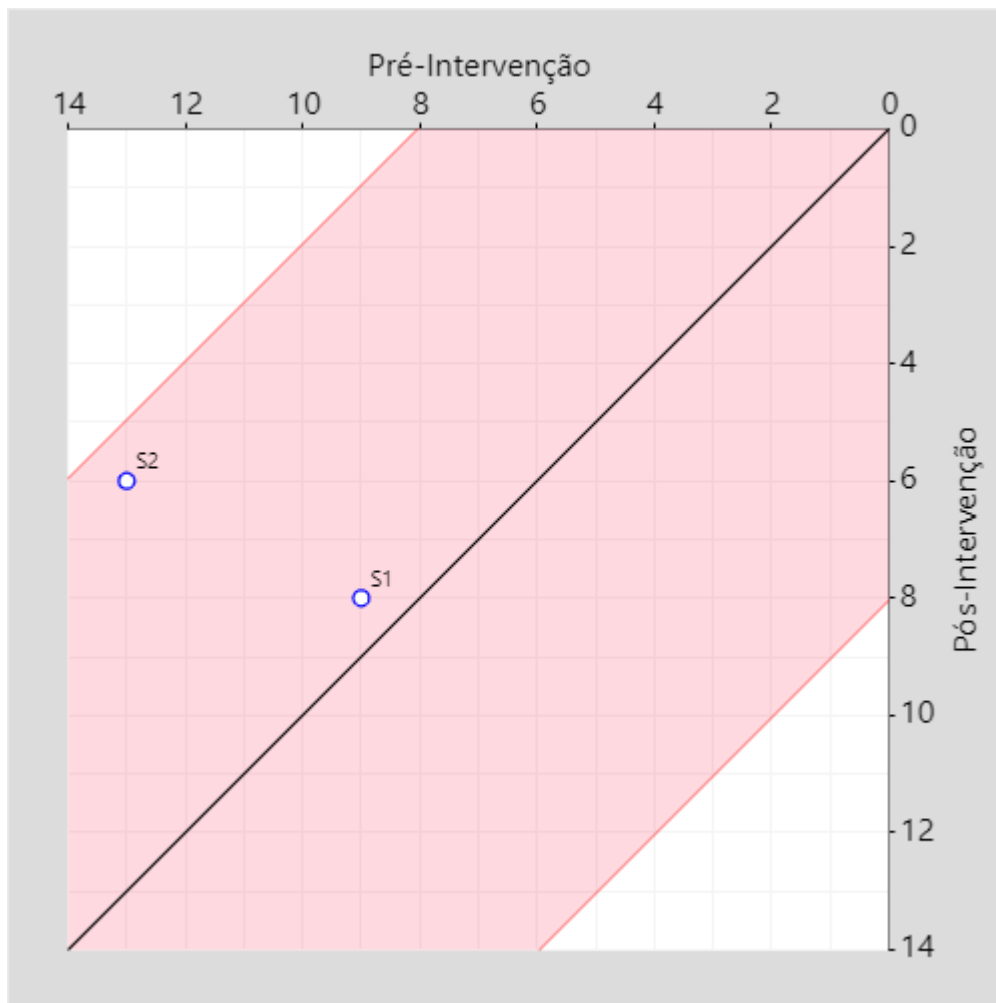


Figura 4.
 Resultados do método JT (IMC e Significância Clínica) da Escala de Regulação Emocional para Reavaliação Cognitiva

De acordo com os dados da Figura 4, verifica-se que Maria (S1) e Carolina (S2) estão localizadas acima do traçado horizontal superior e à direita do traçado vertical, o que indica que as participantes se encontravam na população funcional em relação ao atributo medido (supressão emocional) e continuaram nessa mesma população após a intervenção. Além disso, estando as participantes localizadas entre as linhas superior e inferior à bissetriz não podem ser feitas afirmações de melhora ou piora devido à intervenção.

Avaliação do processo

Para avaliar o processo de intervenção, a seguir serão descritas as atividades realizadas em cada encontro e os produtos produzidos pelas participantes.

Primeiro encontro

O primeiro encontro tinha o objetivo de promover a integração das participantes, discutir sobre o funcionamento do grupo e identificar as expectativas acerca da intervenção. Apenas Maria participou deste primeiro encontro. No primeiro momento foram dadas as boas-vindas à participante, apresentada a agenda do dia que consistia em: realizar as apresentações, atividades, apresentar o cronograma da intervenção, estabelecer os acordos do grupo e avaliar o encontro. Para que fosse avaliado o processo da intervenção, foram aplicados formulários de avaliações de cada encontro para serem respondidos pelas participantes e facilitadoras.

Para conhecer mais a respeito da participante foi realizada uma atividade que consistia em sortear, através do <https://sorteador.top/nomes.html>, palavras variadas como: mulher, universidade, vida, sonho, estudos, amizade, família, São Carlos, professores, futuro, desafios, lazer, tempo, relacionamento e festas. Foi solicitado que a participante comentasse a respeito da palavra que fosse sorteada para ela, contando sobre o que vinha à cabeça ou o que representava para ela.

A primeira palavra sorteada foi “relacionamento”. Maria relatou que o primeiro pensamento que veio foi relacionar com tensão, visto que atualmente se encontrava em um momento de tensão em seus relacionamentos e finalizou

dizendo que era somente isso que vinha a cabeça naquele instante. Sua próxima palavra sorteada foi “tempo”, a qual foi relacionada por ela como crise devido às mudanças implicadas por seu passar, principalmente relacionado a questões estéticas de envelhecimento. A participante também pontuou a importância do tempo e amadurecimento para “se sentir viva”, aprendendo a conviver melhor consigo mesma ao longo do passar do tempo. Relatou, além disso, que acredita ter uma questão com o tempo, pois veio de São Paulo, o que fez com que tivesse por certo período a necessidade de entrar na dinâmica da cidade onde tudo é com muita pressa, por isso disse preferir o interior das cidades.

Por último, foi sorteado “mulher”, uma palavra muito central para a participante, sendo associada ao relacionamento com a própria mãe, além de “feminismo” e questões associadas à raça, sobre ser uma mulher negra. A participante relata ter encontrado do feminismo um local onde poderia ser si mesma, se descobrindo lésbica. Mulher, para ela, é ser muita coisa - “mulheres”, no plural. Em seu relato afirmou que *“tornar-se mulher é tornar-se qualquer coisa, mas as pessoas sempre vão dizer que você é outra (coisa), vão trazer outras informações sobre você”*. Sua energia é dirigida a mulheres; é com quem ela tem suas trocas, suas interações. Quando sua energia é direcionada a homens, normalmente são seu irmão ou homens trans - e ainda assim causa grande cansaço.

Após encerrada a atividade, foi solicitado à participante Maria que construísse um mural com a visão sobre si mesma considerando três aspectos: 1) Como você se percebe naquilo que você faz; 2) A forma como você se cuida; 3) Como você se vê nas suas relações. Para a realização da atividade foi utilizado como recurso a plataforma Padlet (<https://pt-br.padlet.com/dashboard>), onde era

possível inserir em um painel personalizável com imagens, vídeos, gifs, música, textos e outras ferramentas, conforme a figura abaixo.

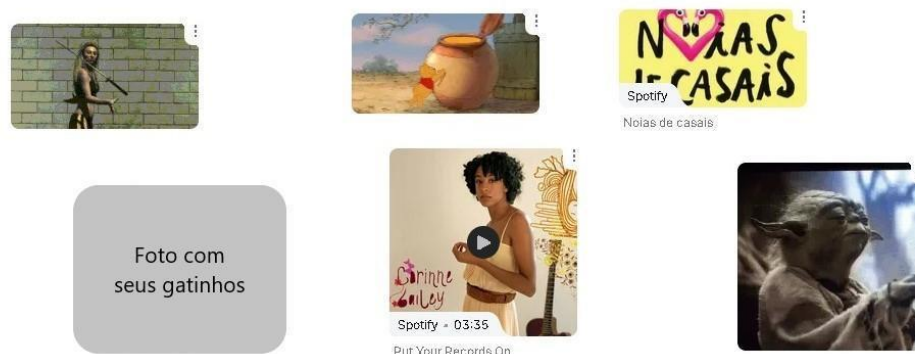


Figura 5.

Mural produzido por Maria com a visão de si mesma

A participante Maria inseriu alguns gifs, dentre eles havia um com a imagem de uma lutadora na qual mencionou que representa estar trabalhando na terapia questões de autoestima, no entanto se sente muito confiante no que se propõe a fazer. Também incluiu a foto de seus gatos de estimação, disse adorar tirar fotos deles e por trabalhar com fotografia é uma das coisas que sente prazer em fazer.

Para responder à questão sobre a maneira que se cuida inseriu o *gif* do Ursinho Pooh, pois de acordo com a estudante é um personagem que a representa porque tal como ele se sente carente em suas relações e se entrega aos seus vícios, como comer, quando precisa de cuidados. Além disso, inseriu sua música favorita representando ser outra forma de se cuidar. Sobre suas relações, pontuou a sexualização e erotização no meio familiar apontado como heteronormativo (referindo-se aos homens da família) que a afeta muito. Também pontuou a confusão que sente, ainda que com muita racionalização, representado pelo mestre Yoda. Na reflexão sobre relacionamentos, voltou a

pontuar sobre a objetificação e inseriu um *podcast* que traz reflexões que considera importantes sobre a temática.

Ao final da atividade planejada a participante e as facilitadoras responderam aos seus respectivos questionários de avaliação do encontro pelo Google Forms. De modo geral, o encontro foi avaliado positivamente pela participante, tendo o considerado excelente e indicado ter se sentido muito satisfeita. Em relação às expectativas da participante quanto ao assunto abordado naquele dia, indicou que no geral estava de acordo com o que esperava. O encontro também foi apontado como totalmente importante para trabalhar tanto o enfrentamento da violência quanto o manejo das emoções. Além de indicar um humor positivo em relação a como se sentiu no encontro, mostrou ter se sentido muitíssimo apoiada durante seu envolvimento na sessão e igualmente confortável em compartilhar algo com as facilitadoras. Maria avaliou que as facilitadoras eram qualificadas para a condução do encontro.

Em relação a avaliação das facilitadoras, todas avaliaram a qualidade do encontro positivamente, sendo 75% como excelente e 25% boa. A mesma porcentagem avaliou que o encontro foi, respectivamente, totalmente de acordo com suas expectativas considerando os objetivos e parcialmente de acordo com o que esperava. A maioria das facilitadoras (75%) indicou ter ficado muito satisfeitas com o encontro e apontou ter se sentido muito bem e confortáveis nele. Quanto aos recursos e materiais de apoio utilizados, metade das facilitadoras avaliou como muito adequados e a outra metade como adequados.

Todas as facilitadoras indicaram que a participante estava muitíssimo engajada com os recursos e materiais de apoio utilizados para as atividades e também concordaram que o conteúdo abordado era importante para trabalhar o

enfrentamento da violência e o manejo das emoções. A maioria das facilitadoras avaliou que o conhecimento e compreensão das participantes sobre o tema tenha aumentado após o encontro, seja parcialmente (25%), no geral (25%) ou totalmente 25%, somente uma facilitadora indicou acreditar que esse conhecimento não tenha aumentado. No entanto, a facilitadora comentou no campo de sugestões o que a motivou avaliar desta forma, de acordo com ela: *“Algumas questões como “você acredita que o conhecimento e compreensão das participantes sobre o tema tenham aumentado?” são difíceis de responder, pois esse primeiro encontro foi muito para nos conhecermos melhor. Acredito que tudo o que foi proposto se cumpriu com qualidade, mas essa não era uma das propostas de hoje”*.

No geral, as observações elencadas pelas facilitadoras foram a respeito do quanto a participante parecia engajada, confortável e descontraída no encontro. Todas lamentaram não ter tido mais participantes naquele dia e apontaram, assim como a estudante fez em sua avaliação, ter sido o que menos gostaram no encontro. Destaca-se que não foram realizadas todas as atividades planejadas, todavia, o tópico planejado foi trabalhado e os recursos utilizados funcionaram para a realização das atividades. Faltou abordar o estabelecimento de regras do grupo, no entanto, o horário de 1h30 foi ultrapassado e por haver somente uma participante, optou-se por aguardar o próximo encontro com a possibilidade de ter mais participantes.

Segundo encontro

Antes do segundo encontro foi realizado contato com as demais participantes e descrita a atividade que consistiu em construir um painel com a visão sobre si mesma para que tivessem a oportunidade de realizá-la também, a

autora produziu um vídeo explicando cada passo para a realização da atividade, desde o cadastro no site até a construção do painel. No dia do encontro, duas participantes estiveram presentes (Maria e Carolina). Foi realizada uma sinopse do encontro anterior e verificado como foi para a participante que esteve presente. Maria descreveu ter sido bom para ela e o que foi discutido causou reflexões ao longo da semana, sentiu uma forma de acolhimento no primeiro encontro. Em seguida foi apresentada a agenda do dia que consistia em: realizar as apresentações (retomar a atividade do painel sobre si mesma); apresentar o cronograma e acordos do grupo; fazer um *brainstorm* sobre o que era violência de gênero; apresentar os tipos de violência e aplicar os questionários de avaliação do encontro.

Durante as apresentações, a participante Carolina apresentou o painel com a visão sobre si mesma, como mostra a figura 6 abaixo.

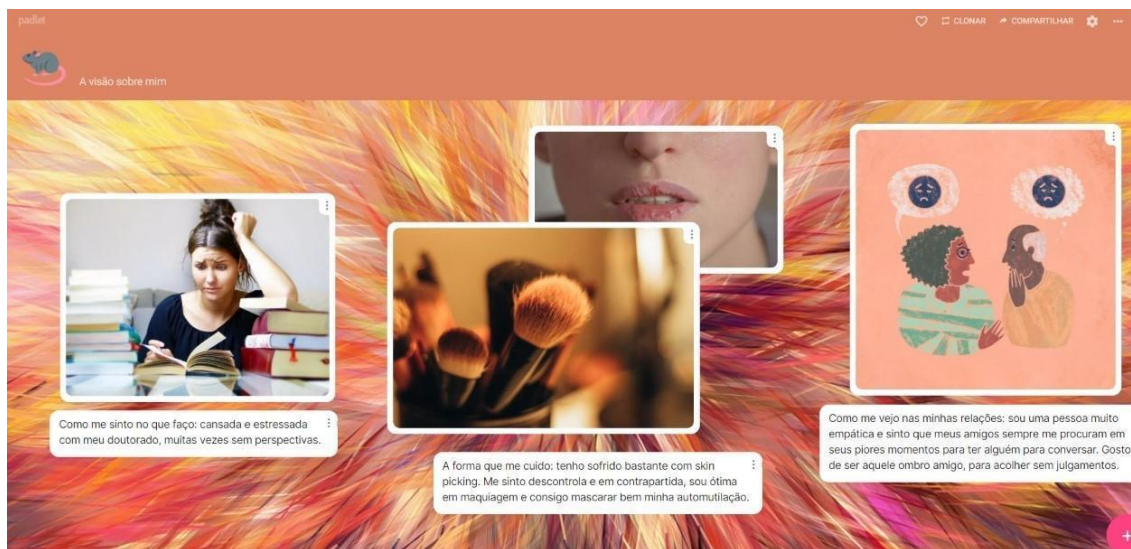


Figura 6. Mural produzido por Carolina com a visão de si mesma

De acordo com Carolina, o processo terapêutico individual que estava passando contribuiu para conseguir realizar a atividade e pensar sobre a visão de si mesma. A estudante deu início ao relato sobre o painel mencionando ter

colocado um ícone de rato porque é seu animal preferido e se identificava muito com ele. Em relação a como se percebia no que faz, relatou que colocou a primeira imagem da esquerda, conforme mostra a figura 6 acima, por retratar bem como se sente atualmente em relação ao doutorado: *“Essa imagem definiu bem, meio perdida, com cara de cansada. Muitas vezes fico sem perspectiva”*. A participante mencionou acreditar que a pandemia tenha contribuído muito para isso também.

Quanto a maneira que se cuida, relatou que estava sofrendo muito de *“skin picking”*, um comportamento de “picar” a pele. A participante compartilhou que se incomodava muito por ficar visível, então utilizava da maquiagem para “mascarar”. Relatou que se maquiar era algo que fazia muito bem, logo, de acordo com o relato de Carolina a forma que se cuidava era se mascarando.

A respeito de como se via nas suas relações, Carolina descreveu que, tal como a última imagem do painel, se via como uma pessoa muito empática, disse gostar muito de ser um ombro amigo para acolher sem julgamentos, algo que havia faltado muito em sua vida, de acordo com a participante. Após a apresentação de Carolina, a estudante Maria também voltou a apresentar brevemente seu painel.

Após as apresentações e retomada da atividade do painel, foi realizada a construção conjunta dos acordos do grupo, para a atividade foi utilizado como recurso a lousa interativa do Google Meets, em que todas contribuíram com os acordos e mencionaram suas expectativas com a intervenção, conforme mostra a figura abaixo.



Figura 7. Acordos para o andamento do grupo de intervenção elaborados pelas participantes

Dando seguimento ao encontro, foi realizada a atividade que tinha o objetivo de trabalhar a psicoeducação em violência de gênero, para isso foi enviado às participantes um link com acesso a uma plataforma online (<https://www.mentimeter.com/pt-BR>) que era possível construir nuvens de palavras. As participantes deveriam inserir algumas palavras que representassem para elas a resposta ao questionamento “o que é violência de gênero?”. A nuvem de palavras construída teve apenas palavras mencionadas uma única vez, no entanto, muitas delas eram sinônimos ou tiveram alguma alteração na forma de escrita apenas (pressão psicológica, manipulação, menosprezar a mulher, desrespeito, xingamentos, diferença sexual, abuso de autoridade, abuso de poder, homem se sentir superior, inferiorizar mulher, ataque aos direitos, cultura do estupro e outros), conforme mostra a figura 8 abaixo.

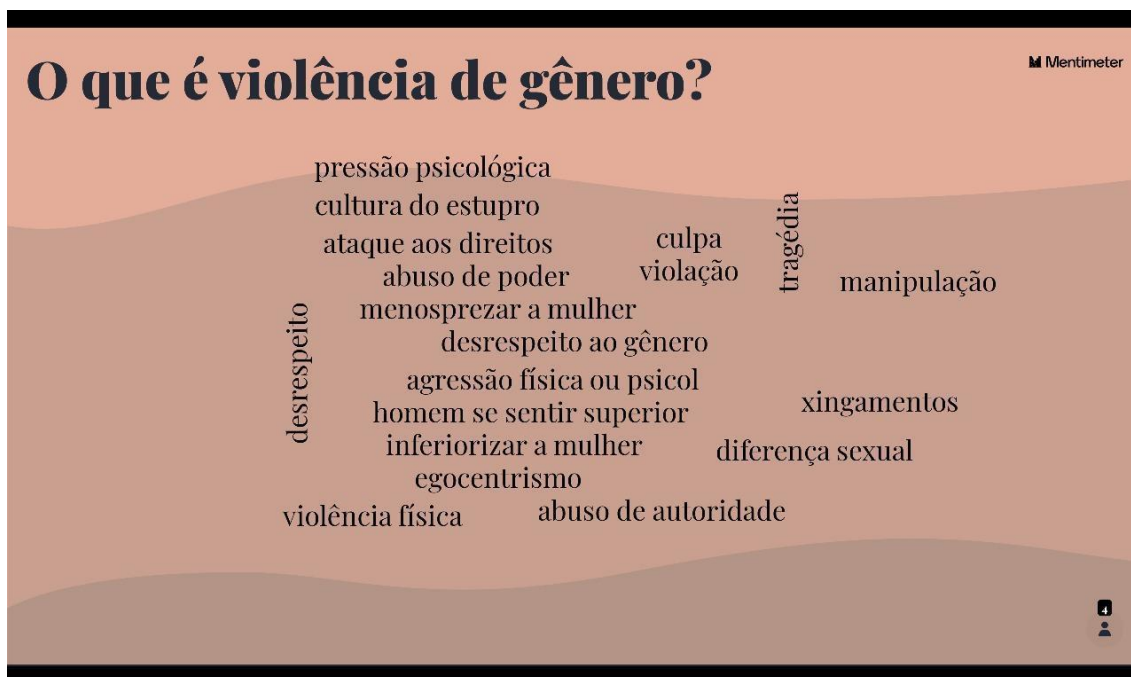


Figura 8. Nuvem de palavras sobre “O que é violência de gênero?”

A partir da nuvem de palavras, foi feita uma apresentação expositiva sobre o conceito de violência de gênero, os tipos de violência caracterizados pela Lei Maria da Penha e aqueles presentes no contexto universitário, abrangendo a discussão para as especificidades com que ocorrem no ambiente acadêmico. A participante Maria contribuiu concordando com o que foi apresentado e fez uma observação quanto ao título de um dos slides a qual estava escrito “violência contra mulher”, a mesma disse preferir o uso do termo “violência contra as mulheres” por ser mais abrangente e devido ao debate sobre gênero e sexo. No que tange à discussão sobre especificidades do ambiente universitário, Carolina pontou sobre a imparcialidade da instituição e como por vezes procuram acobertar e silenciar os casos de violência dentro do seu espaço.

Encerrada a discussão, deu-se início a atividade seguinte em que foi solicitado às participantes que, em conjunto, ligassem frases de situações que descreviam uma violência à tipologia da qual ela se enquadrasse. As situações utilizadas na atividade foram as mesmas caracterizadas pela pesquisa “Violência

contra a mulher no ambiente universitário” realizada pelo Instituto Avon (2015) e foram dispostas numa plataforma online (<https://padlet.com/pietraharris/x5vygzz12816nuro>) em que era possível construir um painel com todos os elementos e arrastar as frases até o título desejado, conforme mostra parcialmente a figura 9 abaixo.

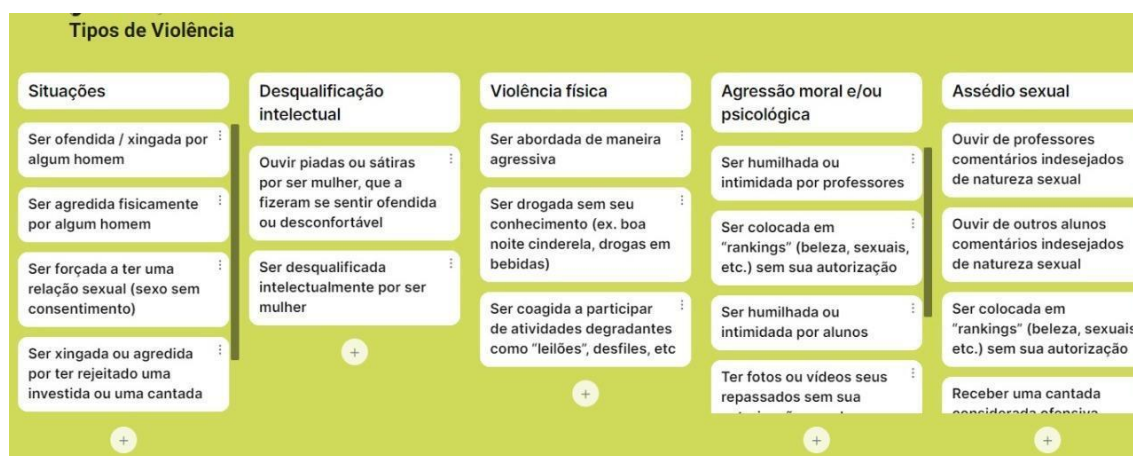


Figura 9. Painel com os tipos de violência identificadas pelas participantes

Durante a construção do painel, ambas estudantes contribuíram ativamente com a atividade. A participante Carolina mencionou que naquele momento conseguia pensar em várias situações de sua vida que se encaixavam nos exemplos da atividade, trazendo um relato relacionado à toques indesejados, até mesmo de professores. Ao final, Carolina também disse ter gostado da atividade, pois conseguiu entender melhor os tipos de violência e que uma mesma situação pode se encaixar em mais de um tipo. A participante Maria concordou, dizendo que essas situações deveriam ser trazidas para o debate mais frequentemente, além de ajudá-la a entender que algumas situações realmente são violência, e não somente problematização. A deu mais segurança para classificar comportamentos violentos, o que julgou libertador.

Durante essa troca, Carolina também disse sentir que a atividade validou sentimentos e percepções acerca de violências, que muitas vezes podem ser tomadas como implicância ou problematizações de cunho até mesmo pessoal, resultando em culpa. Ao final do encontro, foi solicitado às estudantes que trouxessem no próximo encontro de 1 a 3 fotos que deveriam tirar ao longo da semana e remetesse ao enfrentamento da(s) violência(s) que haviam sofrido (método *photovoice*). Para encerrar, todas responderam ao questionário de avaliação do encontro.

De acordo com a avaliação das participantes, todas consideraram excelente a qualidade do encontro e se sentiram muito satisfeitas com ele. Além disso, para as estudantes, o conteúdo abordado foi avaliado como totalmente importante para trabalhar o enfrentamento de violência e o manejo de emoções. Seja de forma geral ou totalmente, os assuntos abordados também foram considerados de acordo com o que esperavam.

Tanto os recursos e materiais de apoio como também a condução das facilitadoras foram muito bem avaliados pelas participantes, sendo tidos como muito qualificados (50%) ou qualificados (50%). As participantes indicaram terem se sentido muitíssimo confortáveis para compartilharem algo com as facilitadoras durante o encontro e sentiram que receberam o devido apoio quando se envolveram.

As estudantes indicaram terem gostado das trocas que ocorreram no dia e, principalmente, terem aprendido sobre os diferentes tipos de violência e a identificá-los a partir de exemplos. Não mencionaram nada que tenha sido do desagrado delas. Vale enfatizar que ao longo de todo o encontro, ambas participantes se mostram confortáveis em falar a respeito de suas experiências no

encontro, demonstrando-se muito engajadas e interessadas sobre a temática abordada.

Na perspectiva das facilitadoras, o encontro também foi avaliado por todas como excelente. O que fez com que se sentissem bem (50%) ou muito bem (50%) e muitíssimo (25%) ou muito confortáveis (75%) conduzindo o grupo. Tendo em vista os objetivos pretendidos, as facilitadoras concordaram em sua maioria (75%) que o encontro foi totalmente de acordo com suas expectativas.

Apesar de todas concordarem que o conteúdo abordado naquele encontro havia sido importante para trabalhar o enfrentamento da violência, as facilitadoras se divergiram quanto ao grau de importância para trabalhar o manejo de emoções, elas consideraram, em sequência, como totalmente importante (50%), importante (25%) e neutro (25%). As facilitadoras informaram acreditar totalmente (75%) ou de modo geral (25%), que o conhecimento e compreensão das participantes sobre o tema tenha aumentado.

Terceiro encontro

O terceiro encontro contou com a participação de Maria e Carolina e teve por objetivo de identificar a percepção das participantes sobre o fenômeno da VBG e promover um espaço de relato sobre suas vivências e enfrentamentos das violências. No primeiro momento do encontro, foi feita a sinopse da sessão anterior e um breve compartilhamento sobre como as participantes se sentiram após ela.

A participante Carolina mencionou sobre os desafios que identificou para realizar a tarefa de casa solicitada no encontro anterior, pois sentia dificuldades para tirar fotos, devido à falta de cenários imposta pelo isolamento social atrelado à pandemia. Além disso, contou sentir medo de estar sendo seguida ao

sair de casa para atividades rotineiras como ir ao mercado, procurando usar calças e estar acompanhada, pois não se sente segura sozinha (rever tabela 4).

Já a participante Maria compartilhou sobre as reflexões que fez a respeito do exercício de tipificação da violência, fazendo-a lembrar de situações em que se sentiu desconfortável. Além disso, compartilhou uma situação de assédio sexual recorrente que está sofrendo por parte de um vizinho. Apesar da denúncia para outros vizinhos e colegas, o assédio continua. Por isso, a estudante sente-se amedrontada em passar na frente da casa do assediador visto que ao ser confrontado, ele demonstra-se agressivo. A estudante relatou também que não sente que está enfrentando os episódios da violência que já sofreu e demonstra ter apresentado dificuldade para realizar o que foi proposto. Elaborando a atividade das três imagens dois dias antes do encontro da intervenção. Os relatos das participantes foram acolhidos pelas facilitadoras.

Em seguida, foi apresentada a agenda da sessão (*brainstorm* sobre a percepção da violência – atividade; conversa sobre as fotografias; efeitos da violência; avaliação do encontro). Na primeira atividade foi solicitado às participantes que acessassem através do link enviado uma plataforma online (<https://nearpod.com/>) em que deveriam completar as seguintes frases: “*a violência é...*”, “*a violência me faz me sentir...*” e “*a violência me faz pensar que...*”. Ocorreram alguns problemas técnicos com o site, mas a atividade foi realizada por completo.

Na pergunta, “*a violência é...*” a estudante Maria não deu muitos detalhes sobre o que havia inserido na atividade, demonstrando a complexidade de pensar na descrição do que é o fenômeno da violência. A participante Carolina disse se sentir invadida, violada, referindo-se à situação em que vivenciou a violência

aqui pautada, o que a motivou preencher a atividade com “*A violência é...*” neste sentido, pontuando a violação física, moral e psicológica, conforme mostra a figura 10 abaixo.

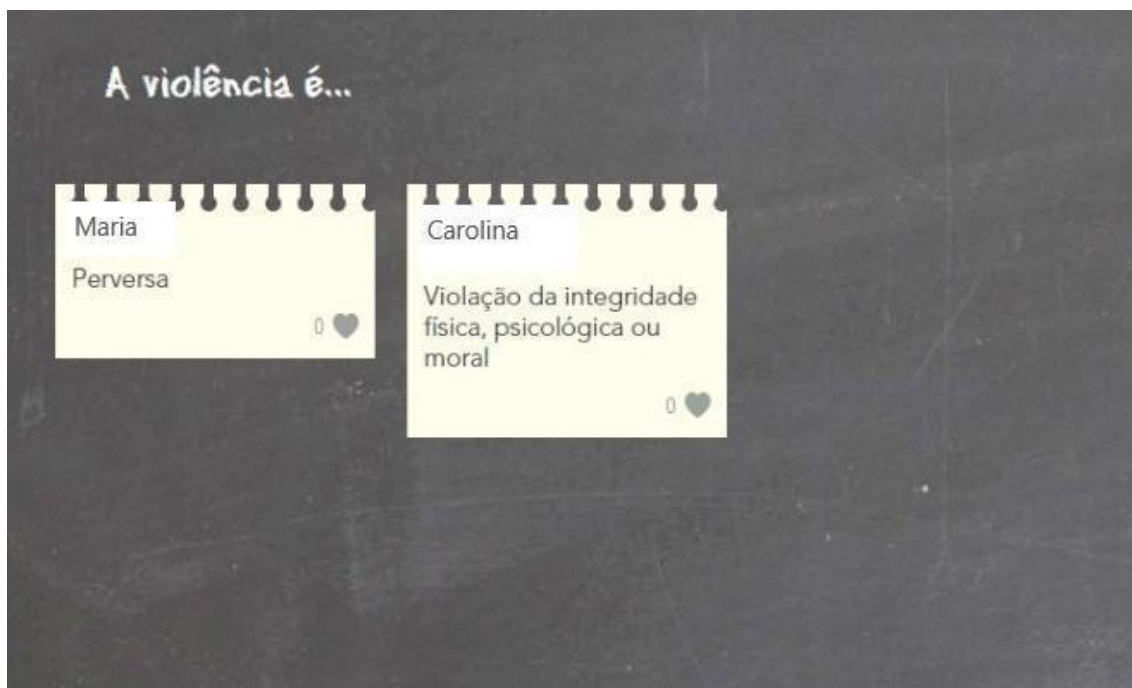


Figura 10. Definição de violência pelas participantes

Na questão “*A violência faz eu me sentir...*”, apresentada na figura 11 abaixo, Carolina relatou ter se pautado em seus próprios sentimentos para a formulação da frase escolhida, se comparando a seus hamsters, que são animais frágeis e que estão sempre “acuados”. Ainda sobre a mesma questão, Maria iniciou seu relato dizendo se considerar uma pessoa intensa e aponta que a violência a faz sentir-se com raiva e furiosa. Uma vez que não há desculpa para a prática da violência. E, ao mesmo tempo, sente-se impotente e sem controle dos impactos da violência.

Durante a atividade, Carolina descreveu que ao expressar os sentimentos relacionados à violência, eles ficam aguçados - em estado de alerta e ansiedade, em “luta ou fuga”, com sentimentos de estresse e de precisar fugir. Enquanto para Maria, ao descrever a expressão dos sentimentos, afirmou também sentir-se

ansiosa, agitada e com compulsão por comida. Ambas apontaram terem hábitos considerados desadaptativos no momento de ansiedade.

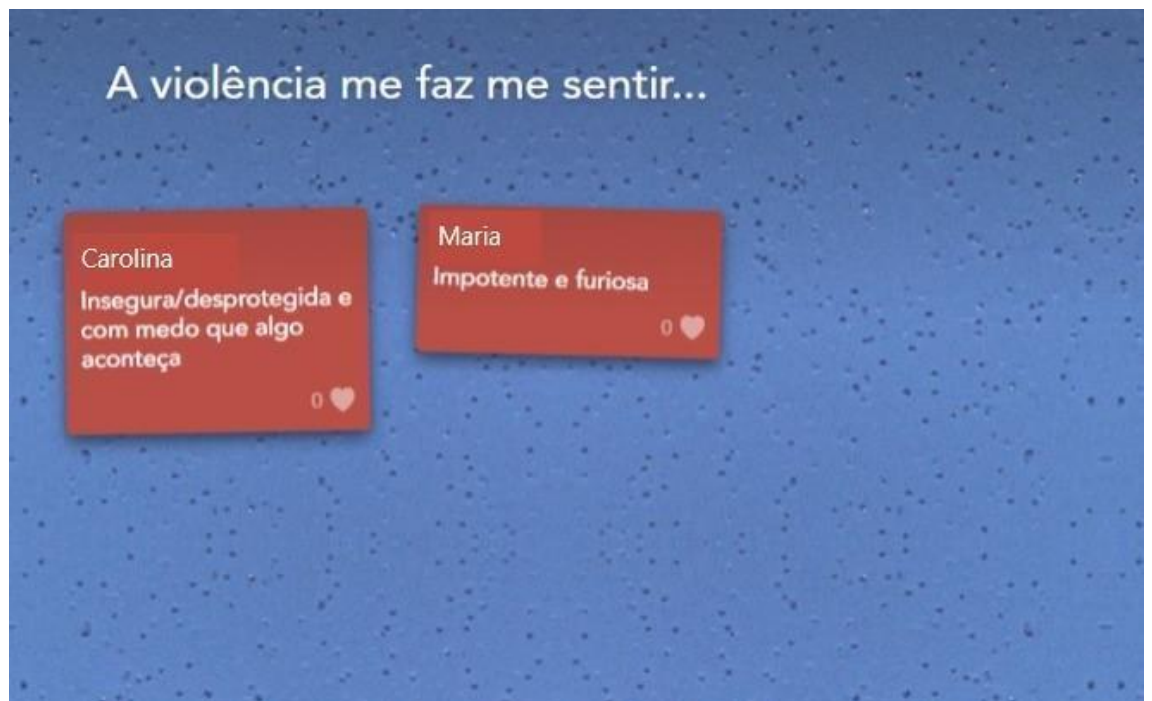


Figura 11. Como as participantes disseram se sentir em relação à violência

Em relação à questão “*a violência me faz pensar...*”, Maria apontou que está em constante defensiva pela dificuldade de confiar nas pessoas, fica em alerta diante de qualquer situação. Acrescentou que tenta flexibilizar e saber discriminar as situações através da terapia. E Carolina reiterou sentir-se vulnerável de forma generalizada, como mostra a figura 12 abaixo. As falas das participantes foram acolhidas e logo discutiu-se brevemente sobre os diferentes sentimentos e pensamentos diante de uma situação que a atividade elucidou.



Figura 12. Como as participantes disseram pensar sobre a violência

Dando continuidade ao encontro, foi realizada a atividade da qual se utilizou as fotografias solicitadas na semana anterior. Também conhecido como Método *Photovoice* (Rolbieck et al, 2016), a intervenção teve o objetivo de proporcionar às participantes expressarem através das fotografias, tiradas por elas mesmas, suas experiências subjetivas relacionadas ao enfrentamento das violências sofridas. Durante a apresentação das imagens, a facilitadora responsável pela condução da atividade trouxe questionamentos que contribuíssem com a descrição delas, como: “*O que você vê aqui?*”, “*O que realmente está acontecendo aqui?*”, “*Como isso se relaciona com suas vidas?*”, “*Por que existe essa situação, preocupação ou força?*” e “*O que podemos fazer sobre isso?*”.

A participante Maria foi a primeira a iniciar seu relato. Ela compartilhou a imagem na chamada de vídeo e começou dizendo que gosta muito de autorretratos, que tira fotos para se sentir bem - então gostou muito do exercício,

e que as fotos poderiam ajudar muito. Referindo-se a sua primeira foto, Maria contou que havia acabado de acordar, junto de sua namorada. Falou sobre seu relacionamento e sobre como estar em um envolve muitos gatilhos e enfrentamentos, mas que é algo muito positivo. Ao ser questionado sobre a primeira coisa que veio à sua cabeça, respondeu que foi somente sua própria expressão na foto, que julgou engraçada e achou fofo. Diante da pergunta sobre como aquela imagem se relacionava com sua vida, Maria disse:

“Ela também em certo sentido também está enfrentando essas situações e até seus desdobramentos. O afeto mais saudável é algo que essa foto me remete, porque a gente... tem vez que eu definitivamente não quero ser tocada de forma alguma, não quero abraço. E a linguagem dela definitivamente é toque, mas mesmo assim ela vai pra lá. Isso é ótimo. Ela estar na foto remete muito a isso, porque conversamos bastante a respeito de tudo. Me faz me sentir forte, um apoio de fato. Eu consigo voltar e falar “você não está doida”, “você não está viajando”, “olha aqui uma pessoa inteligente falando que faz sentido” (Maria).

Seu relato foi acolhido, dado espaço para que pudesse acrescentar algo, caso quisesse, e então combinado entre as participantes de revezar a descrição de uma das fotografias de cada uma delas por vez. Comentando sobre a sua primeira foto, Carolina contou que a tirou num dia que estava se sentindo bonita e que havia feito uma maquiagem, além de estar junto com um dos seus hamster - contou que se sente bem com eles, que consegue confiar neles. Então a foto se refere a um momento bom, tanto por se sentir bem consigo mesma, quanto por estar fazendo algo agradável como passar tempo com seus pets.

Carolina também disse enxergar um momento de descontração, de vulnerabilidade “positiva”, de tranquilidade e conforto, onde pode ser ela mesma, sem medo ou julgamentos. Questionada sobre como isso se relacionava com sua vida, Carolina disse que

“Eu sempre fico na defensiva com tudo, então ter esses momentos de eu estar me sentindo bem comigo mesma e estar fazendo algo que eu gosto não é tão comum, geralmente estou fazendo um ou outro ou nenhum dos dois. Então foi um momento que tirei a foto e pensei que era um momento da minha vida que estava bem.”
(Carolina)

Voltando para a segunda foto de Maria, a estudante trouxe uma imagem representativa de uma tiragem de Tarot, pontuando que a sua parceira atual assiste tiragens no *youtube* para momentos de lazer e ela a faz companhia. Dentre alguns elementos associados à imagem pela participante estão: Cuidado espiritual - apesar de Maria apresentar-se como atéia; O cuidado com as "energias" cotidianas; O acolhimento das incertezas atuais - principalmente em relação às escolhas profissionais, onde a participante afirma estar desconfortável em trabalhar com o seu orientador de mestrado, apontando algumas violências identificadas na relação, como por exemplo, violência moral e desqualificação intelectual. Maria ressaltou o fato do seu orientador ser homem e apresentar estereótipos machistas. Falando sobre como a imagem contribuiu para refletir sobre o que poderia ser feito quanto a essas inquietações, disse: *“Até qualificar a situação com meu orientador (ajudou). A gente sempre dá uma passada de pano implícita na nossa fala, “porque não ta batendo”, “porque ele é homem”. Mas ele é tóxico, ele poderia ser homem e não ser tóxico.”* (Maria)

Maria não se aprofundou muito mais no seu relato, logo, passou-se à segunda fotografia de Carolina. A participante Carolina disse gostar muito de tirar fotos de si mesma também - além de uma vontade de tirar fotos todos os dias para observar suas oscilações de humor. No autorretrato estava deitada com

as mãos no rosto e olhos fechados. Disse estar se sentindo cansada mentalmente no dia da foto,

“Não foi exatamente um dia que eu senti estar superando a violência, mas me permiti um tempo de descanso e desabafo para colocar pra fora o que estava sentindo. Então fiquei nesse dia na cama deitada, minha cabeça estava doendo e eu tava pra baixo. Me permitir ter esses dias me descarrega um pouco.” (Carolina)

Utilizando das perguntas norteadoras da discussão, a facilitadora questionou o que realmente estava acontecendo naquela imagem. A participante relatou que foi um dia de muito estresse, e que aquele dia não estava sendo produtivo e nem “passando”. Por isso, disse que estava se sentindo um “lixo”, querendo que o dia terminasse logo. Em contraponto com a primeira foto, contou que aquela foto era um momento bem baixo, mas que de certa forma ela conseguiu “curtir”.

No que diz a respeito sobre como a fotografia se relacionava com sua vida, contou que está tentando vivenciar mais seus sentimentos, além de nomeá-los; o que está aprendendo em terapia. Notou que seus sentimentos são muito intensos, oscilando até mesmo dentro de horas, estando muito feliz em um momento e muito triste em outro. Não soube dizer bem o porquê isso ocorre, mas disse que é uma pessoa que tenta viver muito o momento - alegre em bons e mal em ruins, até mesmo fazendo “tempestade em copo d' água”, eventualmente. Além disso, disse não ter muito momentos de “meio termo”. Para finalizar, quando questionada sobre o que poderia ser feito a respeito, Carolina disse que além da terapia também tem tentado utilizar da pintura, algo que gosta de praticar, como ferramenta para lidar com suas emoções e tentar melhorar.

A mestrandia trouxe pontos convergentes dos relatos das participantes até aquele momento como, por exemplo, terem mencionado em suas descrições que alguns momentos representavam o não enfrentamento delas às situações de

violência vivenciadas ou a dificuldade em fazer o exercício por acreditarem não terem enfrentado. Sendo assim, a pesquisadora questionou o que era enfrentamento para elas.

“Para mim é seguir a vida como você quer, apesar dos traumas do passado. Conseguir ter uma vida relativamente normal ou igual era antes, como eu gostaria que fosse”. (Carolina)

“Eu acho que eu colocaria como sentir que eu to fazendo porque eu quero, quando eu to fazendo qualquer coisa, simplesmente porque deu na telha. E não porque to me sentindo coagida. Aí eu acho que não to enfrentando, acho que estou fugindo.” (Maria)

Foi conversado sobre existirem as diferentes formas de enfrentar uma situação, quantos movimentos cotidianos são de enfrentamento e de suma importância. Salientou-se que o enfrentamento não significa a ausência de dias ruins, sentimentos difíceis ou pensamentos intrusivos. Apontou-se às estudantes como, de acordo com seus relatos, souberam apontar como aquelas situações que retrataram nas fotografias ajudaram a pensar sobre o que fazer em relação ao que estavam enfrentando. Carolina compartilhou a respeito do assunto que:

“Queria comentar que achei muito fofa a primeira fotografia da Maria, percebi que relacionamento é bastante enfrentamento, de você mesma se superar. Porque tenho muita dificuldade até mesmo com colegas de trabalho que é uma relação profissional. Então o relacionamento afetivo que é estável é outro nível assim. Eu também moro com meu namorado e para chegar nesse ponto eu tive que me superar em muitos aspectos. É muito disso de se mostrar, ser vulnerável e ter que confiar em alguém, independente de já ter sofrido muito com isso. Também consegui fazer essa relação com a minha vida, de ser um enfrentamento muito significativo.” (Carolina)

O comentário de Carolina foi acolhido e feito um paralelo com a terceira imagem de Maria, que representava algumas outras relações de sua vida. Se

tratava de um momento de descontração com a namorada e uma amiga, a simbologia da foto para ela remetia aos recomeços em relação a retomada da rotina em rever pessoas, que estava sendo impossibilitado pela pandemia e isolamento social. A estudante Maria acrescentou como o período de isolamento impactou e causou um estranhamento de ocupar um mesmo espaço com outras pessoas ou até mesmo em sair de casa, como descreve abaixo.

“Achei que eu não ficaria tão cismada depois da pandemia, mas tive que sair e foi super estranho sair de casa. Particularmente sempre preferi andar sozinha em lugares mais desertos. Aquela coisa: se vejo gente me sinto insegura, mas se estou sozinha eu falo que me garanto comigo mesma.” (Maria)

Além disso, a fotografia também representava os recomeços de rever antigas amizades da qual se afastou após o episódio de violência vivenciado na universidade.

“Essa amiga era amiga da pessoa de quem sofri a violência, então na época me afastei. Mas agora que está todo mundo em outras etapas, eu também me reaproximei dela porque sempre gostei da energia dela, ela é uma ótima pessoa.” (Maria)

Ao ser questionada sobre o que realmente estava acontecendo naquela imagem, Maria disse: *“Eu aprendi hoje que é enfrentamento”*. E novamente, Maria identificou -se como alguém desconfiada - principalmente em relação a retomada de convivência com a sua amiga da foto, apresentando pensamentos automáticos como: *Será que eu poderia encontrar a pessoa que me violentou se eu retomar alguns ciclos de amizade?* Disse ir longe em seus pensamentos a respeito desse contato. O que por vezes faz com que tenha comportamentos decorrentes deles, como manter a distância de toda e qualquer pessoa que tenha qualquer mínima relação com quem praticou violência contra si. Todavia, tem tentado discriminar as situações, se manter aberta as possibilidades do que pode

ser cada relação, mas também nutrir vínculo apenas com quem se sente confortável. As percepções de Maria foram acolhidas.

Falando sobre a terceira foto, Carolina disse ter gostado do contraste dela. Tirou a fotografia num dia quente, no intervalo de um atendimento. A foto de seus pés calçando um tênis remetem a um sentimento de segurança. Disse sentir que quanto mais roupa veste, melhor se sente.

Nesse sentido, preferiu o tênis a uma sandália, mesmo com o calor, por não querer mostrar seus pés. Não se lembra da última vez que utilizou short, ou blusas mais abertas, preferindo calças, saias longas e blusas que a cobrem mais, além de jalecos mais grossos e fechados.

"Eu sinto que quanto mais roupa eu estou, mais segura eu fico. [...] Segura de que nada ruim iria acontecer, não teria ninguém ali para fazer algum mal, enfim..." (Carolina)

Questionada sobre como a imagem se relacionava com sua vida, descreveu da seguinte forma:

"Acho que sempre tive problemas com meu corpo, tanto com relação a autoestima e por assédio. Então prefiro sempre esconder, seja por bem ou por mal. É uma forma de ninguém falar nada, fico protegida de julgamentos. Acabei me adaptando a isso e acabo me vestindo muito para qualquer lugar que eu vou." (Carolina)

Indagada se havia algo na fotografia que a fazia pensar o que poderia ser feito em relação ao que relatou, disse não saber, mas especulava que fosse testar outras possibilidades de se sentir segura. Além disso, mencionou que o tênis foi um presente de sua avó, o que tem valor afetivo atrelado e, por isso, gosta de pensar também por esse lado sobre ter feito essa escolha aquele dia.

No feedback sobre a atividade, Carolina disse ter achado interessante como uma foto pode ter mais significados do que se parece à primeira vista, que

mostram quem ela é e como se sente. Contou se sentir um pouco confusa e que normalmente tem dificuldade em colocar algumas coisas em palavras, o que também teria acontecido nessa atividade. A participante Maria igualmente compartilhou sobre a experiência da atividade ter sido boa, elucidante - ampliando a perspectiva, contudo, também foi confusa.

Ao final do encontro, as participantes o avaliaram através do questionário. A qualidade do encontro foi avaliada como excelente por todas as estudantes, além disso, também indicaram terem ficado muito satisfeitas. Em relação ao conteúdo abordado naquele dia, ambas consideraram totalmente importante para trabalhar o enfrentamento da violência e o manejo das emoções. De forma positiva, avaliaram que o conteúdo estava de acordo com o que esperavam, seja totalmente ou de um modo geral.

Foram avaliados como muito qualificados ou qualificados os recursos, materiais de apoio e as facilitadoras responsáveis pela condução do encontro. As duas participantes declararam terem se sentido muitíssimo confortáveis para compartilharem algo no encontro e que, da mesma forma, sentiram terem recebido o devido apoio.

Dentre os aspectos ressaltados a respeito do que mais gostaram no encontro, apareceu no relato das duas participantes os aprendizados que tiveram sobre o enfrentamento da violência. O relato a seguir de uma das participantes exemplifica com maior detalhe sua avaliação:

“Gostei de olhar para os momentos, pensamentos e sentimentos de uma forma diferente. Tanto na atividade das questões quanto na atividade das fotos, senti que fomos explorando os significados ou resignificando, e assim consegui me surpreender com o enfrentamento e que ele está mais presente do que eu imaginava.”

Em relação ao que menos gostaram, uma das participantes mencionou ter se sentido desconfortável ao pensar sobre violência e escrever seus sentimentos, no entanto, esclareceu que já era algo esperado por ela e disse acreditar ser algo muitíssimo importante para seu processo de enfrentamento. Ainda acerca dos pontos negativos do encontro, foi destacado pela outra participante apenas a ferramenta Nearpod utilizada em uma das atividades como sendo o que menos gostou naquele dia, todavia, a participante comentou que se a ferramenta permitisse o preenchimento individual sem precisar esperar uma à outra seria, para ela, “mais legal”.

Na avaliação das facilitadoras, a qualidade do encontro foi considerada excelente (75%) e boa (25%). Metade das facilitadoras indicou que o encontro foi totalmente de acordo com o esperado, tendo em vista os objetivos pretendidos. Dessa forma 75% delas declararam terem se sentido muito satisfeitas e apenas uma facilitadora declarou se sentir apenas satisfeita.

Os recursos e materiais de apoio foram considerados muito adequados (75%) ou adequados (25%), além de ser avaliado positivamente (muito ou muitíssimo) o engajamento das participantes com tais recursos e materiais.

O engajamento das participantes foi algo notado por todas as facilitadoras, representado através de um dos relatos das envolvidas na condução da intervenção:

“Senti que as participantes expuseram coisas muito legais e pertinentes, que eu jamais pensaria só de ver uma foto. Ouso dizer que as fotos tiveram até valor artístico, pensando nisso. Foi muito legal ver elas tão engajadas e começando a se abrir sobre suas emoções e vivências de forma mais aprofundada.”

Ademais, todas as facilitadoras consideraram que o conteúdo abordado no dia foi totalmente importante para trabalhar o enfrentamento da violência e a

maioria (75%) disse acreditar que também foi totalmente importante para trabalhar o manejo de emoções.

Todas as facilitadoras consideram que as participantes receberam o devido apoio durante seus respectivos envolvimento no encontro, seja muitíssimo (75%) ou bastante (25%). Semelhantemente acreditam que de forma geral (25%) ou totalmente (75%) o conhecimento e compreensão das estudantes tenha aumentado. Neste encontro, 50% das facilitadoras indicaram terem se sentido muito bem, 25% apenas bem e 25% sinalizou um humor neutro. O quanto se sentiram confortáveis na condução do encontro variou entre muito (75%) e bastante (25%).

Quarto encontro

O quarto encontro foi iniciado a partir de uma breve sinopse do encontro anterior e com a verificação de como as participantes estavam se sentindo, teve o objetivo de identificar o impacto e consequências das violências na vida das estudantes, apresentar o modelo cognitivo da TCC e promover a identificação e diferenciação dos sentimentos.

No feedback sobre a semana que havia passado, Carolina apontou que ficou mais reflexiva durante os dias que se passaram e mais atenta aos detalhes e aos seus sentimentos - especialmente a partir da atividade das fotos. Enquanto Maria apontou que houve dias conturbados por conta de uma situação que aconteceu em um grupo que faz parte na universidade. A participante mencionou que ocorreu uma conversa da qual se incomodou muito no referido grupo, onde o contexto era a respeito de uma situação de violência psicológica, verbal e sexual. Todavia, as pessoas do grupo em questão não estavam acreditando no relato da vítima e fazendo até mesmo piadas sobre o ocorrido. A situação fez

com que a participante se sentisse decepcionada, triste e com raiva. A sua fala foi acolhida pelas facilitadoras. Para lidar com os gatilhos emocionais, Maria apontou que realizou a escrita dos pensamentos e sentimentos, assim como também conversou com sua namorada a respeito.

Em seguida, foi realizada a apresentação da agenda do dia, sendo ela: trabalhar os impactos e consequências da violência; apresentar o modelo cognitivo da TCC; trabalhar identificação e diferenciação das emoções. A primeira atividade consistiu em construir uma nuvem de palavras com as possíveis consequências que as participantes conseguiam identificar a partir dos relatos que elas trouxeram no encontro anterior – durante a atividade das fotografias.

A nuvem de palavras foi novamente construída através de uma plataforma online (<https://www.mentimeter.com/pt-BR>) e apresentadas às demais participantes após inserirem as palavras da dinâmica, conforme mostra a figura 13.

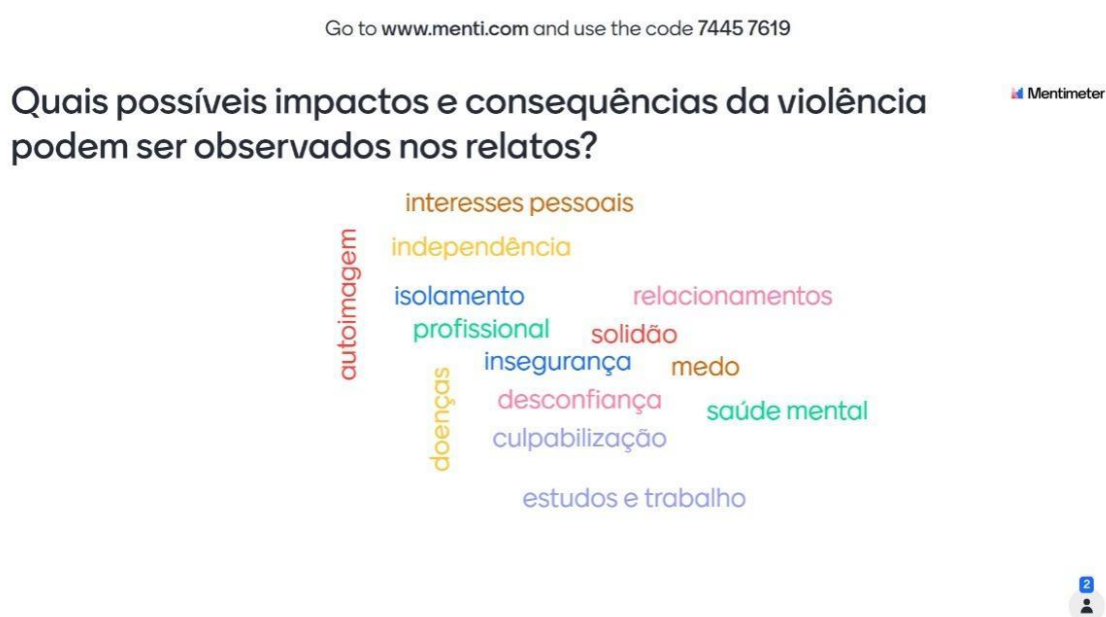


Figura 13. Nuvem de palavras sobre os impactos da violência

Dentre as consequências mencionadas pelas participantes, apareceram sentimentos (medo, desconfiança, solidão, culpabilização, insegurança), áreas impactadas (saúde mental, saúde física - doenças, estudos e trabalho, relacionamentos, interesses pessoais) e consequências à autoimagem de cada uma delas e independência. Carolina destrinchou alguns dos efeitos da violência no relacionamento com outras pessoas como: o impacto negativo na confiança, no afeto e no contato ao se relacionar após ter sofrido a violência.

Após a exposição da nuvem de palavras, a facilitadora responsável pela atividade fez uma apresentação expositiva-dialogada, através de slides (VER ANEXO 7), a respeito das consequências das violências identificadas na literatura científica. No decorrer da apresentação eram levantadas questões como: *“você consegue identificar outras consequências que não mencionamos dentre essas listadas?”*; *“você sabia dessas outras possíveis consequências?”*; *“alguma chama a atenção de vocês?”*.

A estudante Carolina comentou ter chamado sua atenção os problemas gastrointestinais mencionados, o que a fez pensar como a saúde psicológica afeta nossa saúde física. Para ela fez muito sentido, a partir de sua própria experiência. Já a estudante Maria ficou surpresa com os impactos da violência relacionados ao desempenho acadêmico.

“Por mais que seja uma questão da universidade a gente as vezes faz essa conexão. Eu particularmente não fiz tanto, sei lá, foi muito louco ver isso. Porque estou há um tempo tentando formar e fazer meu TCC acontecer. Eu tomei umas decisões muito loucas no meu percurso acadêmico, já olhei para trás e vi que essas escolhas foi muitas loucas e inconsequentes mesmo. O contexto delas faz muito sentido, como um impacto muito presente na minha vida, ainda mais por ser uma questão associada a colegas de turma. Foi impactante essa informação! [...] No meu caso particular não sei se identifiquei tão bem anteriormente quanto agora”.
(Maria)

Além disso, conseguiu identificar o impacto da violência no desempenho acadêmico da aluna mencionada na sinopse do encontro, já que ela teve que se desligar da universidade.

Carolina também acrescentou que por conta do seu agressor ser fluente em francês, ela se afastou dos estudos da língua - hábito que sentia prazer antes dos episódios. Além disso, pontuou também o fator de independência, hoje em dia não conseguir realizar atividades cotidianas sozinha por medo.

“Se preciso ir mais tarde ao mercado, sei lá, às 17h da tarde... Eu dependo que alguém me leve ou me acompanhe. E é assim para tudo, eu tenho muito medo. A maioria das coisas não consigo fazer sozinha ainda. Eu dependo das outras pessoas. Isso me impacta muito.” (Carolina)

Após finalização dos relatos acerca das consequências da violência, foi dada continuidade ao encontro, iniciando a psicoeducação sobre o modelo cognitivo da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) através de uma apresentação de slides (VER ANEXO 7). Para tanto, também foi utilizado um vídeo como recurso visual, para maior compreensão do conteúdo (<https://www.youtube.com/watch?v=enc7YNNZLxk>).

A estudante Maria afirmou que foi uma novidade o conteúdo e que a apresentação foi didática e tinha dado para compreender. *“O vídeo achei ótimo, divertido! Bem legal mesmo e compartilhável. Aqueles que a gente fala “ai gente, tem que passar para umas pessoas esse vídeo. Porque é uma linguagem boa né?” (Maria)*

Enquanto Carolina afirmou que já estava habituada com essas reflexões na terapia, sobre reações desadaptativas que podem acabar prejudicando e que estava aprendendo essas questões. Além disso, fez uma ponte com o medo e o isolamento social (Covid-19).

"Às vezes a gente sente tanto medo que deixa até de conversar com a pessoa que mora com você. É até exagerado. Isso faz muito sentido com o que tenho falado com meu psicólogo de exagerar demais nas reações." (Carolina)

Na atividade seguinte, foi dada a instrução às participantes de que uma emoção seria sorteada a partir da “Roda das emoções”, um jogo online (<https://wordwall.net/pt/resource/12119241/roda-das-emo%C3%A7%C3%B5es>) como mostra a figura 14. Conforme eram sorteadas as palavras, a facilitadora trazia as seguintes questões: *Como você identifica essa emoção?; Onde você sente essa emoção?; Tem alguma situação que você se lembra ao pensar sobre esta emoção?; Qual intensidade você costuma senti-la?; Como você expressa essa emoção?*.



Figura 14. Jogo online: Roda das emoções

A participante Maria se voluntariou para ser a primeira jogadora, demonstrando-se engajada. A primeira emoção sorteada por ela foi “medo”.

“Eu estava com medo de cair medo” disse a estudante. Identificando-se como uma pessoa muito medrosa e, por isso, é uma emoção que consegue

identificar rápido. O medo é intenso para Maria e quando ocorre, usualmente, é como um susto/choque, tendo palpitações, a temperatura do corpo baixa e episódios de ansiedade. Deu como exemplo a fobia de aranhas. Contudo, quando o medo é relacionado a outra pessoa, a reação é mais combativa. “*Dou risada e os músculos ficam rígidos*”, relatou Maria. Disse também que tem medo e insegurança em relação a outras pessoas por achar que podem machucá-la emocionalmente (sendo enganada, por exemplo, como foi no episódio de violência que sofreu na universidade). Dentre as situações identificadas por Maria como reativas ao medo e que consegue em um primeiro momento discriminar o que está sentindo de fato, estavam: encontrar uma aranha, encontrar policiais e encontrar a sua agressora.

“Acho que por eu pensar bastante, estou sempre observando muita coisa e me observando também. [...] Sinto que identifico medo de primeira, às vezes preciso de um processo mais longo para identificar medos associados a crenças mais fundamentais, como aquelas que você falou. Aqueles medos que a gente nem sabe que tem medo.”(Maria)

A estudante Carolina contribuiu que também identifica de forma breve o “medo”. Em vista de algumas reações físicas bem características, como respiração ofegante, coração acelerado, vontade de fugir/sair correndo e se esconder. A facilitadora que estava conduzindo a atividade apontou como existem diferentes formas de sentir e se comportar diante de uma mesma emoção. Foi feita uma analogia das emoções às ondas do mar, para exemplificar que elas vêm e vão em diferentes frequências e diferentes intensidades.

A primeira palavra sorteada por Carolina foi “vergonha”. Quando questionada sobre o que vinha a cabeça ao ler a emoção, relatou se identificar como uma pessoa tímida e sentir intensamente tal emoção. Exemplificou

situações que a identifica de forma predominante, como em apresentações de trabalho ou até mesmo ao esconder o corpo por causa da automutilação (*skin picking*). Dentre os comportamentos decorrentes identificados, percebe que se esquivava, costuma cobrir a boca, sente o rosto esquentar, o coração palpitar e a respiração ficar ofegante. Com o tempo, o identificar e reagir à vergonha foi se aprimorando pelo acompanhamento terapêutico, as reações se tornaram mais adaptativas. A facilitadora questionou se ao aprender a identificar essa emoção e reagir diferente, como sentiu a intensidade da mesma, se algo havia mudado. Carolina respondeu: *“Acho que mudou sim. Acho que diminuiu, porque pra mim tem muito a ver com insegurança. Estar fazendo algo errado, falando alguma coisa errada ou sendo julgada. Acho que tentei enfrentar um pouco essa vergonha”*. A participante ainda deu o exemplo de se expor a determinadas situações para aprender a manejar de forma mais adaptativa, como quando se dispunha a apresentar trabalhos.

Maria também relatou se identificar como uma pessoa bem vergonhosa. Em situações que se sente dessa forma, costuma adotar uma postura confiante mesmo quando sente a emoção. Como exemplo, trouxe que a interação com várias pessoas causa vergonha, no entanto, se mostra “plena” por fora.

Quando questionadas a respeito de como expressam suas emoções, Carolina comentou que não demonstra muito. *“Muitas vezes falo para outras pessoas que sou ansiosa e tomo ansiolítico, e é comum falarem ‘mas você é tão calma, como você tem ansiedade?’ parece que todo mundo me enxerga assim “plena” e por dentro to me “cutucando”, então acho que não expesso muito”*. Da mesma forma, na percepção de Maria também não costuma expressar muito as suas emoções, procura apenas sinalizar para as pessoas que vai, por exemplo,

apresentar o trabalho antes ou fazer qualquer outra coisa de determinada maneira, por estar com vergonha.

Para continuar as discussões do encontro a respeito das emoções, foi realizada a apresentação de um vídeo (<https://www.youtube.com/watch?v=GyFQj64amhY>) com o objetivo de introduzir a psicoeducação sobre as emoções. Finalizada a apresentação do recurso visual, foi feita novamente uma exposição-dialogada a respeito da temática, através de uma apresentação de slides (VER ANEXO X).

A estudante Carolina disse que refletiu sobre as situações e pôde identificar melhor as suas próprias emoções. Neste caso, achou didático para poder compartilhar as informações com outras pessoas, citando os seus pais e as situações em que seus sentimentos não são validados por eles. Maria relatou que já tinha intuitivamente conhecimento das informações, porém a informação passada de forma sistematizada e didática foi importante para que ela pudesse refletir sobre a importância de se validar as emoções. Ao final do encontro, foi solicitado às participantes que caso surgissem pensamentos e/ou lembranças incômodas a respeito de qualquer violência que tenham sofrido, anotassem como se sentiram, o que pensaram e como reagiram naquele momento. Foi dada a sugestão de utilizarem um aplicativo chamado Cogni, do qual é possível inserir essas informações de forma prática.

Para encerrar, avaliaram através do questionário que o encontro foi excelente e muito satisfeitas. Indicaram também que o assunto abordado estava totalmente ou de forma geral de acordo com o que esperavam, além de considerarem que ele seja totalmente importante para trabalhar o enfrentamento da violência e o manejo de emoções.

No que tange a como se sentiram no encontro, uma das participantes indicou estar muito bem e a outra apontou um humor neutro. No entanto, ambas consideraram terem se sentido muitíssimo confortáveis em compartilhar algo com as facilitadoras e sentiram terem recebido apoio durante seu envolvimento no encontro.

Em relação aos recursos e materiais de apoio utilizados, assim como também a condução das facilitadoras, avaliaram como muito qualificados ou qualificados. Por fim, ambas apontaram que o que mais gostaram foi aprender sobre as emoções e como identificá-las e, também, sobre a importância de expressá-las. Não houve nenhum relato acerca de pontos negativos do encontro.

Na avaliação das facilitadoras, o encontro foi avaliado por todas de forma muito positiva em diversos aspectos: qualidade do encontro, satisfação, expectativas de acordo com os objetivos, recursos e materiais de apoio, o quanto consideravam o conteúdo abordado importante para trabalhar os elementos principais da intervenção (enfrentamento da violência e manejo das emoções), o conhecimento adquirido pelas participantes sobre o tema e o quanto perceberam que as participantes receberam o devido apoio durante o encontro. A única avaliação divergente entre as facilitadoras foi acerca sobre como se sentiram no encontro, o que variou entre muito bem (75%) e bem (25%).

Quinto encontro

O quinto encontro se iniciou com o acolhimento inicial das participantes (Maria e Carolina), momento em que foi realizada a sinopse do encontro anterior e verificado como as estudantes estavam se sentindo. O objetivo do encontro era

identificar crenças e estratégias de enfrentamento disfuncionais e aprender sobre o manejo de emoções difíceis.

Em seguida, foi realizada a apresentação da agenda do dia (identificação de pensamentos e emoções; manejo de emoções difíceis – atividade - e avaliação do encontro) para que fosse dado início à primeira atividade. A facilitadora responsável pela mediação da atividade verificou se haviam realizado a tarefa da semana. Maria disse não ter conseguido realizar por ter tido um problema com o seu celular. Já Carolina também não realizou o exercício no aplicativo, no entanto, anotou em sua agenda as situações que foram incômodas a ela.

A atividade tinha o foco de identificar pensamentos que surgiam junto a lembranças dos episódios de violência vivenciados ou situações incômodas que estivessem associadas ao ocorrido no contexto universitário. Carolina contou sobre momentos durante sua semana que se sentiu muito ansiosa e triste, sobretudo situações que para ela pode-se atribuir às violências sofridas, como sua dificuldade em sair ou fazer atividades sozinha e a relação com sua autoimagem tendo em vista as lesões decorrentes do comportamento de *skin picking* .

"Me sinto impotente de não conseguir ser tão independente quanto gostaria, porque sinto medo de fazer tudo sozinha. Aí parece que dá uma certa culpa, de 'por que estou nessa situação'? [...] Me sinto uma criança que precisa estar acompanhada. Ontem fui almoçar sozinha e ficava olhando para os lados". (Carolina)

"Parece que às vezes dá um certo nojo do meu próprio corpo, sabe. Parece que está tão ruim que eu mesma me sinto mal com a minha pele e com meu corpo. [...] Parece que estou muito machucada e suja. Às vezes posso passar a impressão de estar com alguma doença na pele ou alguma coisa contagiosa. Até com meu próprio corpo tento esconder, porque não gosto que falem do meu corpo. É uma coisa que me incomoda, não me sinto bem com isso." (Carolina)

Para Maria ocorreram situações que a fizeram pensar sobre como a própria intervenção e seu processo terapêutico individual tem a levado refletir a respeito de suas emoções e acerca do seu relacionamento. Descreveu uma situação em que percebeu a necessidade de ficar sozinha e conseguiu se expressar com sua namorada a respeito dos seus sentimentos. Além disso, trouxe como em contraponto também encara sentimentos de insegurança, medo e desconfiança ao estar com outras pessoas, utilizou como exemplo ter ido visitar uma amiga da qual não é muito próxima.

“Ficar sozinha é poder fazer as coisas com a presença que eu quero, sem que ninguém queira acelerar o processo ou falar que o processo não precisa de tanta atenção assim. [...] Ao mesmo tempo que me sinto plena, eu me sinto solitária. Porque me sinto não me encaixando, meio fora da casinha em relação aos outros nessa questão de ficar sozinha. Sei lá, as vezes parece que eu queria ficar sozinha com os outros. Mas também me sinto mais segura sozinha de fato. Já tinha comentado que andar sozinha para mim é uma coisa boa”.

A estudante comentou sobre as dificuldades em estar com outras pessoas, deu o exemplo em como a intervenção online favorece seu engajamento, pois pessoalmente sentiria muita vergonha. *“Sinto bastante desconforto [diante das reações das pessoas], um desconforto no sentido de vergonha mesmo. De me sentir muito notada, apesar de gostar de reparar nos outros eu não gosto muito que percebam que eu to presente. Fico meio assim”.*

A facilitadora apontou sobre ambas as participantes terem mencionado não gostarem de se sentirem notadas, e que cada qual procura estratégias para lidar com essa circunstância, seja pela roupa que veste ou buscando ficar mais sozinha. Maria e Carolina trouxeram alguns pensamentos a respeito.

“Sinto que sou bem assim que a Maria disse sobre reparar nas pessoas (risos), mas querer estar escondida e que ninguém saiba da minha existência. Para todo momento quando estou em um lugar com mais gente ou na casa de amigos com mais gente que não conheço ou em uma rua ou shopping, parece que só quero fazer minhas coisas e que ninguém perceba que eu to ali existindo. Eu acho que por eu ter sido notada em algum momento, alguém em algum momento da minha vida me viu e isso me causou mal. Então não quero que ninguém me veja mais, acho que esse é mais ou menos o raciocínio que eu penso. [...] “Me sinto bem vulnerável, não sei quando uma pessoa pode me fazer mal. Você não tem controle dessas coisas.”(Carolina)

“Tipo, quanto mais as pessoas podem te ver, mais elas podem te afetar né?” concordou Maria e continuou dizendo “Eu me sinto bem dessa forma também, de estar estar exposta e ser vista é sinônimo de estar exposta a qualquer coisa que possa acontecer e de qualquer pessoa, a pessoa pode ser próxima ou não ser. E ela pode fazer coisas inesperadas. Está muito nisso de não poder prever mesmo a ação das outras pessoas em relação a minha presença”(Maria).

Em conversa a respeito dos relatos que trouxe, foram questionadas se não serem notadas fazia com que se sentissem mais no controle. Ambas responderam que sim, todavia, quando questionadas se de fato estavam no controle compartilharam que foi um questionamento profundo. Carolina disse *“Acho que na verdade a gente não controla nada né?”* enquanto Maria relatou *“Nos acompanhamentos terapêuticos que já fiz é sempre esse exercício, de perceber que a gente não ta controlando as coisas, a gente ta lidando com cada coisa que ta acontecendo”*.

Foi retomado na conversa a discussão de um dos primeiros encontros em que se trabalhou sobre a violência de gênero e outros aspectos, como a culpabilização da vítima (ver Encontro 2), onde se atribui a quem sofreu uma violência a responsabilidade da situação. Crenças sociais sobre o que cada um deve fazer também constroem estereótipos acerca dos gêneros, influenciando na adoção de comportamentos que são ou não socialmente permitidos para cada

um. Foi reiterado às participantes que estavam vivendo suas vidas quando sofreram uma violência, não são responsáveis pelo que ocorreu. Falou-se a respeito dos custos e benefícios de cada movimento para se protegerem, avaliar as chamadas estratégias compensatórias a partir de uma leitura conjunta de seus sentimentos, pensamentos e ações. As participantes finalizaram a discussão trazendo reflexões importantes a respeito do assunto.

“As emoções não precisam ser controladas, elas precisam ser vividas. E a gente tá vivendo e enfrentando nesse processo também, como a gente tinha falado na outra semana. E isso é bom né? É bem positivo mesmo. Acho que essa coisa de não ser notada é muito complicada também porque tudo te faz notar, fico pensando em tendências, por exemplo. Eu gosto muito de mudar meu cabelo, gosto muito de colorir. Então como não ser notada de cabelo rosa? (risos) Sabe? Difícil. Então sinto que esse controle às vezes ele me barra de fazer essas coisas.” (Maria)

“Para mim fez bastante sentido. O jeito que levo minha vida tem todo um histórico que me levou a isso. A falta de controle, não tinha reparado nisso, faz bastante sentido. Essa tentativa de controlar algo, controlar o pensamento do outro, a ação do outro, o que o outro pode querer pensar, falar. Isso não existe né? Pode ser que seja até o contrário, estar fazendo uma coisa que pode estar chamando mais atenção do que eu tô achando que não”. (Carolina)

A atividade seguinte teve por objetivo aumentar as possibilidades de estratégias a serem adotadas pelas participantes para o manejo de emoções difíceis, a partir do mapeamento dos interesses de cada uma. Para tanto foi solicitado que utilizassem um papel e uma caneta para que construíssem o exercício conforme mostra a figura 15 abaixo. Além de ser uma ferramenta de autoconhecimento, a técnica intitulada *Curtigrama* também ajuda a identificar comportamentos que as participantes podem se engajar que façam mais sentido para elas e sejam promissores como estratégias de regulação emocional mais adaptativas.

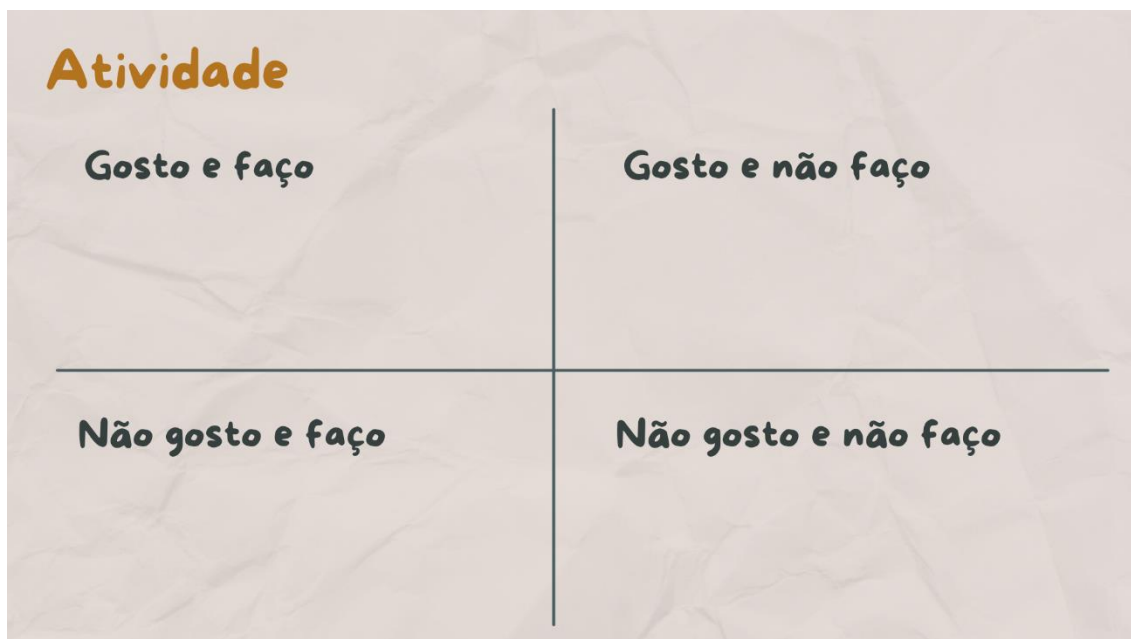


Figura 15. Técnica Curtigrama realizada durante o encontro

Ao descrever como ficou seu quadro da atividade, Carolina iniciou mostrando o que inseriu em “*Gosto e faço*”, sendo algumas das coisas: encontro com os familiares/amigos, ter animais de estimação e tomar uma cerveja para relaxar. Na categoria “*Gosto e Não Faço*”, Carolina pontuou que gostaria de aproveitar mais momentos sozinha e explica que os motivos principais para não fazer isso é não se sentir segura quando está sozinha e não identificar sentido em realizar atividades prazerosas sozinha (assistir documentários e pintar).

Em “*Não gosto e Faço*”, foi pontuado pela mesma participante o lidar com pessoas ansiosas e tensas, pedir ajuda de outras pessoas, procrastinar e limpar a casa. Na categoria “*Não Gosto e Não Faço*”, Carolina afirmou que não conseguiu identificar de imediato, mas após uma breve intervenção da mestrande, ela conseguiu pontuar coisas que poderia se privar, como pizza e chocolate, mas que não o faz - enquadrando então tais privações como “*Não Gosto e Não Faço*”.

Em alguns momentos era comum que as participantes compartilhassem entre si situações que enfrentaram para lidar com as consequências das violências

sofridas. Cada qual indicando a etapa que estavam daquela vivência e, ao mesmo tempo, encorajando uma à outra acerca de determinado enfrentamento, como fez Maria ao compartilhar sobre como lidou com quanto as redes sociais após o episódio de violência ocorrido consigo. Maria disse que apesar de existir um recorte da realidade, é um espaço em que se pode controlar as interações - dando como exemplo a situação em que o Facebook indicou o perfil de sua agressora para solicitações de amizade e ela recusou. Assim, Maria afirmou que faz questão de estar nas redes sociais e compartilhou a sua experiência como um incentivo à Carolina, - a qual tinha afirmado que não está nas redes sociais pelo receio de sofrer algum tipo de perseguição novamente, porém gostaria - comentando sobre utilizar dos próprios recursos da rede para filtrar quem veria suas movimentações e se sentir mais segura.

Ao compartilhar as anotações da atividade, Maria disse que compreendeu diferente de Carolina e que as suas considerações foram realizadas com base em como ela lida com situações de violência e desconforto. Na categoria de “*Gosto e Faço*” colocou: observar situações em que se sente acuada e se posicionar pela fala, realizar exercícios de respiração e tomar água. Em “*Gosto e Não Faço*” mencionou: chorar à vontade e mostrar-se vulnerável, pontuando que gostaria de chorar em mais momentos e que a intervenção está favorecendo essa questão, democratizar o seu desconforto (ser mais honesta com os seus sentimentos e pensamentos). Na categoria “*Não Gosto e Faço*” elencou: entrar em uma posição de passividade em situações de conflito por receio de ser vista como agressiva ou magoar outras pessoas. Em por fim em “*Não Gosto e Não Faço*” colocou: posicionar-se de forma agressiva ou violenta (tanto verbalmente quanto fisicamente), abandonar situações, sejam elas boas ou ruins. A facilitadora

acolheu os relatos e agradeceu tudo que havia sido compartilhado, enfatizou a importância do exercício para que pudessem conhecer mais acerca de si mesmas e utilizarem o que foi indicado por elas como possíveis recursos e ferramentas para acessarem quando estiverem lidando com sentimentos difíceis.

Ao final do encontro, foi proposto como plano de ação para a semana que as participantes entrassem em contato com algumas das opções listadas por elas na categoria “*Gosto e não faço*”, por exemplo, falar mais a respeito dos seus sentimentos ou realizar alguma atividade sozinha, como apontaram no desenvolvimento do exercício. As participantes aceitaram a proposta.

Na avaliação do encontro, as participantes indicaram terem se sentido muito bem e confortáveis, além de perceberem terem recebido muitíssimo apoio durante o envolvimento que tiveram naquela manhã. Para as estudantes, o encontro foi totalmente importante para trabalhar o enfrentamento da violência e o manejo de emoções.

Consideraram que os recursos e materiais de apoio utilizados foram muito adequados ou adequados e, de igual modo, avaliaram a condução das facilitadoras. No que se refere à satisfação, as participantes indicaram terem ficado muito satisfeitas com o encontro e que o assunto abordado estava de acordo com o que esperavam.

As duas participantes disseram não ter tido nada que não tivessem gostado no encontro, por outro lado, contribuíram com o que mais gostaram deixando comentários a respeito, que podem ser vistos a seguir:

“Identificar os comportamentos que eu tenho e o porquê deles, como minha necessidade de controle. Gostei também da atividade final em que pude dimensionar o que é importante pra mim e que não abro mão, assim como o que é importante e me restrinjo por medo e insegurança.”

“As dicas sobre o processo de enfrentamento (como uma onda).”

Na avaliação das facilitadoras, a qualidade do encontro foi avaliada majoritariamente como excelente (75%) e boa (25%), todas se mostraram muito satisfeitas. Na perspectiva das facilitadoras, o encontro foi muito positivo no que diz respeito ao conteúdo abordado e considerando os objetivos pretendidos, estavam no geral (50%) ou totalmente (50%) de acordo com suas expectativas. Indicaram que os recursos e materiais de apoio foram muito adequados para as atividades propostas, foi notório o engajamento das participantes em relação a esses aspectos. Para elas, o conhecimento e compreensão das participantes sobre o tema abordado naquele dia, havia aumentado, destacaram em seus relatos alguns pontos que podem ter contribuído com essa perspectiva, como:

“As participantes se mostraram atentas e emocionalmente abertas”; “Elas se demonstraram muito engajadas e também apresentaram muita identificação com o conteúdo trabalhado.”; “Houve um bom engajamento. Ambas as participantes engajaram-se nas atividades proposta, sentindo-se à vontade para compartilhar reflexões e opiniões.”.

Sexto encontro

O sexto encontro teve como objetivo incentivar o desenvolvimento do autoconhecimento e compartilhar e promover práticas de autocuidado em grupo. Ambas participantes estavam presentes e o encontro foi iniciado a partir da verificação do humor de Maria e Carolina, as quais descreveram brevemente sobre como estavam se sentindo durante aquela semana. Neste momento, Maria pontua que o quinto encontro teria motivado reflexões sobre como expressar as suas emoções, estando mais introspectiva. Diz: *“Passei a semana processando as emoções em consequência das reflexões de terça-feira [...] Então, foi uma*

semana bem introspectiva como imaginei que seria mesmo... Mas foi muito bom” (Maria).

Após o acolhimento das falas de Maria e Carolina, foi realizada uma breve sinopse do encontro anterior e as participantes foram questionadas sobre o plano de ação daquela semana. O plano consistia em realizar uma nova atividade não usual em prol do manejo das emoções. Maria afirma que conseguiu realizar o plano de ação sugerido, identificando uma necessidade de expressar os seus sentimentos e emoções de forma mais espontânea, principalmente, através do choro. Diz: *“Eu senti um alívio da coisa em si... Aceitar que o processo é importante” (Maria).* Carolina disse ter passado um tempo sozinha para receber uma encomenda, foi sozinha até o local, um trajeto movimentado, em horário de almoço, de acordo com ela, o que a trouxe mais segurança. Foi também ao mercado, e disse ter se sentido bem com isso. Sua maior dificuldade nisso foi ter medo de todo mundo e desconfiar das pessoas, como um homem que ela viu na rua e lhe causou medo de estar sendo perseguida. Disse também que pode voltar a fazer isso. Se sentiu se forçando para sair da zona de conforto. Diz: *“Eu gostei porque saí da zona de conforto” (Carolina).*

Em seguida, as participantes foram instruídas sobre a agenda do encontro. O sexto encontro foi elaborado com as seguintes atividades: 1. Autoconhecimento (caixa com objetos) - apresentar 5 objetos que se identifiquem e se reconheçam; 2. Compartilhar e promover práticas de autocuidado em grupo; 3. Avaliação do encontro.

A primeira atividade teve como objetivo incentivar o desenvolvimento do autoconhecimento através da representação de 5 objetos. Após as instruções, as participantes demonstraram-se engajadas para o exercício. Assim, Carolina

iniciou compartilhando a foto de uma borboleta, de acordo com ela, a borboleta simboliza transformação, liberdade e amadurecimento. A participante afirma que possui diversos objetos com borboletas e se identifica com este animal por ter saído de casa cedo, o que incentivou o amadurecimento ao morar sozinha. De forma específica, gosta muito da aparência da Borboleta-Monarca. O segundo objeto de Carolina foi uma bicicleta, de acordo com ela, sente-se bem em pedalar pelo conforto e pelas experiências que já teve fazendo exercício físico. Ela se vê neste objeto pela cor (roxo) e pelas ilustrações. Diz: *“Eu me identifico com isso de estar bem nela, quando estou pedalando, parece que ela faz parte do meu corpo, uma extensão de mim [...] Quando estou na bike, eu me sinto no controle, posso fazer o que quiser e ir pra onde eu quiser” (Carolina)*. Pontua também que a bicicleta relembra momentos bons.

Em seguida, Carolina apresentou outra imagem dela segurando uma folha em uma viagem com o namorado. Neste caso, Carolina diz que enquadrou a folha (similar a folha de bordo) porque simboliza a viagem. Explica que viajar foi como entrar em uma realidade alternativa, uma experiência muito boa e divertida. Ela conta que está em uma época turbulenta por conta das pendências acadêmicas, mas que nessa viagem, estava entusiasmada, sentindo-se quase outra pessoa por sair da rotina. Diz: *“Quando eu fui viajar, me tornei outra pessoa, a felicidade que não sentia há dois anos apareceu nessa viagem. [...] A folha me lembra diversão. Eu gostei dessa Carolina mais leve, menos preocupada e mais alegre” (Carolina)*.

O quarto objeto de Carolina é a foto de uma obra da exposição do MASP sobre mulheres artistas. Ela explica que o motivo de ter se afeiçoado ao quadro foi pela proposta da exposição que tinha como objetivo abrir o espaço para obras

pintadas por mulheres que foram invalidadas/roubadas, evidenciando o machismo presente na época.

Diz: *“Como essas mulheres tão talentosas, apenas por serem mulheres, foram apagadas? Poderiam ter influenciado tanto na arte. [...] Eu me identifiquei porque a obra representa a opressão, muitas vezes as mulheres não têm nem o direito de voz. Mesmo nesse contexto, elas faziam o que gostavam, o que me dá esperança para viver assim também”* (Carolina). Explica que por conta do machismo, muitas vezes, um grande potencial pode estar sendo ocultado. Diz: *“Eu poderia ser mais, mas sinto medo”* (Carolina). A fala da participante foi acolhida pelas facilitadoras, as quais ressaltaram que existem distorções sobre o potencial das mulheres, pontuando que apesar da censura sofrida na época, as mulheres da exposição seguiram admiradas por outras pessoas. Ressaltando que as vivências das mulheres não delimitam o seu valor.

O quinto e último objeto de Carolina foi um chaveiro de roedor (rato) que adquiriu depois da morte de seu primeiro rato de estimação. De acordo com ela, o chaveiro é uma forma de homenagear o animal e simboliza os outros roedores de estimação. Explica que se identifica com o comportamento de esquiva dos roedores em momentos em que está com medo - visto que são animais vulneráveis e não confiam em qualquer um - mas quando confiam, são leais. Outra questão abordada pela participante é o preconceito e estigma sobre estes animais, mas que na verdade são animais incríveis, empáticos, que se comunicam e sabem ler seus sentimentos.

Posteriormente, Maria iniciou a apresentação dos objetos escolhidos através da câmera. O primeiro objeto representado foi uma lace rosa (peruca), pontua que perucas/laces são acessórios que a fazem se sentir mais segura e

empoderada (identificando uma segunda personalidade). Ela explica que as utiliza, principalmente, nos trabalhos de fotografia para facilitar na socialização. Diz: *“Quando eu uso ela, me sinto mais confiante nos espaços [...] Eu falo mais quando estou com a lace, é um empoderamento, uma personalidade mais proativa. [...] A lace me ajuda a ter confiança de ser eu mesma”* (Maria). Em seguida, o segundo objeto apresentado por Maria foram os materiais de Yoga que faz uso (tapete e acessórios para a coluna). Pontua sentir-se representada por aqueles objetos porque passam uma sensação de conforto e solitude. Diz: *“A yoga me ensinou a estar bem comigo mesma e me permite voltar sempre para isso através da prática”* (Maria). O terceiro objeto de Maria foram as diversas pelúcias que ganhou de presente ou comprou para si mesma. Ela explica que essa identificação está na forma fofinha dos objetos e no fato dos presentes serem gatilhos para lembranças de carinho e afeto com outras pessoas. Como por exemplo, a lembrança de quando esteve em um internato, de momentos sozinha, de um encontro com a sua namorada e a lembrança com uma pessoa que não tem mais contato, identificada como uma ex-amizade importante.

O quarto objeto de Maria foi o seu celular, identificando-se com a autonomia na utilização do aparelho e o fato de ser um acessório que a permite se expressar através dos aplicativos e auxilia no trabalho com arte (estética e fotografias). Afirma também que é um acessório que promove o seu bem-estar, como ouvir podcasts, estudar outra língua e ter acesso a versatilidade. Por fim, o último objeto exposto por Maria foi um Kindle, identificando o conforto e o acesso à aprendizagem (livros de autoajuda, autoconhecimento, ética e leituras acadêmicas) como fatores importantes, pontua também que sente-se orgulhosa com a aquisição de um acessório favorável para o meio ambiente - por conta do

armazenamento digital. Além disso, afirma que o Kindle representa nela mesma as características positivas como alguém inteligente, resiliente aos estudos e persistente com a organização.

No feedback da atividade, Maria ressalta que o acolhimento das facilitadoras amenizou os sentimentos de ansiedade e o julgamento de si mesma em relação à elaboração da atividade por conta da escolha dos objetos.

A atividade seguinte teve como objetivo o compartilhamento e desenvolvimento de práticas de autocuidado. A discussão se deu em torno do que são consideradas práticas de cuidado consigo mesmas e quais são realizadas pelas participantes em suas vidas. Com isso, Carolina descreveu que autocuidado é “se cuidar”, citando práticas como banhos relaxantes, comer chocolates, descanso, estar em lugares que gosta e até mesmo tomar café. Ademais, a participante declarou que, ao se permitir vivenciar seus próprios sentimentos, também está exercendo o autocuidado:

“É lidar com as minhas emoções. Eu proporcionar um tempo pra mim pra eu me agradar, me acolher de certa forma [...] Estou descobrindo também que eu posso me deixar extravasar em alguns momentos, sabe? [...] de conseguir liberar o choro, alguma coisa assim. Então sentir também é uma forma de se autocuidar. Eu tenho sentido isso” (Carolina)

Logo após, Maria foi perguntada sobre quais são as suas percepções sobre autocuidado e quais as práticas que integram seu cotidiano. De acordo com ela, o autocuidado pode vir forçado por algumas vezes, devido à inclinações altruístas que fazem com que ela esqueça de si mesma, além de cuidados consigo mesma que são quase obliterados por rotinas turbulentas:

“Às vezes ele vem meio forçado, que eu acabo meio que esquecendo. Que eu fico naquela coisa de pender muitas vezes para os outros e acabar esquecendo um pouco de mim, né? E aí o autocuidado vem meio forçado. Às vezes eu me forço a me

alimentar, porque se eu estou numa rotina [sinalização gestual para 'caótico']... Eu não como. Eu esqueço, vai passando as horas e aí eu não como. Então eu entendo que me alimentar é uma forma de autocuidado, quando eu lembro. Quando eu lembro também de tomar banho, porque nesse período de pandemia principalmente, que a gente ficou muito em casa [...] E era um sacrifício, porque eu falava 'ai, agora eu tô cansada, vou ter que ficar em pé'. Então quando eu ia era um autocuidado real, porque eu tava ali sem vontade" (Maria)

Além disso, Maria pontuou o esporte como uma forma de autocuidado, ressaltando que ela eventualmente sente vontade de sair patinar, sendo então uma atividade que ela possui vontade de fazer espontaneamente, e não só algo passivo como consumir entretenimento audiovisual. Considerou também pintar as unhas, que ainda que ela não associe muito ao autocuidado, vê impactos positivos da ação em sua autoestima, podendo classificá-la então como cuidado consigo mesma, além da yoga.

Incentivadas a pensar na relação entre a atividade dos objetos e a de autocuidado, Carolina declarou que os objetos também podem ser instrumentos de cuidado consigo mesma. Para ela, quando estiver se sentindo mal, ela pode recorrer a eles, que trazem sentimentos bons e conforto, devido às lembranças atreladas a eles. Em concordância, Maria afirmou que é bom poder colocar essas questões em pauta e perspectiva, que por vezes são esquecidas.

Por fim, ambas as participantes declararam que as atividades foram desafiadoras - que é difícil pensar sobre si mesmas, quais suas identidades, o que gostam e se identificam e quais os objetos mais importantes devido à limitação numérica prescritos -, mas que o resultado desse exercício foi muito gratificante.

Na perspectiva das estudantes, a qualidade do encontro foi avaliada como excelente e o assunto abordado pareceu estar de acordo com o esperado por todas. Indicaram terem se sentido muito satisfeitas com o encontro, assim como

também terem se sentido muitíssimo confortáveis em compartilhar algo no seu decorrer.

Destaca-se que novamente as participantes avaliaram como sendo importante trabalhar o conteúdo abordado para o enfrentamento da violência e manejo de emoções. Além de indicarem os recursos e materiais de apoio utilizados para as atividades como muito qualificados. Ambas destacaram a dinâmica com os objetos sendo o que mais gostaram do encontro.

Em relação à avaliação das facilitadoras, o encontro foi novamente avaliado na maior escala para todos os aspectos que estavam sendo analisados no que se refere ao processo de viabilidade da intervenção, com exceção de uma questão a respeito do grau com que as facilitadoras se sentiram confortáveis, mas ainda assim examinado de modo positivo. A maioria indicou que se sentiu muitíssimo confortável para conduzir o encontro e uma participante avaliou apenas como muito confortável.

Por fim, apareceram nos relatos das facilitadoras, as observações que estavam fazendo a respeito do processo das participantes até aquele momento na intervenção, para elas:

“[...] Esse encontro só reforçou como nossos encontros estão promovendo muito autoconhecimento para as participantes (e para as facilitadoras também rs).”

“O fato do acolhimento e discussão promovidos pela mestrande e a facilitadora abriram um espaço para que as participantes pudessem refletir sobre as atividades e sobre si mesmas. Pude identificar também o efeito em que os encontros da intervenção tem tido nas reflexões das participantes.”

Sétimo encontro

O sétimo encontro teve por objetivo identificar a rede de apoio das estudantes que pudessem auxiliá-las no processo de enfrentamento, seja

proporcionando acolhimento em situações difíceis ou compartilhando momentos significativos para elas. O encontro atrasou alguns minutos para ser iniciado. De igual modo aos demais encontros, primeiro ocorreu a sinopse dos acontecimentos da intervenção na semana anterior.

Nessa etapa, a participante Carolina contou que ficou reparando em outros objetos, para além dos que trouxe na atividade do encontro anterior, que possuíam um valor sentimental para ela, a exemplo do travesseiro de corpo que ganhou do namorado, as cartas e chaveiros que ganhou de seus primos quando era criança. Acrescentou que durante a semana passou por momentos difíceis em que se sentiu triste e pensou sobre formas de autocuidado, como havia sido discutido anteriormente, chegando a comprar algumas coisas que gosta de comer e tendo um momento consigo mesma.

A participante Maria compartilhou que não fez muitas conexões da dinâmica dos objetos feita na intervenção anterior e os acontecimentos de sua semana. De acordo com a participante, estava vivendo sua semana de forma tranquila, curtindo, sem prestar tanta atenção consciente no que aconteceu.

Dando seguimento ao encontro, foi apresentada a agenda do dia (rede de apoio e avaliação do encontro) e, posteriormente, dado início a primeira atividade. A tarefa consistiu em construir o mapa dos cinco campos (ver figura 16), as participantes foram instruídas que deveriam utilizar o círculo central como referência a elas e as linhas mais próximas representava a proximidade dessas pessoas. Quanto mais distante a relação com elas, mais distante seria do círculo central. Conforme mostra a figura, haviam categorias no mapa (família, parentes, escola/faculdade, contatos formais, vizinhos e amigos), em que não precisavam, necessariamente, colocar uma pessoa em cada uma delas. Foi

combinado que as participantes fariam o preenchimento do mapa dos cinco campos por um editor de fotos do computador, como o *paint*, e ao encerrar a atividade iriam compartilhar com as demais.

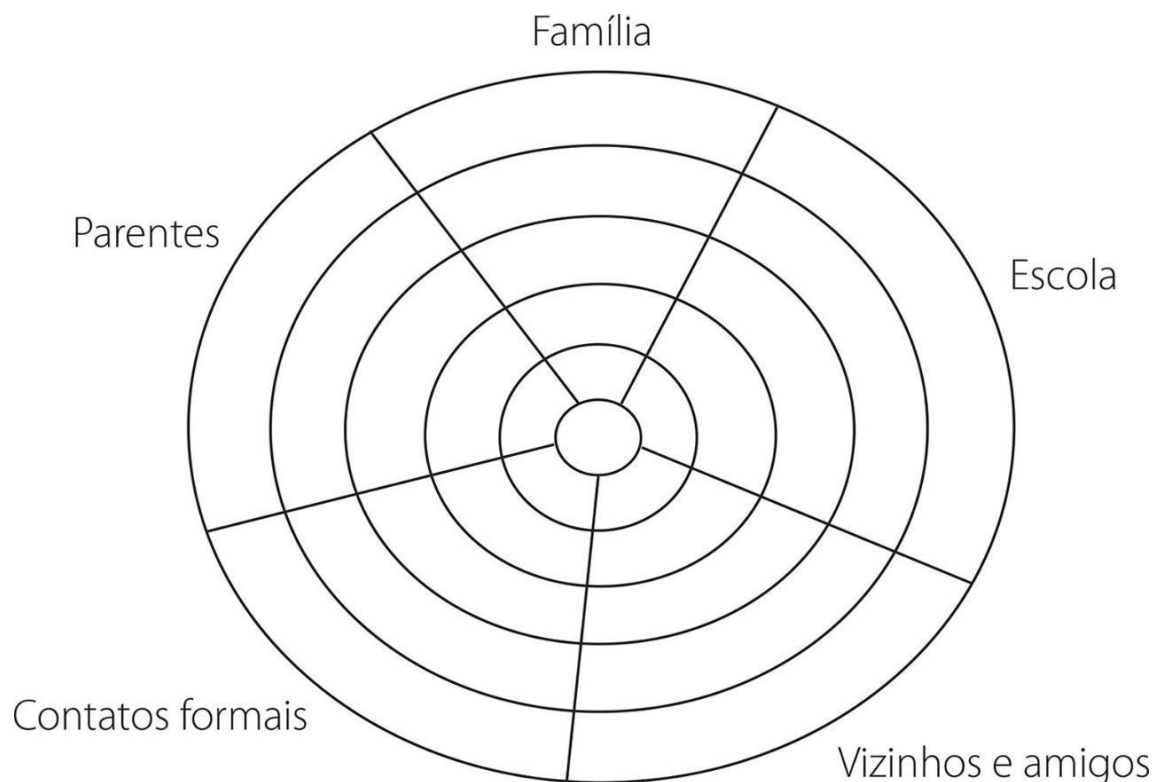


Figura 16.

Mapa dos cinco campos

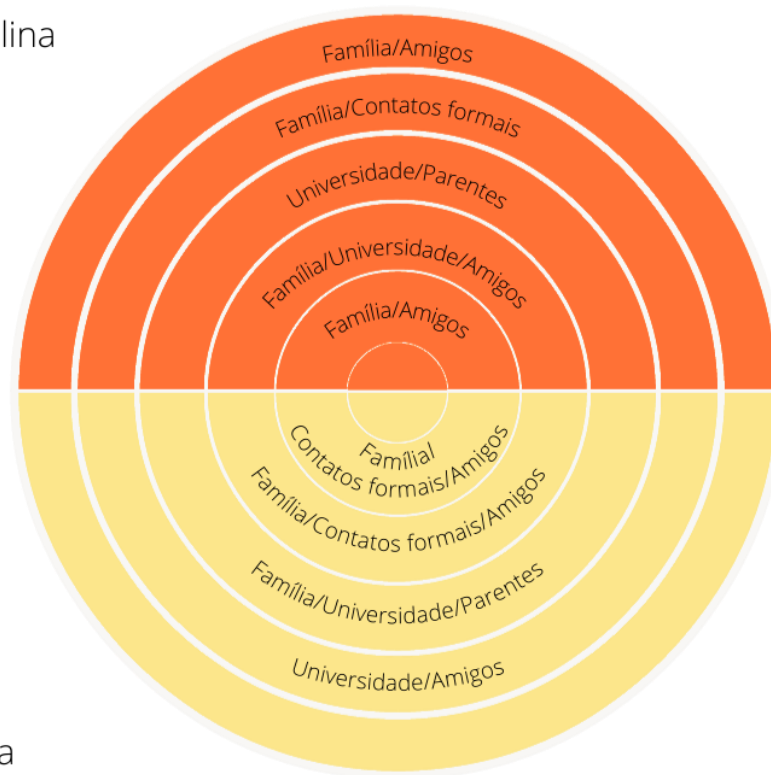
Durante as instruções, quando questionadas a respeito de dúvidas acerca da atividade, ambas as participantes comentaram que parecia ser um “gatilho”, todavia, viam como algo positivo pensar a respeito, até mesmo para que pudessem visualizar melhor suas relações.

No feedback sobre como foi realizar a atividade, a estudante Carolina apontou que, principalmente na parte de amigos, percebeu que pessoas que antes estariam muito próximas, hoje sequer apareceram no mapa - e que pensou também em uma lista de pessoas que ela não quer por perto, que não recorreria

em momentos difíceis. A participante Maria não fez considerações a respeito nesse momento.

As duas participantes elencaram os critérios que consideraram para o preenchimento do mapa, sendo suporte emocional recebido em momentos tristes comum a ambas. Além disso, apoio e consideração pela pessoa também foram pontuados por Maria. A mestrande comentou brevemente sobre o que é rede de apoio de fato, ressaltando que “rede de amigos, conhecidos e parentes” não é, necessariamente, a mesma coisa que “rede de apoio”. A Figura 17 a seguir mostra a avaliação das participantes quanto ao apoio recebido.

Carolina



Maria

Figura 17.

Avaliação das participantes quanto a sua rede de apoio

Destaca-se que as participantes consideraram como *família* o(a) parceiro(a), irmã/irmão, pais, sogra/sogro, cunhada/cunhado; *parentes* tia e prima; *contatos formais* a(o) psicóloga(o), psiquiatra, projeto voluntário; *escola* a universidade (orientador, amigas de turma e serviço social da instituição). Os dados dispostos na figura mostram que a categoria *família* aparece frequentemente como importante fonte de apoio para ambas, no entanto, apenas a parceira (Maria) e parceiro (Carolina) das participantes eram os mais próximos, enquanto as demais pessoas que enquadraram nessa categoria se

distribuíram em outros níveis de proximidade, os relatos a seguir mostram as percepções das estudantes a respeito de seus respectivos companheiros:

“A gente mora juntas e realmente se apoia. A pessoa que está próxima a mim, vive algumas situações boas e ruins. Minha companheira, então acho que faz sentido ela estar nessa parte.” (Maria)

“Nós moramos juntos, ele é a primeira pessoa que tenho e confio. Tanto que a gente namora acho que por causa disso. Ele é uma pessoa que eu me sinto muito a vontade pra me expressar e mostrar meu pior lado, quando tô realmente triste e pra baixo. Às vezes a gente tem aquele dia que tá se sentindo um lixo né? E a gente precisa procurar alguém, é pra ele que eu vou. Ou quando eu mesma nem percebo que estou mal e ele vem e já me dá um suporte.” (Carolina)

Seguido das pessoas com quem possuem um relacionamento amoroso, as estudantes Maria e Carolina mencionaram, respectivamente, seu irmão e sogra como os outros familiares próximos a elas que percebem receber apoio:

“A gente é bem amigo assim, mas não estamos mais próximos. Ainda assim, em algumas situações consigo trocar uma ideia com ele que é sempre interessante assim, estar com ele é um momento interessante. E geralmente eu sinto saudade dele também, então considerei que ele é uma pessoa que eu quero perto.” (Maria)

“Sinto que ela é como uma segunda mãe pra mim, ela é muito próxima. Às vezes eu tô mal e sei que posso ligar pra ela. Às vezes ela mesma tenta me agradar de alguma forma, como semana passada que eu tava muito mal um dia e falou: tô indo aí. Aí ela veio e me levou para tomar um sorvete.” (Carolina)

As demais pessoas que foram colocadas na categoria *família* para as estudantes, estavam localizadas do terceiro nível em diante, sendo consideradas pessoas que colocaram pela consideração (Maria) ou que, embora não fossem as primeiras a serem buscadas num momento que necessitasse de apoio, seriam uma opção mais distante, como mostram alguns dos relatos a seguir:

“Meus pais porque são meus pais. Porque me criaram e foram essa rede em alguns momentos. Hoje em dia acho que não são

uma rede de apoio, mas são pessoas que estão na minha vida.” (Maria)

“Eu só tenho uma irmã e a gente não é próxima. Mas ela tá fazendo psicologia e eu senti uma diferença dela, da personalidade dela depois que ela começou a fazer o curso. E ela tem me procurado mais, tem se interessado por mim para saber como eu to, porque antes a gente não era assim. Então é uma pessoa que eu sinto que tem mudado, que às vezes sinto que eu posso conversar, embora não seja muito frequente.” (Carolina)

Quanto aos *parentes*, as duas participantes elegeram apenas uma pessoa cada (tia e prima) que percebiam como sendo potenciais fontes de apoio, no entanto, eram mais distantes. Em relação aos *contatos formais*, o apoio recebido era percebido pelas participantes vindo de pessoas como, os profissionais de saúde mental que as acompanhavam e também, no caso de Maria, as mulheres de um projeto de diversidade que fazia parte que atuavam no suporte a pessoas LGBTQIA+. Além disso, ocupavam lugares diferentes nos mapas de Maria (mais próximos) e Carolina (mais distantes). Os relatos a seguir mostram um pouco sobre como percebiam essas relações:

“No geral elas me apoiam em questão financeira, quando eu preciso de alguma coisa. A pandemia reduziu esse contato porque todo mundo ficou fudido, mas ainda assim durante toda a pandemia entregaram cestas aqui em casa para mim e minha namorada. Estavam ali como mães mesmo, como elas se propõem a ser. E as trocas que a gente fez sempre foram muito frutíferas.” (Maria)

“Eu coloquei meu psicólogo e meu psiquiatra. Eu falo com meu psicólogo toda semana e sei que ele é uma pessoa que vai tá ali, embora não sei se pra sempre - espero que não. É uma pessoa que sei que formalmente posso conversar. O meu psiquiatra eu gosto muito dele, é o tipo de médico que eu nunca tinha conhecido antes, ele me manda mensagem cobrando exercício físico. Ou às vezes eu mando alguma mensagem porque não to bem - pode ser por medicamento ou alguma coisa assim - sei que ele me responde, vai estar ali pra me ligar ou marcar uma consulta antes do tempo porque sabe que eu to precisando. [...] Eles não são minha primeira via, se as minhas vias de família/parentes não funcionarem ou se eu

sentir que eu to precisando de algo mais profissional mesmo, aí vou contatá-los” (Carolina)

Em relação aos *amigos*, é possível observar pela figura 17 que ocuparam diferentes lugares no mapa das estudantes. Sendo característico nos relatos de ambas aquelas que elas percebiam poder contar com o apoio, ainda que não fossem próximos - fisicamente ou emocionalmente. Aqueles que foram representados em níveis mais próximos indicaram ser uma relação de longa data. Abaixo foram separados os relatos a respeito de pessoas que estiveram presente na categoria *amigos*, no entanto, divergiram quanto à proximidade em relação às participantes.

Amigos mais próximos

“Uma das amigas bem próximas de mim que eu me relaciono a mais tempo. [...] A gente foi crescendo e amadurecendo juntas, a gente é muito intensas juntas. Ela sempre foi uma rede de apoio muito presente assim e muito real. Então é isso, ela tá aqui porque ela realmente tá aqui. Assim né, a gente segue nossas vidas, então ela não mora perto também porque é de outra cidade”. (Maria)

“Ela é minha amiga de graduação e somos extremamente próximas. Falam que somos uma dupla. [...] Ela é uma pessoa com quem me sinto extremamente à vontade, sei que não serei julgada de forma alguma. Posso contar tudo pra ela, ela vai tá lá, vai me ajudar. Ela é uma pessoa assim que se precisar me dar um toque, sei que ela vai fazer de bom grado e eu levo muito a sério a opinião dela. Sei que tem essa troca porque ela também me procura quando precisa.” (Carolina)

Amigos mais distantes:

“Eu coloquei mais para representar os amigos que tenho aqui na cidade que são bem esporádicos e aparecem mais para dar apoio. São pessoas maneiras que eu conheci na minha trajetória e que estão ali e falam: qualquer coisa me dá um salve. Aí você dá um salve e essa pessoa realmente tá ali.” (Maria)

“Me deu um pouco de dor no coração pensar nela nessa atividade, porque ela já foi uma amiga muito próxima, a gente já foi vizinha também. Teve uma época que uma vivia na casa

da outra, tipo irmãs. Mas a vida foi nos levando a caminhos tão diferentes que hoje a gente é quase outra pessoa uma pra outra. Mas ainda assim eu sinto que ela tá lá, que em alguns momentos bem esporádicos sei que eu vou estar lá pra ela e ela vai tá lá pra mim. Mas é bem mais raro. E é um pouco triste porque a gente já foi tão próximas né, e eu sinto muita falta disso. Só que tive que abrir mão pra não me machucar de alguma forma com essa relação.” (Carolina)

Na categoria *universidade* foram considerados em comum dentre as pessoas que percebiam receber apoio, mesmo num nível mais distante, os orientadores das duas participantes.

“Tem a questão de ser orientador, ser uma pessoa bem ocupada, então não consigo acessá-lo sempre, né? Mas sempre que eu realmente preciso de alguma luz assim na vida, eu sei que ele vai estar lá também e posso contar com ele”. (Carolina)

“Coloquei orientador porque em alguns momentos esporádicos ele aparece para fazer uma mudança na nossa relação, vamos dizer assim. Fazer as coisas andarem, dar suporte. Mas é bem esporádico, está naquele nível do de vez em quando”. (Maria)

Ainda sobre a categoria *universidade*, para a estudante Maria, esteve presente de forma mais direta à ela o apoio do serviço social da instituição. Enquanto para Carolina, esse apoio mais próximo foi percebido vindo de amigas da pós graduação.

“Eu usei bastante [o serviço], querendo ou não é melhor do que o SUS. Não a qualidade do serviço, mas o atendimento mesmo. A forma como você é atendido/acolhido. Me salvaram algumas vezes nesse sentido”. (Maria)

“Elas estão lá pra mim na pós - eu to em conflito com minha pós graduação, mas sempre estão lá. Sempre pra me ajudar ou me dar alguma ideia. Qualquer coisa que eu to fazendo sei que posso falar com elas, porque são também do mesmo laboratório então sempre me ajudam” (Carolina)

Ao final da atividade, foi discutido a respeito das dificuldades encontradas pelas participantes na realização da atividade. No caso de Maria, a participante trouxe as dificuldades em pensar sobre sua rede de apoio por

perceber sua rede como pequena, o que muitas vezes sente sobrecarregar aos que estão presentes nela pelo seu emocional. Quando questionada sobre como seria sua rede de apoio ideal, relatou o exposto a seguir:

“Eu fico muito tempo tentando formar re-laços porque tenho dificuldades em interagir com as pessoas. Acho que só ter mesmo assim. Porque esses amigos que tenho são de muito tempo, tipo 12 anos. [...] Eu acho que poderia ter outras dinâmicas ali dentro que facilitariam também. E podiam ter mais pessoas, mas eu também tô um pouco positiva em relação ao futuro. Porque eu tô, é isso, tô tentando lidar com a minha família. Tem parentes que admiro muito, mas que eu não tenho nenhuma proximidade por problemas familiares mesmo. Então acho que aos poucos algumas camadas serão melhor desenvolvidas. [...] O ideal seria ter umas três pessoas em cada.” (Maria)

Salientou-se nesse momento sobre a importância de respeitar o tempo de construção das relações e identificar através do processo de autoconhecimento os obstáculos para o desenvolvimento de novas relações significativas que representem um lugar de apoio à elas. A estudante Maria comentou sobre as reflexões nos encontros permanecerem ao longo da semana e serem ótimas para pensar a respeito das temáticas.

Na perspectiva de Carolina, notou através do exercício que possui uma rede de apoio bastante efetiva. Relatou que: *“Eu sei que dentre essas pessoas se eu não encontrar uma, vou encontrar outra e no final sempre me sinto acolhida de alguma forma”*. Completou dizendo que procura ter uma troca com sua rede, pois sabe que precisa de apoio em alguns momentos, então se coloca dessa forma para eles. Também ressaltou conseguir diferenciar as relações que a fazem bem ou não, por isso tiveram pessoas que não colocou mesmo tendo algum tipo de vínculo - como sanguíneo. A fala de Carolina sobre o dinamismo das suas relações e pessoas que ela não gostaria de ter em sua vida foi acolhido pela

facilitadora, que pontuou novamente a importância do autoconhecimento para essa compreensão das relações que fazem mal para ela.

Sob a perspectiva das participantes, o encontro foi muito bem avaliado quanto a qualidade, satisfação e expectativas em relação ao conteúdo abordado que foram atendidas. Ainda sobre o conteúdo, as participantes se dividiram em considerarem entre completamente importante ou importante o que foi abordado, para trabalhar o manejo das emoções. Todavia, foram unânimes em considerar o conteúdo dado como completamente importante para o enfrentamento da violência.

As demais avaliações referentes às qualificações dos materiais, condução das facilitadoras e como se sentiram confortáveis para compartilhar algo, se mantiveram entre as avaliações mais positivas para todas (ex: muitíssimo-muito; muito qualificadas-qualificadas).

Destaca-se neste encontro que uma das participantes indicou através da escala de humor (1-5), não ter se sentido muito bem. A mesma participante não apontou nada, através do questionário, que não tivesse gostado no encontro. Do contrário, indicou que gostou dos esclarecimentos a respeito do dinamismo da rede de apoio. A partir da perspectiva da avaliação das facilitadoras, a temática do encontro parece ter sido um conteúdo mais sensível às participantes e identificaram estarem emocionalmente mais vulneráveis, no entanto, se expressaram em seus relatos que pareciam confortáveis para falar a respeito do assunto tratado.

Nesse sentido, todas as facilitadoras consideraram o conteúdo abordado como completamente importante para trabalhar a proposta da intervenção. O relato abaixo de uma das facilitadoras representa tais avaliações:

“A proposta do encontro encaixa de forma ideal em estratégias de enfrentamento, uma vez que refletir sobre a rede de apoio é um incentivo ao autoconhecimento e às práticas de cuidado - saber a quem confiar e pedir ajuda. E com a atividade do mapa, foram gatilhadas as emoções necessárias para a reflexão por parte das participantes, incluindo tristeza, o que faz parte da intervenção. Além disso, queria ressaltar a empatia e qualidade do acolhimento da facilitadora e da mestranda, as quais acolheram de forma admirável as falas das participantes”.

Em outros aspectos, como satisfação, as facilitadoras se dividiram entre satisfeitas (50%) e muito satisfeitas (50%), e em sua maioria (75%) indicaram que o encontro foi totalmente de acordo com suas expectativas. O mesmo número de facilitadoras, apontaram acreditar totalmente que o conhecimento e compreensão das participantes sobre o tema havia aumentado.

Oitavo encontro

O oitavo encontro teve como objetivo sumarizar e consolidar os aprendizados obtidos ao longo da intervenção, além de identificar como as participantes se sentiram e o que pensam sobre a intervenção, e também destacar a importância do suporte social no enfrentamento à violência. Apenas Carolina participou desse encontro. Três tentativas de contato com Maria foram realizadas, entretanto não houve retorno. Diante disso, foi dada continuidade no encontro, seguindo com a verificação de humor de Carolina e posteriormente a sinopse do encontro realizado na semana anterior e apresentação da agenda do dia, que consistia em realizar novas atividades a respeito da visão sobre si mesma, aprendizados do grupo e a avaliação do encontro.

Iniciando a primeira atividade proposta, foi solicitado à participante que revisitasse o mural que havia construído com a visão sobre si mesma - atividade

realizada no primeiro encontro através da plataforma Padlet (<https://pt-br.padlet.com/dashboard>) - mas dessa vez com um novo olhar para o material construído. Foi recomendado à ela que pensasse nas seguintes questões a respeito do mural: 1) Algo mudou?; 2) Como se sente hoje olhando para o que colocou nesse mural?

Ao iniciar a reflexão sobre o mural que havia elaborado, Carolina identificou algumas mudanças que realizaria no mesmo, relatando:

“Eu acho que eu mudaria. Primeiro no que eu faço, eu acho que eu estou um pouco melhor, eu consegui avançar um pouquinho nessa semana também no meu doutorado. Eu ainda me sinto cansada e estressada, mas parece que agora eu estou começando a ver uma luzinha no fim do túnel”.

A participante seguiu comentando sobre as mudanças que faria em seu mural, refletindo sobre os comportamentos que via como autocuidado: *“Na forma como eu me cuido, na reunião sobre autocuidado me fez repensar bastante sobre isso, e o que eu coloquei na verdade não era cuidar, né? Na verdade eu estava me machucando e mascarando, e eu acho que existe muito mais de autocuidado que eu posso fazer e que eu faço. Então eu acho que aí eu mudaria tudo”.* Nesse caso, a participante citou a substituição por atividades como andar de bicicleta, comer chocolate e assistir a filmes.

Em sequência, retratou a influência da atividade realizada sobre a rede de apoio sobre a forma de pensar em como se relaciona: *“Eu acho que essa imagem de empatia eu gostei bastante e faz sentido para mim, mas acho que faltou a parte de acolhimento, que eu me sinto acolhida, sabe? Eu sinto que eu tenho minha rede (de apoio)”* e menciona o encontro anterior: *“O encontro da semana passada foi bem legal por conta disso também, de ver que eu tenho mais gente*

do que eu acho que eu tenho, sabe? Que eu posso contar com as pessoas e que eu não estou sozinha”.

As reflexões de Carolina foram acolhidas e, em seguida, a participante foi direcionada a realizar as mudanças no mural, adicionando ou excluindo imagens e anotações, adaptando melhor à forma como se identifica ao final da intervenção. Ao fim do tempo disponibilizado para a realização das modificações, Carolina apresentou um novo mural, conforme a figura abaixo.

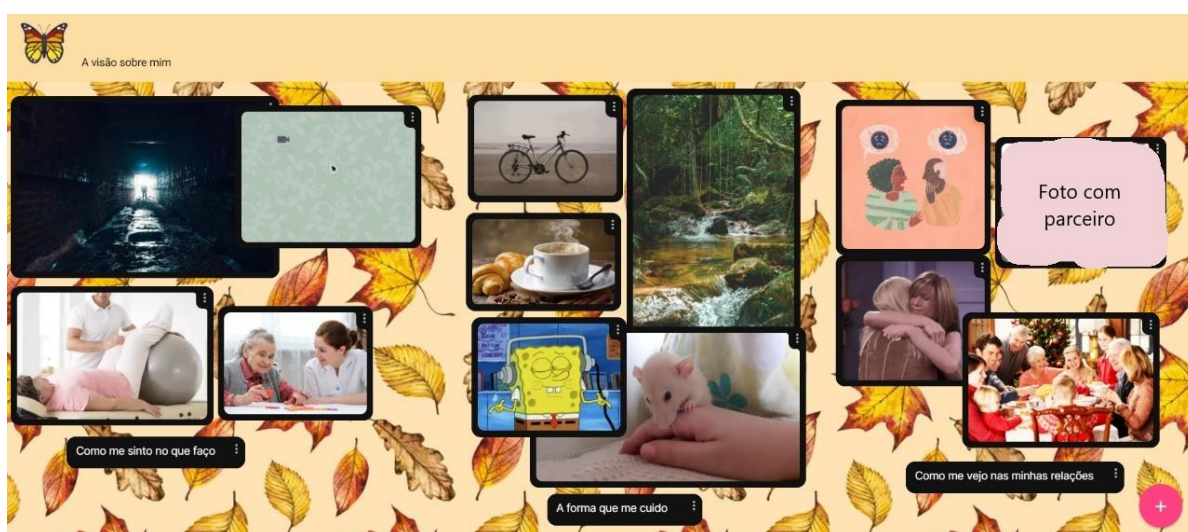


Figura 18. Mural com a visão sobre si mesma após intervenção de Carolina

A participante substituiu algumas imagens e adicionou outras em todos os três aspectos trabalhados, pontuando maior autoconfiança no que faz e um maior autoconhecimento, quando relata *“Eu tenho percebido que eu gosto de outras coisas que eu faço, eu gosto de dar aulas - esse é o motivo na verdade de eu estar indo para o doutorado, né? Para me formar docente, é uma coisa que eu gosto muito.”* mencionando também que gosta muito da profissão em que é formada.

Carolina relatou o momento que mudou sua perspectiva acerca das coisas que fazia: *“Eu percebo que parece que eu não estou mais naquela caixinha de dificuldades que eu estava antes, acho que eu consegui abrir, ver mais*

oportunidades”. Além disso, também apontou maior amadurecimento e liberdade ao descrever sua nova visão sobre mudanças, em que percebe o mundo de maneira dinâmica.

Em seguida, na área sobre “a forma como me cuido”, a participante substituiu suas formas de autocuidado por hábitos que considera mais funcionais. A respeito das suas relações, adicionou figuras que se caracterizam como acolhimento, além de identificar também que gosta de contato físico, o que sente falta devido ao isolamento social - algo que não havia mencionado na primeira construção do mural.

Carolina adicionou uma foto com seu namorado, representando sua relação principal no momento - a primeira pessoa a quem recorre em momentos difíceis. Também trouxe a imagem de uma família reunida ao redor de uma mesa, pois embora tenha alguns problemas com seus familiares, afirmou que no geral gosta muito da companhia deles, de passar tempo e estar junto deles, que a fazem se sentir bem e são pessoas muito importantes para ela.

De maneira geral, a participante comunicou ter observado diferenças entre os murais construídos por ela, em especial a respeito do seu estado de humor, antes caracterizado como desesperançoso e pessimista, e agora consegue ampliar sua visão sobre as possibilidades, mantendo uma perspectiva mais positiva. Carolina relata ao final da atividade que *“As emoções e os momentos difíceis ainda estão aí, mas o que muda é a forma como nós olhamos para eles”*, afirmando que está se permitindo se acolher.

Ao final dessa atividade, foi proposta uma nova ação, agora voltada aos aprendizados obtidos ao longo da intervenção e das dinâmicas do grupo nos últimos meses. Neste, foi solicitado à participante que realizasse um mural

visual, ainda na plataforma Padlet, com suas considerações sobre a intervenção. O resultado do mural construído pode ser observado na figura abaixo.

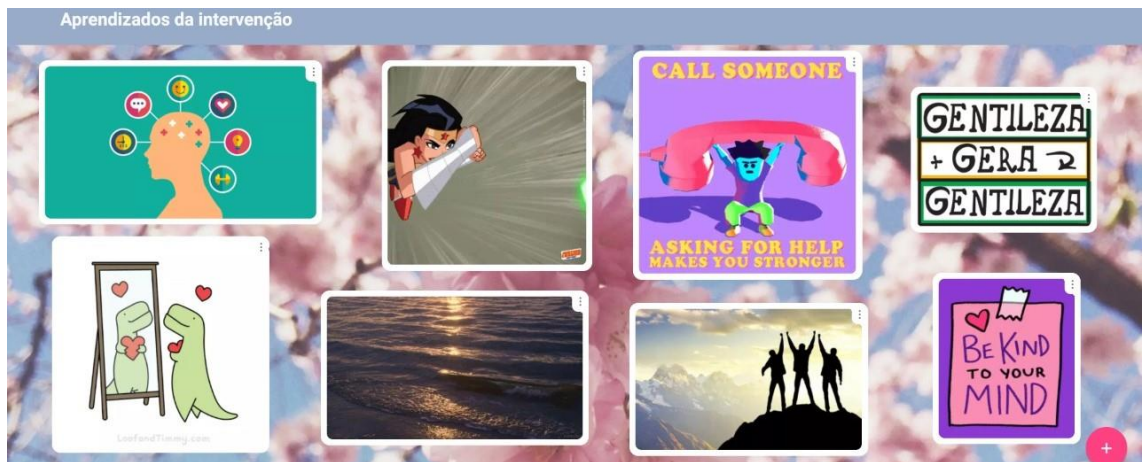


Figura 19. Mural de Carolina com os aprendizados da intervenção

Refletindo sobre os efeitos da intervenção, Carolina relatou que conseguir acessar suas emoções, sejam elas positivas ou não, foi uma forma de aprendizado, ainda que difícil em alguns momentos. Declarou que assim conseguiu encontrar novas estratégias para lidar com o que pensa ou sente e com conflitos de maneira geral. Ademais, a participante afirmou ter observado maior autoconhecimento e autoaceitação para si mesma, e que os encontros promoveram reflexões que a levaram a repensar seus comportamentos e tomadas de decisão.

No que toca à temática da violência, Carolina enfatizou a importância dos primeiros encontros, em que foram trabalhados aspectos acerca da compreensão do fenômeno de violência de gênero no contexto universitário, além de sentir que a compreensão de tal fenômeno a permitiu validar o que sentiu e sente sobre suas vivências.

Declarou também sentimentos de pertencimento ao grupo, apontando a importância dos relatos e interações com Maria ao longo dessa jornada, o que a fez se sentir acolhida por identificar similaridades nas inseguranças e outros fatores relacionados ao fato de ambas terem sido expostas à situações de violência de gênero, além do acolhimento e reflexões por parte das facilitadoras e observadoras, comentando: *“A gente precisou de algum apoio e isso foi muito bom, muito importante, porque às vezes a gente não consegue sair de onde a gente está, ver outro lado sem alguma ajuda”*.

Ao final da apresentação do mural, Carolina reforçou os efeitos positivos da intervenção em grupo, apontando nas imagens representações de autoconhecimento, aprendizados, autoaceitação, resiliência, superação, dinamismo das emoções, a importância de pedir ajuda, empatia e gentileza para com os outros e si mesma. Afirmou ter sido muito importante para si mesma ter participado da pesquisa e ter esse momento para conversar, o que deixava seus dias mais felizes. Disse ter sentido que valeu a pena e que estava triste pelo encerramento, mas que aprendeu muitas coisas ao longo da intervenção.

Ao final do encontro, foram feitos repasses informativos acerca dos questionários que ainda seriam enviados às participantes após a intervenção. Em seguida, as facilitadoras e participantes responderam o formulário de avaliação do encontro.

Na avaliação do encontro, a participante indicou ter se sentido muito satisfeita com o encerramento e apontou também ter se sentido muito bem no decorrer das atividades. Para Carolina, o encontro atendeu às suas expectativas em relação ao conteúdo e foi muito importante para trabalhar o enfrentamento da violência e manejo de emoções, conforme mostra seu relato a seguir:

“Gostei de fazer uma retrospectiva dos encontros no momento de montar a tela e ver que aprendemos e evoluímos bastante no decorrer destas 8 semanas. Tenho certeza que os aprendizados serão importantes para toda a minha vida.”

A participante avaliou de forma muito positiva todos os aspectos que foram analisados quanto ao processo de aplicação da intervenção, em vista de materiais, recursos e atuação das facilitadoras.

Sob a perspectiva das facilitadoras, o encontro foi tido como excelente em relação à qualidade e foi, de modo geral, de acordo com as expectativas de duas das três facilitadoras que estavam presentes. Para elas, a participante estava muitíssimo engajada nos recursos que foram utilizados para as atividades e, também teve o devido apoio no decorrer do encontro.

Dentre os pontos elencados como sendo os que mais gostaram no encontro, as facilitadoras destacaram terem presenciado as mudanças da participante em relação a perspectiva sobre si mesma. Tal como mostram os relatos abaixo:

“A perspectiva da participante a respeito da intervenção e também a forma como o processo de como ela se vê mudou em relação ao início da intervenção.”

“De conseguir identificar a mudança de perspectiva através dos murais (o que foi realizado nos primeiros encontros e os que foram realizados hoje). E essa mudança ser compatível ao objetivo da intervenção - promovendo autoconhecimento, aprendizagem e estratégias de enfrentamento.”

Oitavo encontro com Maria

O último encontro teve a mesma proposta do encontro anterior, com o objetivo de sintetizar e reforçar os aprendizados, com o intuito em especial de realizar com Maria as atividades propostas visto que a mesma não conseguiu

comparecer ao encontro anterior, buscando identificar como a mesma se sentiu ao longo da intervenção e também trazer enfoque para a importância do suporte social em casos de violência de gênero no contexto universitário.

O encontro se iniciou com a verificação de humor de Maria, que relatou estar estressada por diversos motivos, mas que sente que tudo irá se acalmar com o retorno gradual da sua rotina normal. Com isso, foi realizada a sinopse do último encontro que Maria teria participado, lembrando as atividades que foram realizadas e, logo em seguida, foi apresentada a agenda de atividades do dia.

Para dar início à primeira atividade, foi solicitado que Maria retornasse ao seu acesso ao mural na plataforma PadLet (<https://pt-br.padlet.com/dashboard>), para que, desta orna pudéssemos refletir sobre possíveis mudanças de perspectivas sobre as temáticas abordadas no primeiro encontro. Então, antes de realizar modificações no mural construído, Maria observou que algumas coisas estavam diferentes em decorrência do passar natural da vida, de coisas que aconteceram com ela e também devido aos tópicos trabalhados na intervenção. Além disso, relatou também que não mudaria alguns aspectos expressados no mural na parte em como se vê em relação ao que faz, que ainda faziam sentido para a mesma, trazendo conforto e afirmação de quem ela é. Relativo ao autocuidado, Maria disse que conseguiu encontrar novas formas e, segundo ela, mais saudáveis de lidar com situações difíceis além do que havia colocado no quadro no início da intervenção, e que manteria sua relação com a música, que ainda a fazia se conectar com coisas que a despertava bons sentimentos. *“Eu consegui ver algumas outras formas mais saudáveis - vamos colocar assim, né? - de poder lidar com determinadas situações e tal...”*.

Já acerca de como Maria se via nas suas relações, ela afirmou ter mudado muito: se sentia, nesse encontro, muito mais presente e apresentava sensações mais autênticas, conscientes e palpáveis. Maria havia colocado na sua primeira versão do mural um podcast, o qual afirmou ter se distanciado da temática das discussões abordada no mesmo, que agora se via mais preocupada em lidar de maneira prática e ativa com relacionamentos, que é a área em que ela afirmou estar sentindo e expressando mais. Visto isso, foi sugerido a Maria que realizasse então as adaptações no mural de maneira que se identificasse melhor com as representações que apresentaria no mural. Após o tempo disponibilizado para as modificações, o mural foi finalizado como mostra a figura abaixo.

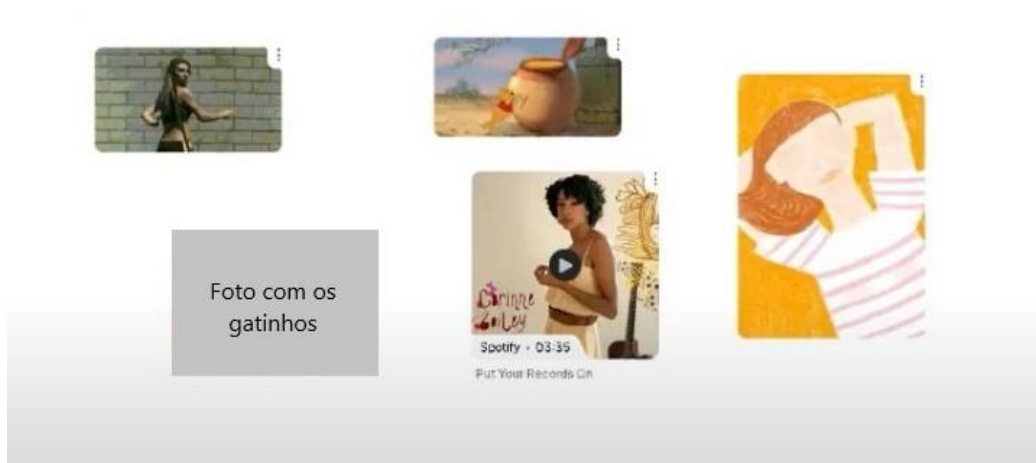


Figura 20. Mural sobre a visão de si mesma de Maria

Maria apontou que substituiu no mural o podcast sobre relacionamentos por um gif de uma mulher em momento de descanso relaxando, dizendo que isso refletiu muito seu momento de paz, de realizar “limpezas” em alguns aspectos da sua vida. Maria demonstrou também estar mais disposta a refletir sobre as coisas, e que a intervenção teria resultado em algumas modificações acerca de sua perspectiva sobre a vida e sobre si mesma. *“Acho que é essa vibe, assim, de um pouco mais de abertura para receber as coisas mesmo que estão acontecendo agora, vamos dizer assim, né?”*; *“Acho que essa transformação*

vai para esse caminho mais do agora, do presente, e de estar mais leve, enfim, me respeitar também, [...] respeitar os meus limites agora”.

Apesar de ter demonstrado engajamento durante a realização da atividade, Maria demonstrou introspecção e um pouco de dificuldade em desenvolver e compartilhar as reflexões que obteve, mostrando-se, dessa forma, mais objetiva e sem dar muitos detalhes, diferentemente do que era percebido em encontros anteriores, além de demonstrar também menor animação e vitalidade em comparação a outros encontros, pautando tal observação no tom de voz mais baixo e contido, com menor expressividade.

Finalizada essa atividade, houve então o direcionamento para a segunda atividade do dia, que trazia como tema principal os aprendizados ao longo da intervenção. Antes de iniciar sua fala sobre a reflexão acerca dos aprendizados, Maria pareceu conversar com alguém próximo a ela - o que poderia ter alguma relação com a inibição mencionada anteriormente. Ao dar início sobre suas considerações, a participante relatou ter tido uma experiência muito positiva e necessária em sua vida. Pontuou sua opinião a respeito das ferramentas e técnicas utilizadas de maneira sagaz, ressaltando a importância da psicoeducação sobre a TCC (Terapia Cognitivo-Comportamental) - o que relatou ter assimilado e espalhado o conhecimento para outras pessoas: *“Eu achei muito “sacada”, muito sagaz as coisas que vocês trouxeram, assim, para ajudar a gente a falar sobre, a lidar, a aprender...”*.

A participante contou também do processo da intervenção, da periodicidade e duração da intervenção, como na fala: *“Foi legal também o período que a gente teve, acho que deu para sentir cada semana passando e a gente tendo que fazer, realmente, progressos assim, né? Se colocar mesmo para*

poder seguir em frente”, declarou ter se sentido segura e acolhida no espaço do grupo.

A partir disso, foi solicitado a Maria que ela criasse um novo mural com representações visuais das suas considerações sobre a intervenção. Maria intitulou seu mural como “Caminho”, fazendo referência ao processo da intervenção (ver figura 21). No mural, Maria trouxe uma música sobre “quando uma mulher sabe seu valor”, o que ela diz refletir um grande aprendizado de se valorizar e ver seu valor durante cada coisa cotidiana. No que se refere à autoestima, Maria relatou ter aprendido e desconstruído suposições sobre quem ela era, o que sente que foi bom. Mencionou sobre a questão do consentimento, que é sempre importante aprender como consentir, como não consentir e também como lidar com construções sociais ao redor desse tema. No mural, também apresentou um gif de conotação feminista, refletindo sobre a união feminina, trocas de experiências e interação entre mulheres também durante a intervenção que a teria ajudado muito na questão da socialização. Por fim, adicionou também um gif com a frase “Just breath”, que a levou a refletir sobre autoconhecimento e também sua conexão com a prática da yoga, que engloba meditação, autorreflexão e autoconhecimento. Importa comentar que nesse momento do encontro Maria se mostrou mais aberta, com maior facilidade em expressar suas ideias.

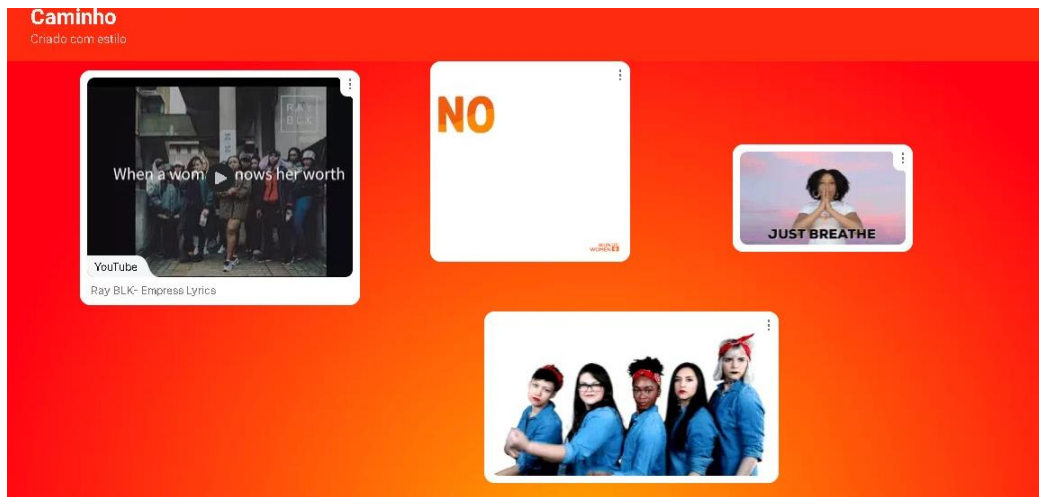


Figura 21. Mural de Maria sobre os aprendizados na intervenção

Finalizando a atividade, Maria declarou ser uma pessoa muito fechada e que sentiu superação de forma voluntária, e julgou a proposta da intervenção muito bonita, e que iria sentir saudade dos encontros.

Após essa atividade, ao ser direcionada para o preenchimento do formulário de avaliação do encontro, Maria desabafou que sente dificuldade em avaliar as coisas, se questionando se tem propriedade e qualificação para avaliar os critérios propostos, como a qualidade dos materiais utilizados na intervenção, por exemplo.

De acordo com a avaliação da participante, a mesma considerou a qualidade do encontro excelente, assinalando ter se sentido satisfeita. Além disso, Maria avaliou que o conteúdo abordado foi importante para trabalhar o enfrentamento de violência e manejo de emoções, assinalando também que os assuntos abordados no encontro foram de acordo com as expectativas de Maria. A participante também avaliou bem os recursos utilizados, além de assinalar como muito qualificados também a condução das facilitadoras. Maria também relatou ter se sentido muitíssimo confortável para compartilhar coisas com as

facilitadoras e também ter recebido muitíssimo apoio ao se envolver nas atividades propostas durante o encontro.

A participante relatou também que gostou muito de falar sobre os feedbacks da intervenção, e não mencionou nada que tenha sido desagradável nesse encontro.

Sob a perspectiva das facilitadoras, o encontro foi unanimemente avaliado como excelente, em que todas assinalaram se sentido muito bem, atendendo totalmente às expectativas de todas as facilitadoras, em que assinalaram que se sentiram muitíssimo confortáveis (50%) e muito confortáveis (50%) em mediar o grupo. Visando os objetivos do encontro, todas as participantes acreditam que o encontro foi totalmente de acordo com o esperado. Todas concordaram também com a grande importância do conteúdo trabalhado no encontro para o enfrentamento de violência e também para o manejo de emoções, assinalando ambas as questões como totalmente importantes.

DISCUSSÃO

A pesquisa tinha por objetivo propor, conduzir e avaliar a viabilidade de realizar uma intervenção psicossocial online para estudantes universitárias vítimas de violência de gênero (VBG), que fora construída a partir de um protocolo que trabalha a *psicoeducação* sobre a violência de gênero, *autoconhecimento/autoestima*, *rede de apoio* e *regulação emocional* como principais estratégias de enfrentamento. Para tanto inicialmente realizou-se uma busca na literatura para investigar intervenções realizadas nas universidades que fossem voltadas às estudantes que haviam sofrido quaisquer tipo de violência (ver estudo 1). Esperava-se que a revisão pudesse auxiliar na escolha dos temas a serem abrangidos pela intervenção, assim como possíveis estratégias e técnicas relevantes para o enfrentamento do fenômeno nesse contexto. No entanto, a busca mostrou a escassez de documentos que falassem a respeito de intervenções do tipo de tratamento, especialmente no que diz respeito aos cuidados com a vítima no intuito de minimizar possíveis consequências das violências (d'Oliveira, 2019).

O estudo de Rolbiecki, Anderson, Teti e Albright (2016) foi o único encontrado, conforme exposto nos resultados do Estudo I. Nele foi apresentado o uso do *Método Photovoice* como intervenção terapêutica com mulheres que sofreram violência sexual na universidade e apresentavam sintomas de TEPT. O *Método Photovoice* consiste em trabalhar um tópico a partir de fotografias de autoria das participantes e da narrativa advinda da compreensão sobre este tópico, a ser compartilhada em grupo pela população alvo da intervenção buscando possíveis soluções a um problema comum (Christensen et al, 2021). A aplicação do método em intervenções voltadas para mulheres vítimas de

violência se mostraram promissoras, pois abre a oportunidade para que elas compartilhem a respeito de suas experiências e enfrentamentos diários. Além disso, proporciona que as mulheres que sofreram VBG avaliem suas cognições e emoções acerca da lida com os episódios de violência e sobre como impactam sua qualidade de vida, bem como recebem suporte social nesse processo (Christensen, 2017; Sinko et al, 2019).

O estudo mencionado também salientou a importância de uma intervenção na modalidade grupal, visto que dentro do âmbito acadêmico poderiam trazer muitos benefícios como, por exemplo, a possibilidade de realizar o acolhimento simultâneo de um maior número de mulheres acometidas por algum incidente de violência no contexto da universidade, pois se utilizando de estratégias de intervenções individuais muitas vezes não se alcança toda a demanda. Além do mencionado, o contexto grupal também permite que as mulheres compartilhem suas experiências e se reconheçam em outros relatos, podendo identificar que é um problema que atinge todas e os sentimentos gerados por ele são validados em um espaço como esse (Kahan et al, 2020; Alvarez et al, 2016). Ademais, as participantes desenvolvem habilidades de si mesma e, também, habilidades interpessoais nesse contexto, além de se fortalecerem para não tolerarem qualquer tipo violência (Alvarez et al, 2016; Matos et al, 2012).

Tendo em vista esses aspectos, o método *Photovoice* foi selecionado para ser utilizado no presente estudo como ferramenta para trabalhar em um formato grupal juntamente com outras técnicas da Terapia Cognitivo-Comportamental e demais estratégias, como a regulação emocional, autoconhecimento/autoestima e rede de apoio, já apontados como elementos importantes para intervenções com

mulheres vítimas de violência (Petersen et al, 2019; Dantas, Zafalon, Pereira & D’Affonseca, 2021).

Além da escolha de um método adequado aos objetivos da proposta, cuidou-se para que as facilitadoras da intervenção desenvolvessem algumas habilidades necessárias como escuta qualificada, suporte e um ambiente que permita o compartilhamento de experiências pessoais das participantes (Matos & Machado, 2011). Para tanto, foi realizado um treinamento de 07 horas para as facilitadoras. O treinamento abrangeu: (1) aspectos teóricos – violência de gênero, TCC e regulação emocional; e (2) cronograma e adaptação das atividades da intervenção. Embora os resultados obtidos tenham indicado uma aceitação das facilitadoras com o treinamento e uma possível contribuição com a prática de cada uma, considera-se importante que em intervenções futuras as facilitadoras também sejam treinadas em algumas outras competências como, por exemplo, no âmbito do conhecimento técnico-científico, saibam sobre os direitos das mulheres, a legislação vigente sobre a problemática no país, assim como também tenham conhecimento sobre os serviços e instituições que oferecem suporte às participantes fora da universidade (Matos & Machado, 2011). A limitada escolha das temáticas se deu por conta de algumas barreiras como o tempo para efetuar o treinamento em vista do início da intervenção e as lacunas que puderam ser observadas somente com a execução do projeto.

Para a escolha das facilitadoras foi considerado um diferencial que tivessem tido experiência com o atendimento a mulheres vítimas de violência ou atividades em grupo. As autoras Matos e Machado (2011) ressaltam como uma competência importante que as facilitadoras tenham essa experiência prévia. Ao se avaliar o conhecimento das facilitadoras antes e após o treinamento sobre a

temática observou-se que uma delas (P1) pontuou ao máximo esse quesito desde o início do treinamento. P1 possuía em seu histórico a experiência com estágio em clínica no atendimento a mulheres que sofreram violência e, também, havia realizado anteriormente a disciplina de atendimento psicológico às vítimas de violência. Da mesma forma a facilitadora P2 também possuía em seu repertório um caminho similar e, ainda assim, considerou que o treinamento foi importante para que tivesse um aumento do seu conhecimento sobre o tema. Enquanto a facilitadora P3 também relatou esse aumento e ainda que não tivesse experiência no atendimento a esta população ou de grupos, também teve contato com a disciplina mencionada.

Em relação a realização da intervenção psicossocial sugerida, verificou-se através do *Questionário de Eventos Estressores* que todas as mulheres da pesquisa haviam vivenciado outros episódios de violência ao longo do ciclo vital. Um histórico de abusos na infância ou de revitimizações ao longo da vida são comumente associados à VBG (Hébert et al, 2021; Krindges & Habigzang, 2018; Miron & Orcutt, 2014; Filipas & Ullman, 2006) sendo as consequências das violências sofridas uma das possíveis explicações para que isso aconteça, visto que elas parecem comprometer a identificação de situações potencialmente abusivas na vida adulta (Krindges, Macedo & Habigzang, 2016).

Essas consequências da exposição a diversas situações de violência ao longo da vida podem se expressar em quadros de transtornos de depressão, ansiedade e até mesmo TEPT (Xu, Zhang, Ding et al, 2022; Helminem et al, 2021; Muñoz-Rivas et al, 2021; Rossiter et al, 2015; Borges & Dell’Aglío, 2008), ademais também repercutem em dificuldades de lidar com seus estados emocionais (Muñoz-Rivas et al, 2021; Krindges & Habigzang, 2018; Zamir e

Lavee, 2015; Zancan & Habizang, 2018). Sobretudo o abuso emocional e a negligência emocional são apontados como preditores robustos para dificuldades em regulação emocional (Cheng & Langevin, 2022; Sætren, Augusti & Hafstad, 2021; Dvir, Ford, Hill et al, 2014), representando um impacto significativo na saúde mental das vítimas.

A questão da revitimização é amplificada quando a vemos em uma perspectiva interseccional entre gênero e raça, pois as vulnerabilidades que muitas mulheres estão expostas em toda sua trajetória também são potencializadas e se entrelaçam a outras desigualdades de gênero, raça e classe (Silveira, Nardi e Spindler, 2014). Destarte, em consonância a isso, a participante Maria, mulher preta, foi a que apresentou maior frequência (85%) de eventos estressores vivenciados antes/depois dos 16 anos, tendo ela respondido afirmativo a questões como sobre ter sido rejeitada, discriminada e desvalorizada durante a sua vida toda. Em paralelo, a participante também apresentou maior número de episódios de violência na universidade, convergindo com os dados de prevalência nesse contexto (Martins, Bandeira, Dias, 2022; Tasqueto et al, 2020). A pesquisa de Montrone e colaboradores (2020), por exemplo, mostrou que dentro da universidade mulheres negras e homossexuais tem a probabilidade entre 75% e 78% de sofrer violência, enquanto para estudantes homens, brancos e heterossexuais a probabilidade cai para entre 11% e 13%.

Quanto aos dados preliminares de eficácia da intervenção proposta e descritos no estudo 2, as pontuações do escore total da *Escala de Dificuldades em Regulação Emocional -EDRE* (adaptada para o português por Coutinho,

Ribeiro, Ferreirinha e Dias, 2010) variaram de 108-113 nas avaliações de pré-teste, apontando maiores dificuldades das participantes em regular suas emoções, o que inclui não aceitarem suas emoções negativas, não conseguirem se envolver em comportamentos dirigidos por objetivos quando experienciam emoções negativas, apresentarem dificuldades em controlar comportamento impulsivo quando experienciam emoções negativas, possuírem acesso limitado a estratégias de regulação emocional percebidas como eficazes, assim como também falta de consciência emocional e falta de clareza emocional. Tal dado parece ir de encontro aos achados relativos à relação entre as violências sofridas e os efeitos clínicos percebidos (Osma et al, 2022; Muñoz-Rivas et al, 2021; Krindges & Habigzang, 2018).

Quanto a isso, esperava-se que a intervenção pudesse promover uma diminuição dessas dificuldades em regular as próprias emoções e aumentasse o manejo de emoções de forma mais adaptativa através da *reavaliação cognitiva*. Ao se avaliar o potencial da intervenção sobre esse aspecto, os resultados da EDRE analisados através do método JT para a significância clínica, indicou que houve uma mudança positiva confiável que pode ser atribuída à intervenção no escore total da escala. O que representa que além dos efeitos da intervenção em possivelmente produzir uma diferença real na vida das estudantes, também mostrou que os procedimentos utilizados foram bem-sucedidos em gerarem efeitos na diminuição das dificuldades em regular as emoções. Corroborando com a informação de que trabalhar a regulação emocional de sobreviventes de violência pode ser muito valioso e crucial para prevenção do desdobramento de outros problemas (Ruork, McLean & Fruzzetti, 2021), visto que negligenciar esse aspecto pode agravar o quadro sintomático das vítimas e ser um fator de

risco para revitimização (Dantas, 2021; Orozco-Vargas, Venebra-Muñoz, Aguilera-Reyes & García-López, 2021).

Com o intuito de investigar as mudanças de estratégias de regulação emocional após a intervenção, foi aplicado o *Questionário de Regulação Emocional-QRE* (Gross e John, 2003 traduzida e adaptada por Vaz e Martins, 2008) antes e após a intervenção. Conforme apresentado na Tabela 6, os dados brutos pré intervenção indicaram que a participante Carolina utilizava igualmente as estratégias de reavaliação cognitiva e de supressão emocional, enquanto Maria utilizava mais frequentemente das estratégias de reavaliação cognitiva em comparação com as de supressão emocional. Apesar das respostas obtidas pelo instrumento ter mostrado que para ambas houve diminuição das estratégias de supressão emocional e ter se mantido ou aumentado as de reavaliação cognitiva, observou-se pela análise do QRE através do método JT que não houve mudanças positivas ou negativas que pudessem ser atribuídas à intervenção, tanto em reavaliação cognitiva quanto em supressão emocional. As participantes já se encontravam dentro da população funcional para ambas as subescalas, o que pode ser explicado pelo fato da regulação ser um processo interno e que a reavaliação cognitiva e supressão emocional são apenas duas das estratégias representativas do que significa gerir as próprias emoções, mas não existem apenas elas, apesar de serem predominantemente examinadas nos estudos sobre o tema (Gross, 1998; John & Gross, 2004). Na literatura é possível encontrar que o “sucesso” em gerir as emoções é chamado de regulação emocional adaptativa, enquanto o “fracasso” intitulam de “desadaptativa” (Gross, 2002). Logo, o repertório de cada indivíduo, assim como as situações traumáticas que passaram, as experiências que já vivenciaram anterior ou

posterior as situações de violência como as daqui estudadas, são fatores que impactam em como e quais estratégias cada um vai utilizar e, por conseguinte, o que talvez defina ser uma regulação adaptativa ou desadaptativa (Orozco-Vargas, Venebra-Muñoz, Aguilera-Reyes & García-López, 2021; Osma, Quilez-Orden, Ferreres-Galán, Meseguer & Ariza, 2022).

No que tange aos diferentes tipos de violência sofridos no contexto universitário, verificou-se que dentre as participantes da pesquisa foram identificadas situações de: assédio sexual, violência física, violência moral, violência psicológica, desqualificação intelectual e stalking em suas vivências, sendo perpetradas por diferentes autores (estudantes e professores; homens e mulheres). Nesse sentido, um estudo sobre a percepção de estudantes universitários acerca da violência, trouxe um dado sobre a ocorrência de violências do tipo sociais e psicológicas ocorrer principalmente contra mulheres, negros e população LGBTQIA+, enquanto a violência institucional ser expressa majoritariamente nas relações entre professores e alunos (Fialla et al, 2022; Kalof, Kimberly, Matheson & Kroska, 2001)

Destaca-se que todas as participantes relataram terem sido vítimas de assédio sexual na universidade, dado consoante com a literatura que indica como sendo um dos tipos de violência mais frequentes dentro da universidade (Gross, Winslett, Roberts & Gohm, 2006; Banyard et al, 2020). O assédio comumente ocorre como uma variedade de atos e comportamentos ofensivos. Muitas vezes os mesmos ocorrem de forma descontraída, semelhante a uma brincadeira, o que pode dificultar o reconhecimento do mesmo, também pode ser caracterizado de maneira verbal, moral, psicológica e sexual (De Sá, Folriani & Rampazo, 2017).

O assédio sexual envolve toda conduta de cunho sexual não desejada e que, mesmo sendo rejeitada, tem continuidade, cercando a liberdade sexual da vítima (Pamplona, 2005).

Um dos primeiros estudos sobre o tema foi realizado por Benson e Thomson em 1982, no qual eles analisaram as experiências de assédio sexual relatadas por 269 alunas da graduação do campus de Berkeley. Os resultados mostraram que 29,7% da amostra relatou ao menos um caso de assédio sexual em algum momento da sua graduação. O avanço de pesquisas na área nos Estados Unidos se deve a obrigatoriedade legal das universidades em prestar contas sobre as políticas de segurança do campus e a respeito da criminalidade na instituição, assim como também exige que sejam realizados relatórios anuais sobre as políticas de conscientização e prevenção de agressão sexual (Maito et al, 2019; Bellini, 2018).

Navarro (2021) realizou uma pesquisa com 11 estudantes de graduação e pós-graduação de uma universidade pública do interior do Estado de São Paulo que tinha como objetivo identificar possíveis consequências e impactos na corporeidade e sexualidade em estudantes que sofreram violência sexual dentro do contexto universitário. A partir do estudo a autora verificou que as estudantes estavam expostas a diversos cenários de violência no contexto universitário e experiências que produziam diferentes níveis de impacto no âmbito físico, psicoemocional, acadêmico, nas relações interpessoais e sexualidade das participantes após a agressão. Nesse sentido, ao longo da intervenção realizada foi possível identificar através dos relatos das participantes as consequências da violência na vida delas. Por exemplo, no presente estudo a participante Carolina relatou em várias ocasiões que sentia medo de sair sozinha e de se abrir para

outras pessoas, algo comum em quem já vivenciou experiências traumáticas e passa a lidar com sentimento de insegurança e falta de confiança nos outros (Navarro, 2021; Echeburúa & Amor, 2019).

As atividades planejadas, em especial a elaboração do mural com a visão sobre si mesma e o método *photovoice*, favoreceram relatos como esse, tornando mais notório os impactos das violências no desempenho acadêmico, na visão sobre si mesmas e nas competências das estudantes, indicando que tais atividades contribuíram para que as participantes acessassem pensamentos e sentimentos relacionados a experiência de violência vivenciada. Atualmente, há um crescimento nas intervenções baseadas em artes, termo comumente encontrado na literatura em inglês como *arts-based-research*, em que são utilizadas diferentes modalidades de artes para divulgar uma pesquisa ou como ferramenta da própria intervenção para gerar conhecimento sobre a temática (Fraser & Sayah, 2011; Hammond, Gifford, Thomas, Rabaa, Thomas & Domecq, 2018).

A utilização da arte em uma intervenção se mostra potencialmente favorável, seja pela variedade de formas que ela pode ser utilizada, como através do teatro, artes visuais, música, contação de histórias, escrita, dança, assim como também pela possibilidade de participação ativa do público-alvo (Boydell et al, 2012; Hammond et al, 2018). Poder refletir sobre experiências difíceis ou traumáticas, expressar sentimentos e pensamentos, comunicar sobre si e produzir efeitos terapêuticos são alguns pontos levantados na literatura como benefícios do uso das artes (Fraser & Sayah, 2011; Morison, Simonds & Stewart, 2021). Sendo assim, o emprego das atividades artísticas pôde auxiliar ao que a intervenção secundariamente pretendia, sobretudo em trabalhar o manejo das

emoções das participantes pelas dificuldades em regular as emoções consequentes das violências sofridas.

No que se refere à viabilidade da intervenção, embora haja escassos dados de prevalência no Brasil a respeito do número de mulheres vítimas de VBG em contexto universitários (Lima & Ceia, 2022), pesquisas realizadas nos EUA e Espanha apontam que cerca de 27-62% das estudantes sofrem algum tipo de violência nesse contexto (Cristoffanini & Hernández, 2021; Chafloque-Céspedes, Vara-Horna, Asencios-Gonzales, 2020; Valls et al, 2016). Ademais, em uma pesquisa realizada na mesma instituição de ensino em que foi oferecido o programa, indica que 36% das participantes sofreram algum tipo de violência (Montrone et al, 2020). Tais dados permite indicar que haveria uma demanda para esse tipo de intervenção proposto, o que não ocorreu no presente estudo.

Contudo, apesar da divulgação em diferentes meios de comunicação (canal oficial da universidade, redes sociais, grupos de *WhatsApp*), 10 participantes indicaram interesse na intervenção, sendo que dessas 4 participaram da entrevista e responderam aos instrumentos pré-intervenção, e apenas duas efetivamente realizaram a intervenção, dado similar ao encontrado na literatura quando avaliada a adesão ao tratamento/intervenção e os problemas quanto a descontinuidade ao longo do processo (Andersson, Olsson, Ringsgard, Bohman et al, 2021)..

Hipotetiza-se que, embora as estudantes vivenciem situações de violência cotidianamente, apenas quando a violência é explícita (violência física, abuso sexual) ou intensa ela o é considerada como grave (Gama & Baldissera, 2022). Além disso, o tempo entre o episódio e a oferta da intervenção pode ter interferido, ou seja, mesmo que tenham consequências decorrentes do episódio

sofrido, as estudantes elaboram estratégias para lidar com a situação e acabam por evitar falar a respeito dessa experiência. Nesse sentido, a modalidade grupal, embora tenha dados na literatura da potência dessa modalidade de intervenção (Alvarez, Davidson, Fleming & Glass, 2016; Matos et al, 2012), pode inibir a participação por medo da exposição.

Outra hipótese refere-se ao número de pessoas que passam por uma situação traumática e que efetivamente desenvolvem sintomas em longo prazo (Karatas, Altinoz & Essizoglu, 2020; Goldstein, Bradley, Ressler & Powers, 2017). Ter uma rede de apoio e algumas habilidades pessoais contribui para a minimização dessas situações (Teche et al, 2017). Ou seja, embora um número considerável de estudantes vivencie essa situação, muitas conseguem desenvolver estratégias de *coping* adaptativos.

Por outro lado, dentre as duas participantes do presente estudo, os resultados mostraram que a intervenção proposta foi bem aceita por elas. As participantes foram assiduamente presentes nos encontros, estando as duas em todos eles, mesmo tendo encontros que foram necessária reposição ou remanejamento dos conteúdos. Nos questionários de satisfação com cada encontro, as pontuações eram sempre as máximas, semelhante ao encontrado no estudo de Osma e colaboradores (2022) que avaliou a viabilidade de um protocolo de intervenção em grupo que tinha por objetivo melhorar a regulação emocional de mulheres vítimas de violência.

Semelhantemente, ao se avaliar o critério de *praticidade* principalmente através de questionários após os encontros, tanto das participantes quanto das facilitadoras, também foram emitidas avaliações muito positivas quanto à

qualidade dos materiais e recursos utilizados em todos os encontros. Apenas uma plataforma online (<https://nearpod.com>) usada em um dos encontros para realização da atividade teve avaliação negativa por parte de uma das participantes, todos os outros foram bem aceitos pelas estudantes e tiveram engajamento. Em análise quanto à aceitabilidade das participantes e praticidade da intervenção é possível considerar a potencialidade do protocolo utilizado, porém questiona-se sua aplicabilidade no contexto universitário e, sobretudo na modalidade online.

A modalidade online proporcionou que não houvesse preocupações ao que se refere à estrutura para realização dos encontros, inacessibilidade geográfica, nem comprometimento da disponibilidade de horário em vista do local (Andersson, Bohman & Nordgren, 2021). Ademais, foi possível flexibilizar quanto ao dia de realização (final de semana) e os recursos utilizados favoreceram uma troca dinâmica entre as participantes (Durgante & Dell’Aglío, 2022). Além disso, uma das participantes trouxe em seu relato como o encontro virtual proporcionou que se sentisse mais confortável para se abrir.

Em contrapartida, dentre as dificuldades encontradas na realização da intervenção nessa modalidade, estão os problemas técnicos como a conexão da rede que poderia oscilar em alguns momentos e os prejuízos das trocas não serem presenciais (Santana, Aragão & Bernardo, 2021). No que tange à oscilação da rede, a possibilidade de ter três facilitadoras contribuiu para que as instruções a respeito do encontro não fossem perdidas caso ocorresse com alguma delas (Durgante & Dell’Aglío, 2022). Em relação às participantes, quando essa situação ocorria era aguardado que se estabilizasse a conexão para

dar prosseguimento ao encontro, no entanto, não foi um problema frequente. Conforme mencionado, a presença de três facilitadoras contribuiu para o registro da pesquisa e condução dos encontros, todavia, questiona-se o quanto da qualidade da intervenção pode ter sido comprometida pela presença de mais facilitadoras do que participantes.

Quanto ao tempo de duração dos encontros, de acordo com o *checklist* das facilitadoras, utilizado para acompanhar o processo da intervenção, seis dos nove encontros realizados passaram do horário (duas horas). Considerando que houveram apenas duas participantes nos encontros, sugere-se que replicações da intervenção aumentem o número de sessões da intervenção e que tenham um número entre 4-6 participantes.

Acredita-se que uma das limitações do estudo seja o alcance da pesquisa. Ainda que a divulgação tenha transitado por diferentes meios de comunicação, por ser um assunto delicado, uma parceria com serviços sociais e de saúde das instituições poderia favorecer o encaminhamento de participantes que demandem de programas como esse. Ainda que com o baixo número de participantes, a modalidade online favoreceu que intervenção fosse realizada com participantes residindo em locais distintos, além de flexibilizar o horário/dia da intervenção. Hipotetiza-se que a baixa procura pela intervenção pode estar relacionado ao formato da intervenção. Apesar das potencialidades de intervenções em grupo, dado o conteúdo sensível da violência, acredita-se que muitas estudantes que inicialmente manifestaram interesse em participar da pesquisa, podem ter se sentido desconfortáveis ou até mesmo envergonhadas em compartilhar suas experiências em grupo, desistindo de participar. Logo, sugere-

se pensar sobre a possibilidade de outros tipos de intervenção para essa população alvo, como, por exemplo, o formato individual.

Ademais, um dos critérios de inclusão do estudo referia-se a participante estarem acompanhamento psicológico. Considerando que os serviços de saúde mental gratuito muitas vezes são escassos, e que muitas estudantes poderiam não ter acesso aos mesmos, tal critério pode ter dificultado a busca pela intervenção. Pesquisas futuras podem rever esse critério.

A falta de compreensão sobre como construir intervenções como essas a estudantes universitárias escancaram um problema prévio ao exposto pelo presente estudo, que seria a lacuna sobre os dados de prevalência no país (Lima & Ceia, 2022). É necessário conhecer sobre o fenômeno dentro das universidades, se aprofundar sobre suas especificidades no contexto nacional e ter dados mais consistentes sobre como a violência de gênero tem se expressado e impactado a vida de estudantes brasileiras para, a partir disso, construir intervenções e até mesmo políticas institucionais que façam sentido ao público, espaço e considerando fenômeno estudado (Souza & Costa, 2022; Almeida & Zanello, 2022).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Intervir junto a mulheres que sofreram violência com a intenção de minimizar as consequências desses eventos em suas vidas pode ser desafiador. O presente estudo pôde apresentar uma proposta voltada a estudantes universitárias com elementos respaldados pela literatura científica. O fortalecimento de mulheres para o enfrentamento das violências sofridas parece ter sido trabalhado com êxito pelas técnicas e estratégias escolhidas para a intervenção, sendo o uso da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) aliado ao trabalho com Regulação Emocional pontos fortes dessa intervenção. De acordo com o explicitado ao longo do estudo, vítimas de violência possuem dificuldades em regular suas emoções fazendo com que a lida com eventos traumáticos muitas vezes permaneça a evocar consistentemente experiências emocionais muito difíceis. Sendo assim, foi discutido a importância de adotar estratégias de regulação emocional com esse público, como, por exemplo, a *reavaliação cognitiva*. Embora a análise estatística do instrumento que avaliava o uso de estratégias como essa antes e após a intervenção não tenha apontado diferenças clinicamente significativas, os relatos das participantes ao longo do processo favoreceu a identificação de como essas habilidades e estratégias reverberaram para as estudantes e os aprendizados que foram sumarizados na seção de Resultados. Tal dado sinaliza a importância da análise quali-quantitativa.

Ademais, o uso da arte também se mostrou potente e enriquecedor, é possível identificar pelos relatos que as ferramentas selecionadas (método *Photovoice*, painel com a visão sobre si mesma, dentre outros) contribuíram para que as participantes pudessem se expressar e compartilhar sobre suas vivências com maior facilidade e conforto. Da mesma forma, trabalhar *autoconhecimento*

e *rede de apoio* como estratégias foi de suma importância para não deixar “pontas soltas” na intervenção, pois são dois pilares que já foram apontados nos estudos de violência de gênero como essenciais para enfrentar as situações vividas.

Olhando para as atividades e recursos escolhidos a intervenção mostrou um potencial que deve ser considerado em pesquisas futuras, no entanto, enquanto um estudo de viabilidade a seção de discussão explicitou as ressalvas ao objetivo primário de avaliar se ela seria viável ou não para a população e contexto pretendido. De antemão a quaisquer fechamentos a respeito disso, é fundamental salientar a relevância de estudos de viabilidade. Eles permitem que se visualize o potencial de intervenções e deem um direcionamento sobre o que vale a pena investir a longo prazo e quais caminhos percorrer para isso, pois através de estudos como esse é possível vislumbrar se teria a demanda para a intervenção, quais seriam os recursos necessários e que caberiam para o que se pretende, em quais pontos precisaria investir mais ou menos para avaliar a eficácia ou efetividade daquela intervenção e assim por diante.

Tendo isso esclarecido, o presente estudo permitiu apontar algumas lacunas em intervenções como essas. A demanda é um fator que chama a atenção, pois ainda que haja a necessidade apontada por estudos que mostram as expectativas dos alunos que as instituições de ensino superior criem mecanismos de enfrentamento e serviços de acolhimento as vítimas (Escritório USP Mulheres, 2018; Bergeron et al, 2019), há de se considerar as implicações e resistências em voluntariamente estar em um contexto grupal e expor acerca de situações que podem ter acontecido há pouco ou muito tempo. Dessa forma, é

importante pensar em como educar a comunidade universitária sobre serviços que tenham esse propósito ou repensar as formas de intervir junto às vítimas.

Em suma, a intervenção da forma em que foi pensada não se mostrou viável e nem é indicada para posterior estudo de eficácia, há limitações que apontam a necessidade de repensar as formas de intervir junto a estudantes que foram vitimizadas no contexto universitário. O que não significa que o protocolo utilizado com elementos da TCC, regulação emocional, autoconhecimento, rede de apoio e, sobretudo, com ferramentas artísticas não possa ser explorado em pesquisas futuras. O acolhimento às estudantes universitárias precisa continuar a ser estudado, as intervenções precisam ser avaliadas quanto a sua viabilidade, eficácia e possível efetividade para que possam ser institucionalizadas e se tenha como referência serviços semelhantes dentro das universidades. Para isso, ainda é necessário que se conheça mais sobre a violência de gênero dentro das universidades brasileiras, por exemplo, através de estudos de prevalência com indicadores sobre os tipos de violência existentes e mais frequentes para se pensar em intervenções mais condizentes com a realidade do país.

REFERÊNCIAS

- Almeida, T. M. C. & Zanello, V. (2022). Visões sobre a violência contra as mulheres nas universidades: uma introdução à problemática no Brasil e na América Latina. In V. Zanello & T. M. C. de Almeida (Orgs.). *Panoramas da Violência contra mulheres nas universidades brasileiras e latino-americanas*. x(1), xvii-xxxii.
- Almeida, T. M. C. (2017). Violência contra mulheres nos espaços universitários. In Stevens, C., Oliveira, S., Zanello, V., Silva, E. & Portela, C. (Orgs.). *Mulheres e violências: Interseccionalidades (15-35)*. Brasília: Technopolitik.
- Alvarez, C. P., Davidson, P. M., Fleming, C., Glass, N. E. (2016). Elements of Effective Interventions for Addressing Intimate Partner Violence in Latina Women: A Systematic Review. *PLoS ONE*, 11(8): e0160518. doi:10.1371/journal.pone.0160518
- American Psychiatric Association (2014). *Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5 (5ª ed.)*. Porto Alegre: Artmed.
- Andersson, G., Olsson, E., Ringsgård, E., Sandgren, T., Viklund, I., Andersson, C., Hesselman, Y., Johansson, R., Nordgren, L. B., & Bohman, B. (2021). Individually tailored Internet-delivered cognitive-behavioral therapy for survivors of intimate partner violence: A randomized controlled pilot trial. *Internet interventions*, 26, 100453. <https://doi.org/10.1016/j.invent.2021.100453>
- Andersson, G., Olsson, E., Ringsgård, E., Sandgren, T., Viklund, I., Andersson, C., Hesselman, Y., Johansson, R., Nordgren, L. B., & Bohman, B. (2021). Individually tailored Internet-delivered cognitive-behavioral therapy for survivors of intimate partner violence: A randomized controlled pilot trial. *Internet interventions*, 26, 100453. <https://doi.org/10.1016/j.invent.2021.100453>
- Aranda, C. T. J., Fines, M. B. & Duette, V. V. (2017). Los estudiantes universitarios ante la violencia de género. *Feminismo/s*, 29, 45-70, DOI: 10.14198/fem.2017.29.02
- Ávila, T. P. (2022). Violência sexual no ambiente universitário: análise a partir da experiência de uma Audiência Pública no Distrito Federal. In V. Zanello & T. M. C. de Almeida (Orgs.). *Panoramas da Violência contra mulheres nas universidades brasileiras e latino-americanas*. x(1), 383-414.

- Bandeira, L. M. (2017). Violência, gênero e poder: múltiplas faces. In Stevens, C., Oliveira, S., Zanello, V., Silva, E. & Portela, C. (Orgs.). *Mulheres e violências: Interseccionalidades* (15-35). Brasília: Technopolitik.
- Banyard, V. L., Demers, J. M., Cohn, E. S., Edwards, K. M., Moynihan, M. M., Walsh, W. A., & Ward, S. K. (2020). Academic Correlates of Unwanted Sexual Contact, Intercourse, Stalking, and Intimate Partner Violence: An Understudied but Important Consequence for College Students. *Journal of Interpersonal Violence*, 35(21–22), 4375–4392. <https://doi.org/10.1177/0886260517715022>
- Barreto, M. (2017). Violencia de género y denuncia pública en la universidad. *Revista mexicana de sociología*, 79(2), 262-286.
- Barroquinho, A. P. D. (2021). Terapeutas em contexto online: o efeito da flexibilidade cognitiva e das dificuldades percebidas na presença terapêutica. [Dissertação de mestrado, Instituto Universitário - ISPA].
- Beck, J. S. (2013). *Terapia Cognitiva-Comportamental: teoria e prática*. 2ª Ed. Porto Alegre. Artmed.
- Bellini, D. (2018). *Violência contra mulheres nas Universidades: contribuições da produção científica para sua superação (Scielo e Web of Science 2016 e 2017)*. [Dissertação de mestrado, Universidade Federal de São Carlos].
- Bellini, D. M. G. & Mello, R. R. (2022). As contribuições científicas para a prevenção e superação da violência de gênero nas universidades. In V. Zanello & T. M. C. de Almeida (Orgs.). *Panoramas da Violência contra mulheres nas universidades brasileiras e latino-americanas*. x(1), 29-57.
- Benson, D. J. & Thomson, G. E. (1982). Sexual harassment on a university campus: The confluence of authority relations, sexual interest and gender stratification. *Social Problems*, 29(3), 236-251.
- Bergeron, M., Goyer, M.-F., Hébert, M., & Ricci, S. (2019). Sexual Violence on University Campuses: Differences and Similarities in the Experiences of Students, Professors and Employees. *Canadian Journal of Higher Education*, 49(3), 88–103. <https://doi.org/10.47678/cjhe.v49i3.188284>

- Bertho, M. A. C. A influência das relações de gênero na divisão de tarefas familiares e na violência entre parceiros íntimos. [Dissertação de mestrado, Universidade Federal de São Carlos]. <https://repositorio.ufscar.br/handle/ufscar/12895>
- Bezerra, M. L. O., Siquara, G. M., & Abreu, J. N. S. (2018). Relação entre os pensamentos ruminativos e índices de ansiedade e depressão em estudantes de psicologia. *Revista Psicologia, Diversidade e Saúde*, 7(2), 235-244. doi: 10.17267/2317-3394rpds.v7i2.1906
- Bird, E. R., Stappenbeck, C. A., Neilson, E. C., Gulati, N. K., George, W. H., Cooper, M. L., & Davis, K. C. (2019). Sexual Victimization and Sex-Related Drinking Motives: How Protective is Emotion Regulation?. *Journal of sex research*, 56(2), 156–165. <https://doi.org/10.1080/00224499.2018.1517206>
- Boira, S., López del Hoyo, Y., Tomás-Aragonés, L., & Gaspar, A. R. (2013). Intervención psicológica en la comunidad en hombres condenados por violencia de género. *Anales de Psicología*, 29(1), 19-28. <https://dx.doi.org/10.6018/analesps.29.1.130631>
- Borges, J. L., & Dell'Aglio, D. D. (2008). Relações entre abuso sexual na infância, transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) e prejuízos cognitivos. *Psicologia em Estudo*, 13(2), 371-379. <https://doi.org/10.1590/S1413-73722008000200020>
- Bush, H. M., Bell, S. C., & Coker, A. L. (2019). Measurement of bystander actions in violence intervention evaluation: Opportunities and Challenges. *Current epidemiology reports*, 6(2), 208–214. <https://doi.org/10.1007/s40471-019-00196-3>
- Carline, A., Gunby, C., & Taylor, S. (2018). Too Drunk to Consent? Exploring the Contestations and Disruptions in Male-Focused Sexual Violence Prevention Interventions. *Social & Legal Studies*, 27(3), 299–322. <https://doi.org/10.1177/0964663917713346>
- Carrillo, V. G., Gruber, R. S., Castillo, I. I. (2016). Estrategias cognitivas de regulación emocional en mujeres en situación de maltrato. *Pedagogía social: revista interuniversitaria*, 28, 115-122.
- Chafloque-Céspedes, R., Vara-Horna, A., Asencios-Gonzales, Z., López-Odar, D., Alvarez-Risco, A., Quipuzco-Chicata, L., Schulze, C. & Sánchez-Villagomez, M. (2020). Academic presenteeism and violence against women in schools of business and engineering in Peruvian universities. *Lecturas de Economía*, 93, 127-153. <https://doi.org/10.17533/udea.le.n93a340726>

- Cheng, P., & Langevin, R. (2022). Unpacking the effects of child maltreatment subtypes on emotional competence in emerging adults. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1037/tra0001322>
- Christensen M. C. (2019). Using Photovoice to Address Gender-Based Violence: A Qualitative Systematic Review. *Trauma, violence & abuse*, 20(4), 484–497. <https://doi.org/10.1177/1524838017717746>
- Christensen, M. C., Caswell, C., Yilmazli Trout, I., & Tose, S. (2021). Engaging photovoice to complement on sexual assault climate research: A literature review, case study, and recommendations. *Journal of community psychology*, 49(6), 1692–1706. <https://doi.org/10.1002/jcop.22622>
- Coker, A. L., Davidov, D., Bush, H. M., & Clear, E. R. (2020). Mentoring Multi-College Bystander Efficacy Evaluation - an Approach to Growing the Next Generation of Gender-Based Interpersonal Violence Intervention and Prevention (VIP) Researchers. *Journal of family violence*, 35(6), 575–587. <https://doi.org/10.1007/s10896-020-00133-9>
- Coutinho, J., Ribeiro, E., Ferreirinha, R., Dias, P. (2010). Versão portuguesa da escala de dificuldades de regulação emocional e sua relação com sintomas psicopatológicos. *Rev Psiq Clín.*, 37(4), 145-51. <https://doi.org/10.1590/S0101-60832010000400001>
- Crespo, M.; Arinero, M.; Soberón, C. (2021). Analysis of Effectiveness of Individual and Group Trauma-Focused Interventions for Female Victims of Intimate Partner Violence. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 18, 1952. <https://doi.org/10.3390/ijerph18041952>
- Cristoffanini, M. T., & Hernández, P. C. (2021). Gender-based violence: Prevalence, sexist imaginaries, and myths among university students. *Apuntes. Revista de Ciencias Sociales*, 48(88). <http://dx.doi.org/10.21678/apuntes.88.1316>
- Cruz, E. F., Almeida, H. B., D'Oliveira, A. F. P., Lima, E. F. A., Lago, C., Machado, A. M. (2018). Don't stay silent: network of female professors against gender violence at University of São Paulo (USP). Special Issue 'Sex and Power in the University'. *Ann Rev Crit Psychol*, 15, 223-45.
- d'Oliveira AF. Invisibilidade e banalização da violência contra as mulheres na universidade: reconhecer para mudar. *Interface (Botucatu)*. 2019; 23: e190650 <https://doi.org/10.1590/Interface.190650>

- Dantas, A. S. (2021). Intervenção baseada em mindfulness e psicoeducação para mulheres com histórico de violência pelo parceiro íntimo. [Dissertação de mestrado, Universidade Federal de São Carlos]. <https://repositorio.ufscar.br/handle/ufscar/16212>
- Dantas, A. S.; Pereira, R.; Zafalon, J. F.; D'Afonseca, S. M. (2021). Psicoeducação sobre violência e mindfulness para mulheres com histórico de violência: um estudo de caso. *Revista brasileira de psicoterapia*, 23, 183-200.
- De Sá, B. S., Folriani, M. D., Rampazo, A. V. (2017). Assédio sexual: O poder do macho a universidade. *Estudos de Administração e Sociedade*, 3(2), 22-31. <https://doi.org/10.22409/eas.v3i2.70>
- Del Prette, Z. A. P. e Del Prette, A. (2008). Significância clínica e mudança confiável na avaliação de intervenções psicológicas. *Psicologia: Teoria e Pesquisa* [online], 24(4), 497-505. <https://doi.org/10.1590/S0102-37722008000400013>
- Durgante, H. B., & Dell'Aglio, D. D. (2022). Adaptação para implementação online de uma intervenção em Psicologia Positiva para a promoção de saúde. *Ciencias Psicológicas*, 16(2), e2250. <https://doi.org/10.22235/cp.v16i2.2250>
- Durgante, H., & Dell'Aglio, D. D. (2018). Critérios metodológicos para a avaliação de programas de intervenção em psicologia. *Avaliação Psicológica*, 17(1), 155-162. <https://dx.doi.org/10.15689/ap.2017.1701.15.13986>
- Dvir, Y., Ford, J. D., Hill, M., & Frazier, J. A. (2014). Childhood maltreatment, emotional dysregulation, and psychiatric comorbidities. *Harvard review of psychiatry*, 22(3), 149–161. <https://doi.org/10.1097/HRP.0000000000000014>
- Echeburúa, E., & Amor, P. J. (2019). Memoria traumática: Estrategias de afrontamiento adaptativas e inadaptables [Traumatic memories: Adaptive and maladaptive coping strategies]. *Terapia Psicológica*, 37(1), 71–80. <https://doi.org/10.4067/S0718-48082019000100071>
- Escritório USP Mulheres. (2018). Relatório Parcial – Interações na USP: primeiros resultados da pesquisa. Disponível em: <http://uspmulheres.usp.br/pesquisa-interacoes-na-usp/>.
- Fenton, R. A., & Mott, H. L. (2018). Evaluation of the Intervention Initiative: A Bystander Intervention Program to Prevent Violence Against Women in

Universities. *Violence and victims*, 33(4), 645–662.
<https://doi.org/10.1891/0886-6708.VV-D-16-00074>

Fialla, M. R. P. M., Larocca, L. M., Chaves, M. M. N., & Lourenço, R. G. (2022). Violence in the perception of young university students. *Acta Paul Enferm*, 35. [10.37689/acta-ape/2022AO012734](https://doi.org/10.37689/acta-ape/2022AO012734)

Filipas, H. H., & Ullman, S. E. (2006). Child sexual abuse, coping responses, self-blame, posttraumatic stress disorder, and adult sexual revictimization. *Journal of interpersonal violence*, 21(5), 652–672.
<https://doi.org/10.1177/0886260506286879>

Flake, T. A., Barros, C., Schraiber, L. B., & Menezes, P. R. (2013). Intimate partner violence among undergraduate students of two universities of the state of Sao Paulo, Brazil. *Revista brasileira de epidemiologia = Brazilian journal of epidemiology*, 16(4), 801–816. <https://doi.org/10.1590/s1415-790x2013000400001>

Bustamante, S. V. F. (2019). Ante las violencias contra universitarias: acción colectiva, estudiantil y feminista. *Nómadas*, (51), 243-255. <https://dx.doi.org/10.30578/nomadas.n51a14>

Fórum Brasileiro de Segurança Pública (2021). Anuário Brasileiro de Segurança Pública. Disponível em: <https://forumseguranca.org.br/wp-content/uploads/2021/02/anuario-2020-final-100221.pdf>

Fórum Brasileiro de Segurança Pública (2022). Anuário Brasileiro de Segurança Pública. Disponível em: <https://forumseguranca.org.br/wp-content/uploads/2022/06/anuario-2022.pdf?v=5>

Fórum Brasileiro de Segurança Pública/Instituto Datafolha (2019). Visível e invisível: A Vitimização de Mulheres no Brasil – 2ª Ed. Disponível em: <https://forumseguranca.org.br/wp-content/uploads/2019/02/relatorio-pesquisa-2019-v6.pdf>

Franklin, C. A., Jin, H. R., Ashworth, L. M. & Viada, J. H. (2016) Sexual Assault Resource Availability on Texas Higher Education Campuses: A Web Site Content Analysis. *Women & Criminal Justice*, 26(5), 354-380. DOI: [10.1080/08974454.2015.1128377J](https://doi.org/10.1080/08974454.2015.1128377J)

- Fraser, K. D., & al Sayah, F. (2011). Arts-based methods in health research: A systematic review of the literature. *Arts & Health: An International Journal of Research, Policy and Practice*, 3(2), 110–145. <https://doi.org/10.1080/17533015.2011.561357>
- Galvão, T. & Andrade Pansani, T. & Harrad, D. (2015). Principais itens para relatar Revisões sistemáticas e Meta-análises: A recomendação PRISMA. *Epidemiol. Serv. Saude.* 24. 10.5123/S1679-49742015000200017. [10.5123/S1679-49742015000200017](https://doi.org/10.5123/S1679-49742015000200017)
- Gama, F., & Baldissera, M. (2022). Violências contra mulheres em universidades brasileiras: escrachos, denúncias e mediações. In V. Zanello & T. M. C. de Almeida (Orgs.). *Panoramas da Violência contra mulheres nas universidades brasileiras e latino-americanas*. 330-332.
- Gamaz, A. B. P., Guillen, F. I. R., Gamas G. P., Cruz, D. H., Martinez, R. V. (2018). Gender Violence in Universities in Southern Mexico. *International Journal of Humanities Social Sciences and Education*, 5(4), 89-101. <http://dx.doi.org/10.20431/2349-0381.0504011>
- Goldstein, B., Bradley, B., Ressler, K. J., & Powers, A. (2017). Associations Between Posttraumatic Stress Disorder, Emotion Dysregulation, and Alcohol Dependence Symptoms Among Inner City Females. *Journal of clinical psychology*, 73(3), 319–330. <https://doi.org/10.1002/jclp.22332>
- Gratz, K.L., Roemer, L. (2004). Multidimensional Assessment of Emotion Regulation and Dysregulation: Development, Factor Structure, and Initial Validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment* 26, 41–54. <https://doi.org/10.1023/B:JOBA.0000007455.08539.94>
- Gross J. J. (2002). Emotion regulation: affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39(3), 281–291. <https://doi.org/10.1017/s0048577201393198>
- Gross, A. M., Winslett, A. Roberts, M. & Gohm, C. L. (2006). An examination of sexual violence against college women. *Violence Against Women*, 12(3), 288-300. <https://doi.org/10.1177/10778012052773>
- Gross, J. J. (1998). The Emerging Field of Emotion Regulation: An Integrative Review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271–299. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271>

- Hameed, M., O'Doherty, L., Gilchrist, G., Tirado-Muñoz, J., Taft, A., Chondros, P., Feder, G., Tan, M., & Hegarty, K. (2020). Psychological therapies for women who experience intimate partner violence. *The Cochrane database of systematic reviews*, 7(7), CD013017. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD013017.pub2>
- Hébert, M., Lapierre, A., MacIntosh, H. B., & Ménard, A. D. (2021). A Review of Mediators in the Association between Child Sexual Abuse and Revictimization in Romantic Relationships. *Journal of child sexual abuse*, 30(4), 385–406. <https://doi.org/10.1080/10538712.2020.1801936>
- Helminen, E. C., Scheer, J. R., Edwards, K. M., & Felver, J. C. (2022). Adverse childhood experiences exacerbate the association between day-to-day discrimination and mental health symptomatology in undergraduate students. *Journal of affective disorders*, 297, 338–347. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.10.058>
- Hoxmeier, J. C., O'Connor, J. & McMahon, S. (2018). Readiness to Help: How Students' Sexual Assault Awareness, Responsibility, and Action Correlate with Bystander Intervention Behavior. *Violence and Gender*, 233-240. <http://doi.org/10.1089/vio.2017.0054>
- IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. (2021). Estatísticas de gênero: indicadores sociais das mulheres no Brasil. Rio de Janeiro.
- John, O. P., & Gross, J. J. (2004). Healthy and unhealthy emotion regulation: personality processes, individual differences, and life span development. *Journal of personality*, 72(6), 1301–1333. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2004.00298.x>
- Kahan, D., Lamanna, D., Rajakulendran, T., Noble, A., & Stergiopoulos, V. (2020). Implementing a trauma-informed intervention for homeless female survivors of gender-based violence: Lessons learned in a large Canadian urban centre. *Health & social care in the community*, 28(3), 823–832. <https://doi.org/10.1111/hsc.12913>
- Kalof, L., Kimberly, K. E., Matheson, J. L. & Kroska, R. J. (2001). The influence of race and gender on students self-reports of sexual harassment by college professor. *Gender and Society*, 15(2), 282-302. <https://doi.org/10.1177/089124301015002007>
- Karataş, R. D., Altınöz, A. E., & Eşsizozğlu, A. (2020). Post-traumatic stress disorder and related factors among female victims of sexual assault required to attend a

University Hospital in Turkey: A cross-sectional cohort study. *Criminal behaviour and mental health* : *CBMH*, 30(2-3), 79–94. <https://doi.org/10.1002/cbm.2145>

Kaufman, M. R., Williams, A. M., Grilo, G., Marea, C. X., Fentaye, F. W., Gebretsadik, L. A., & Yedenekal, S. A. (2019). "We are responsible for the violence, and prevention is up to us": a qualitative study of perceived risk factors for gender-based violence among Ethiopian university students. *BMC women's health*, 19(1), 131. <https://doi.org/10.1186/s12905-019-0824-0>

Krindges, C. A., & Habigzang, L. F. (2018). Regulação emocional, satisfação sexual e comportamento sexual de risco em mulheres vítimas de abuso sexual na infância. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 35(3), 321-332. <http://dx.doi.org/10.1590/1982-02752018000300010>

Krindges, C. A., Macedo, D. M., & Habigzang, L. F. (2016). Abuso sexual na infância e suas repercussões na satisfação sexual na idade adulta de mulheres vítimas. *Contextos Clínicos*, 9(1), 60-71. <https://dx.doi.org/10.4013/ctc.2016.91.05>

Leahy, R. L., Tirch, D., Napolitano, L. A. (2013). Regulação emocional em psicoterapia: um guia para o terapeuta cognitivo-comportamental. Porto Alegre: Artmed.

Lima, M. M. C., & Ceia, E. M. (2022). Violência de gênero nas universidades: um panorama internacional do problema. In V. Zanello & T. M. C. de Almeida (Orgs.). *Panoramas da Violência contra mulheres nas universidades brasileiras e latino-americanas*. x(1), 3-18

Linhares, Y., & Laurenti, C. (2018). Uma análise de relatos verbais de alunas sobre situações de assédio sexual no contexto universitário. *Perspectivas em Análise do Comportamento*, 9(2), 234-247. <https://doi.org/10.18761/PAC.2018.n2.08>

Loayza-Maturrano, E. F., Vásquez, S. M., Cruz, H. N. Análisis de la violencia de género en la universidad. Propuesta de intervención cualitativa. *Ágora Rev. Cient.* 2021; 08(01):42-51. DOI: <https://doi.org/10.21679/arc.v8i1.206>

Maito, D. C., Panúncio-Pinto, M. P., Severi, F. C., Vieira, E. M. (2019). Construção de diretrizes para orientar ações institucionais em casos de violência de gênero na universidade. *Interface (Botucatu)*, 23: e180653 <https://doi.org/10.1590/Interface.180653>

- Manon, B., Goyer, M., Hébert, M. & Ricci, S. (2019). Sexual Violence on University Campuses: Differences and Similarities in the Experiences of Students, Professors and Employees. *Canadian Journal of Higher Education*, 49, 88-103.
- Marin, J. C., Araujo, D. C. S., & Neto, J. E. (2008). O trote em uma faculdade de medicina; uma análise de seus excessos e influências socioeconômicas. *Rev. bras. educ. med.*, 32(4), 474-481. <https://doi.org/10.1590/S0100-55022008000400010>
- Martins, A. P. A., Bandeira, L. M., Dias, F. M. (2022). Equidade de gênero na educação superior: retratos de violências contra estudantes no contexto de políticas institucionais. In V. Zanello & T. M. C. de Almeida (Orgs.). *Panoramas da Violência contra mulheres nas universidades brasileiras e latino-americanas*. 359-382.
- Matos, M., & Machado, A. (2011). *Violência Doméstica: Intervenção em Grupo com mulheres vítimas*. Porto: Comissão para a Cidadania e Igualdade de Género.
- Matos, M., Machado, A., Santos, A., & Machado, C. (2012). Intervenção em grupo com vítimas de violência doméstica: Uma revisão da sua eficácia. *Análise Psicológica*, 30(1-2), 79-91.
- Michetti, M., & Mettenheim, S. L. V. (2019). Gênero e violência simbólica em eventos esportivos universitários paulistas. *Cadernos Pagu*, (56), e195623. Epub November 14, <https://doi.org/10.1590/18094449201900560023>
- Miron, L. R., & Orcutt, H. K. (2014). Pathways from childhood abuse to prospective revictimization: depression, sex to reduce negative affect, and forecasted sexual behavior. *Child abuse & neglect*, 38(11), 1848–1859. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2014.10.004>
- Montrone, A. V. G., Fabbro, M. R. C., Dias, T. C. M., Fusaria, L. M. & Moreira, D. B. (2020). Violência de gênero numa universidade pública brasileira: saindo da invisibilidade. *Gênero*, 21(1), 6-23. <https://doi.org/10.22409/rg.v21i1.46596>
- Morison, L., Simonds, L., & Stewart, S. F. (2021). Effectiveness of creative arts-based interventions for treating children and adolescents exposed to traumatic events: a systematic review of the quantitative evidence and meta-analysis. *Arts & health*, 1–26. <https://doi.org/10.1080/17533015.2021.2009529>

- Muñoz-Rivas, M., Bellot, A., Montorio, I., Ronzón-Tirado, R., & Redondo, N. (2021). Profiles of Emotion Regulation and Post-Traumatic Stress Severity among Female Victims of Intimate Partner Violence. *International journal of environmental research and public health*, 18(13), 6865. <https://doi.org/10.3390/ijerph18136865>
- Nardi, H. C. et al. (2013). O “armário” da universidade: o silêncio institucional e a violência, entre a espetacularização e a vivência cotidiana dos preconceitos sexuais e de gênero. *Revista Teoria & Sociedade*, 12(2).
- Navarro, G. A. P. (2021). Cartografia do corpo em estudantes universitárias vítimas de violência sexual. [Dissertação de mestrado, Universidade Federal de São Carlos].
- OMS – Organização Mundial da Saúde. (2021). Violência contra a mulher. Retirado de: <https://who.canto.global/pdfviewer/viewer/viewer.html?share=share%2Calbum%2CKDE1H&column=document&id=oj2aq2e9id3snds1lh151n8a4s&suffix=doc&print=1>
- Orozco-Vargas, A.E., Venebra-Muñoz, A., Aguilera-Reyes, U. et al. (2021). The mediating role of emotion regulation strategies in the relationship between family of origin violence and intimate partner violence. *Psicol. Refl. Crít.*, 34(23). <https://doi.org/10.1186/s41155-021-00187-8>
- Osma, J. & Quilez-Orden, A. & Ferreres-Galán, V. & Meseguer, M. & Ariza, S. (2022). Feasibility and clinical usefulness of the Unified Protocol in women survivors of violence. *Journal of Child and Family Studies*. 10.1007/s10826-022-02226-z
- Palmer, J. E. & Perrotti, C. (2016) Measuring Self-Reported Sexual Victimization Experiences at One University: A Comparison of Methods. *Journal of Student Affairs Research and Practice*, 53(4), 403-415. DOI: [10.1080/19496591.2016.1202119](https://doi.org/10.1080/19496591.2016.1202119)
- Pamplona, R. M. V. F. (2005). O assédio sexual na relação de emprego. Tese (Doutorado em Direito) - Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, São Paulo, 2005.
- Pesquisa Instituto Avon/Data Popular. (2015). Violência contra a mulher no âmbito universitário. FSB Comunicação. Disponível em:

<http://agenciapatriciagalvao.org.br/wp-content/uploads/2015/12/Pesquisa-Instituto-Avon_V9_FINAL_Bx.pdf> .

- Petersen, M. G. F., Zamora, J. C., Fermann, I. L., Crestani, P. L., & Habigzang, L. F. (2019). Psicoterapia cognitivo-comportamental para mulheres em situação de violência doméstica: revisão sistemática. *Psicologia Clínica*, 31(1), 145-165. <https://dx.doi.org/10.33208/PC1980-5438v0031n01A07>
- Pontes, L. B., Dionísio, M. B. R., Bertho, M. A., Gama, V., & D’Affonseca, S. M. (2021). Redes de Apoio à Mulher em Situação de Violência durante a Pandemia de Covid-19. *Revista Psicologia E Saúde*, 13(3), 187–201. <https://doi.org/10.20435/pssa.v13i3.1413>
- Rabelo, L. Z. (2006). Situações adversas como possíveis causas da Fibromialgia. Monografia para conclusão do bacharelado do Curso de Graduação em Psicologia. Universidade Federal de São Carlos. São Carlos, SP.
- Reid, A., & Dundes, L. (2017). Bystander Programs: Accommodating or Derailing Sexism?. *Behavioral sciences (Basel, Switzerland)*, 7(4), 65. <https://doi.org/10.3390/bs7040065>
- Rolbiecki, A., Anderson, K., Teti, M. & Albright, D. (2016). "Waiting for the Cold to End": Using Photovoice as a Narrative Intervention for Survivors of Sexual Assault. *Traumatology*, 22, 10.1037/trm0000087.
- Roso, A., de Souza, J., Pacheco, M., & dos Santos, C. (2020). Trotes na universidade e violências: uma revisão integrativa. *Psicologia Argumento*, 39(103), 25-55. doi:<http://dx.doi.org/10.7213/psicolargum.39.103.A002>
- Rossiter, A., Byrne, F., Wota, A. P., Nisar, Z., Ofuafor, T., Murray, I., Byrne, C., & Hallahan, B. (2015). Childhood trauma levels in individuals attending adult mental health services: An evaluation of clinical records and structured measurement of childhood trauma. *Child abuse & neglect*, 44, 36–45. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2015.01.001>
- Ruork, A. K., McLean, C. L., & Fruzzetti, A. E. (2022). It Happened Matters More Than What Happened: Associations Between Intimate Partner Violence Abuse Type, Emotion Regulation, and Post-Traumatic Stress Symptoms. *Violence Against Women*, 28(5), 1158–1170. <https://doi.org/10.1177/10778012211013895>

- Sætren, S. S., Augusti, E. M., & Hafstad, G. S. (2021). Affective inhibitory control and risk for internalizing problems in adolescents exposed to child maltreatment: A population-based study. *Journal of abnormal psychology, 130*(2), 113–125. <https://doi.org/10.1037/abn0000582>
- Saewyc, E. M., Brown, D., Plane, M., Mundt, M. P., Zakletskaia, L., Wiegel, J., & Fleming, M. F. (2009). Gender differences in violence exposure among university students attending campus health clinics in the United States and Canada. *The Journal of adolescent health : official publication of the Society for Adolescent Medicine, 45*(6), 587–594. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2009.03.024>
- Salazar, L. F., Vivolo-Kantor, A., Hardin, J., & Berkowitz, A. (2014). A web-based sexual violence bystander intervention for male college students: randomized controlled trial. *Journal of medical Internet research, 16*(9), e203. <https://doi.org/10.2196/jmir.3426>
- Saldanha, M. (2020). Contribuições acadêmicas ao enfrentamento da violência sexual nas universidades brasileiras. *Revista Brasileira De Sexualidade Humana, 26*(2). <https://doi.org/10.35919/rbsh.v26i2.138>
- Santana, R. S., Aragão, L. I. S., & Bernardo, K. J. C. (2021). Intervenção psicossocial online com idosos no contexto da pandemia da covid-19: um relato de experiência. *Boletim de conjuntura (BOCA), 6*(16), 69–82. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4699155>
- Silva, R. de S. E., & Paes, A. T. (2012). Teste de concordância Kappa. *Educação Continuada em Saúde Einstein, 10*(4), 165-166.
- Silveira, R. S., Nardi, H. C. & Spindler, G. (2014). Articulações entre gênero e raça/cor em situações de violência de gênero. *Psicologia & Sociedade* [online], 26(2), 323-334. <https://doi.org/10.1590/S0102-71822014000200009>.
- Sinko, L. & Munro-Kramer, M. & Conley, T. & Burns, C. & Saint Arnault, D. (2019). Healing is not linear: Using photography to describe the day-to-day healing journeys of undergraduate women survivors of sexual violence. *Journal of Community Psychology, 48*. 10.1002/jcop.22280. <https://doi.org/10.1002/jcop.22280>
- Sinko, L., Munro-Kramer, M., Conley, T., & Saint Arnault, D. (2021). Internalized messages: The role of sexual violence normalization on meaning-making after

campus sexual violence. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 30(5), 565–585. <https://doi.org/10.1080/10926771.2020.1796872>

Sis Çelik, A., & Aydın, A. (2019). The effect of a course on violence against women on the attitudes of student midwives and nurses towards domestic violence against women, their occupational roles in addressing violence, and their abilities to recognize the signs of violence. *Perspectives in psychiatric care*, 55(2), 210–217. <https://doi.org/10.1111/ppc.12333>

Souza, T. M. C. & Costa, C. L. (2022). Políticas na academia para o enfrentamento às violências de gênero: sobre potências e manutenção de opressões. In V. Zanello & T. M. C. de Almeida (Orgs.). *Panoramas da Violência contra mulheres nas universidades brasileiras e latino-americanas*. x(1), 506.

Stevens, C., Oliveira, S., Zanello, V., Silva, E. and Portela, C. (2017). *Mulheres e violências: interseccionalidades*. 1ª ed. Brasília: Technopolitik, pp.384-412.

Tasqueto, T., Honnef, F., Arboit, J., Ferreira, T., Cardoso, C., & de Mello, S. M. (2022). Violência de gênero em mulheres estudantes universitárias: evidências sobre a prevalência e sobre os fatores associados. *Acta Colombiana de Psicología*, 25(1), 105-120. <https://www.doi.org/10.14718/ACP.2022.25.1.8>

Tavares, A. C. C., & Nery, I. S. (2016). As repercussões da violência de gênero nas trajetórias educacionais de mulheres. *Revista Katálysis*, 19(2), 241-250. <https://doi.org/10.1590/1414-49802016.00200009>

Teche, S.P., Barros, A.J., Rosa, R.G., Guimarães, L.P., Cordini, K.L., Goi, J.D., et al. (2017). Association between resilience and posttraumatic stress disorder among Brazilian victims of urban violence: a cross-sectional case-control study. *Trends Psychiatry Psychother*, 39, 116-23. [10.1590/2237-6089-2016-0070](https://doi.org/10.1590/2237-6089-2016-0070)

Trabold, N., McMahon, J., Alsobrooks, S., Whitney, S., & Mittal, M. (2020). A Systematic Review of Intimate Partner Violence Interventions: State of the Field and Implications for Practitioners. *Trauma, violence & abuse*, 21(2), 311–325. <https://doi.org/10.1177/1524838018767934>

UN Women. (2018). Guidance note on campus violence prevention and response. Disponível em: <https://www.unwomen.org/en/digital-library/publications/2019/02/guidance-note-on-campus-violence-prevention-and-response>

- Vaca Ferrer, R. & García, R. & Valero, L. (2020). Efficacy of a group intervention program with women victims of gender violence in the framework of contextual therapies. *Anales de Psicología*, 36, 189-199. 10.6018/analesps.36.2.396901.
- Valls, R. (2008). *Violencia de Género en las Universidades Españolas*. Plan Nacional Madrid: Instituto de la Mujer. Ministerio de Igualdad.
- Valls, Rosa et al. (2016). Breaking the Silence at Spanish Universities: Findings From the First Study of Violence Against Women on Campuses in Spain. *Violence Against Women*, 22(13), pp. 1519 – 1539.
- Van Houdenhove, B., Neerinckx, E., Lysens, R., Vertommen, H., Van Houdenhove, L., Onghena, P., Westhovens, R., & D’Hooghe, M.B. (2001). Victimization in Chronic Fatigue Syndrome and Fibromyalgia in Tertiary Care (A Controlled Study in Prevalence and Characteristics). *Psychosomatics*, 42 (1), 21-28.
- Vaz, F. J. da S. (2009). Diferenciação e Regulação Emocional na Idade Adulta: Tradução e Validação de Dois Instrumentos de Avaliação para a População Portuguesa. [Tese de Mestrado, Universidade do Minho]. <https://core.ac.uk/download/pdf/55610587.pdf>
- Wenzel, A. (2018). *Inovações em Terapia Cognitivo-Comportamental*. Porto Alegre: Artmed.
- Xu, Z., Zhang, D., Ding, H., Zheng, X., Lee, R. C., Yang, Z., Mo, P. K., Lee, E. K., & Wong, S. Y. (2022). Association of positive and adverse childhood experiences with risky behaviours and mental health indicators among Chinese university students in Hong Kong: an exploratory study. *European journal of psychotraumatology*, 13(1), 2065429. <https://doi.org/10.1080/20008198.2022.2065429>
- Yule, K., & Grych, J. (2020). College Students’ Perceptions of Barriers to Bystander Intervention. *Journal of Interpersonal Violence*, 35(15–16), 2971–2992. <https://doi.org/10.1177/0886260517706764>
- Yule, K., Hoxmeier, J. C., Petranu, K., & Grych, J. (2022). The Chivalrous Bystander: The Role of Gender-Based Beliefs and Empathy on Bystander Behavior and Perceived Barriers to Intervention. *Journal of Interpersonal Violence*, 37(1–2), 863–888. <https://doi.org/10.1177/0886260520916277>

Zamir, O., & Lavee, Y. (2015). Emotional awareness and breaking the cycle of revictimization. *Journal of Family Violence*, 30(6), 675–684. <https://doi.org/10.1007/s10896-015-9711-0>

Zancan, N., Habigzang, L. F. Regulação Emocional, Sintomas de Ansiedade e Depressão em Mulheres com Histórico de Violência Conjugal. *Psico-USF*, Bragança Paulista, 23(2), 253-265.

Zotareli, V., Faúndes, A., Osis, M. J. D., Duarte, G. A., & Sousa, M. H. de. (2012). Gender and sexual violence among students at a brazilian university. *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil*, 12(1), 37-46.

Zuo, X., Lou, C., Gao, E., Lian, Q., & Shah, I. H. (2018). Gender role attitudes, awareness and experiences of non-consensual sex among university students in Shanghai, China. *Reproductive health*, 15(1), 49. <https://doi.org/10.1186/s12978-018-0491-x>