

## O CORPO NA MULHER VÍTIMA DE VIOLÊNCIA DOMÉSTICA

### *The body of female victims of domestic violence*

**Joana Machorrinho**  
jmachorrinho@gmail.com

**Guida Veiga**  
gveiga@uevora.pt

**Graça Santos**  
mgss@uevora.pt

**José Marmeleira**  
jmarmel@uevora.pt

*Universidade de Évora - Portugal*

*Recibido: 28-02-2019*

*Aceptado: 08-05-2019*

#### **Resumo**

A violência doméstica contra as mulheres é uma realidade demasiado presente na sociedade contemporânea, sabendo-se muito pouco sobre todo o processo e, sobretudo, sobre as vítimas. É uma problemática de particular complexidade, por contar com múltiplos intervenientes, mas também pelas diferentes perspetivas teóricas que se podem adotar na sua compreensão. Neste artigo, fazemos uma revisão sobre a fenomenologia do corpo da mulher vítima de violência, considerando o corpo físico e psíquico, discutindo os processos de *embodiment* da violência e do trauma. Tentamos compreender como o corpo se coloca numa situação de agressão, e de que forma isso compromete o comportamento e a saúde da vítima, ou como podemos fazer do corpo uma ferramenta de empoderamento da mulher agredida.

**Palavras-chave:** Violência doméstica, corpo, *embodiment*, *body-ownership*, mulher, fenomenologia, empoderamento.

#### **Abstract**

Domestic violence against women is a major reality in our present society, although our scarce knowledge about all the process and, mostly, about the victims. It is quite a complex issue, because of its many characters, but also because there are a range of different theoretical perspectives for its comprehension. In this paper, we reviewed knowledge about phenomenology of the body, particularly the body of female victims of violence, taking in account the physical and psychic body, discussing the *embodiment* of violence and trauma. We try to understand how the body behaves in an aggressive situation, and how it compromises the battered woman behavior and health, or even how we can make from the body an empowerment resource.

**Keywords:** Domestic violence, body, *embodiment*, *body-ownership*, woman, phenomenology, empowerment.

## 1. Introdução

A temática da violência contra as mulheres exige de nós um cuidado especial em delimitar a perspectiva que tomamos, não só por existirem diferentes correntes teóricas que se debruçam sobre o seu estudo, mas também pelos seus múltiplos intervenientes, meios de ação e impulsionadores, que devem ser tidos em conta e que fazem deste um tema cheio de complexidade. Neste artigo em particular, abordamos o tema da violência doméstica contra a mulher, partindo do corpo desta como objeto de estudo, e seguindo uma abordagem fenomenológica do mesmo.

Neste trabalho discutimos os processos de *embodiment* da mulher vítima de violência doméstica, considerando as correntes teóricas de Merleau-Ponty, Didier Anzieu e Shaun Gallagher, explorando posteriormente as noções de marcadores somáticos de António Damásio, e de *body ownership* e *body agency* particularmente investigadas por Tsakiris e Yohsai Ataria no contexto do trauma. Na nossa perspectiva, a discussão destes conceitos poderá ajudar a compreender os fenómenos corporais vividos pela mulher violentada (e.g., adormecimento do corpo, objetificação do corpo) e, conseqüentemente, a definir novas abordagens terapêuticas e educativas no âmbito do empoderamento das vítimas e da desconstrução holística do ciclo da violência.

## 2. O corpo fenomenológico

Contrariamente à teoria cartesiana que fazia crer uma divisão concreta entre o corpo e a mente, o filósofo Espinosa sugeriu uma perspectiva unificadora, segundo a qual todos os acontecimentos corporais são também mentais e todos os acontecimentos mentais são também corporais, quer na saúde, quer na doença (Damásio, 2009). Os campos da psicossomática e das terapias de integração mente-corpo não deixam espaço para dúvidas sobre a interdependência entre os acontecimentos corporais e mentais, colocando de parte a ideia de uma hierarquia entre eles, ou superioridade de uns em detrimento de outros. O conhecimento atual permite-nos acrescentar ainda, que o corpo é mais do que um mero mediador da identidade e da existência, sendo ele próprio criador de movimento e ação, e de expressão do mundo interno na realidade externa. O corpo recebe e processa o exterior, o interior e os afetos, nos seus esquemas internos que estão em constante construção desde o nascimento até à morte. Essa constante construção é possível porque temos a capacidade de aprender: a neuroplasticidade permite que aprendamos continuamente novos saberes e fazeres, enquanto o corpo assimila novas formas de se mover, de se sentir, e de se fazer expressar nas diferentes fases da vida de cada um de nós. No entanto, o tempo (cronológico) é apenas um dos fatores que influencia a construção do nosso corpo, que tem por base a sua funcionalidade e o seu significado. Poderíamos abordar muitos outros fatores (e.g. doenças mentais e físicas, contexto

familiar, social e cultural), mas debruçar-nos-emos sobre a bidirecionalidade entre o Eu e o Outro, sobre o papel de cada um na construção (e destruição) do corpo, como resultado de sermos seres relacionais, ou seja, de o nosso corpo e manter em relação com o mundo.

A fenomenologia parte exatamente disso: a pessoa, o seu corpo, é agente e agido, e entra em interações bidirecionais com o mundo, com os outros, mas também com os seus próprios afetos e sensações internas, criando significados mais ou menos implícitos. Esta perspectiva inclui também a noção de que é através dos nossos sentidos que percebemos o mundo, fazendo com que o corpo seja, simultaneamente, recetor e ator no envolvimento, mas também mediador entre a receção/perceção e ação da pessoa nesse mesmo mundo. Começa por ser mais fácil pensar nestas dinâmicas através de imagens, de objetos, de cheiros, de sons..., mas o desafio que queremos introduzir é o de pensar o corpo como recetor, mediador e ator no outro, nas outras pessoas que se cruzam connosco, regularmente ou ocasionalmente. Mais do que nos colocarmos na pele de um corpo que recebe e sente, queremos aqui pensar nesse corpo como sendo indiferenciável de todos os processos dinâmicos e intersubjetivos que ocorrem constantemente nas relações pessoais.

À vista da teoria da intersubjetividade, observamos que a construção da identidade acontece paralelamente ao desenvolvimento da subjetividade e da consciência logo na infância, ou seja, é desde o início da vida psíquica da criança que esta começa também a edificar o seu ponto de vista social com base nas experiências partilhadas com os adultos sobre o mundo (Veríssimo, 2015). A comunicação não-verbal, a voz, os movimentos, a exploração do espaço e dos objetos, a noção do tempo, a exploração do corpo, constroem-se desde cedo a partir da relação com o outro, fazendo nascer daí uma intersubjetividade que enriquece o mundo e as relações. A própria ideia de relação requer que existam trocas dinâmicas entre os indivíduos, sabendo que estas existem igualmente dentro de cada um deles. É esse dinamismo que permite o crescimento, que permite a aprendizagem, e que permite a vida relacional.

Perante isto, queremos pensar sobre o que molda/ influencia o corpo que nos revela aos outros, que nos permite expressar as nossas crenças e desejos, começando para isso, por fazer referência ao trabalho de Didier Anzieu (1988), que introduziu a pele como fronteira do Eu, como invólucro do Eu psíquico que nos protege, nos contém, e nos diferencia do não-Eu. Esta noção da pele anatómica como sendo também uma pele psíquica adquire especial importância se considerarmos também a sua função de “montra do Eu”, pois é também a forma como mostramos ou camuflamos a nossa pele, como a cuidamos ou agredimos, que determina em parte o Eu que queremos que os outros vejam. A pele, a postura, o cuidado/ satisfação com a imagem, o olhar, a voz, a gestualidade, são simultaneamente aspetos corporais e relacionais, que mantêm a identidade do indivíduo e que medeiam a sua relação com o mundo.

O corpo, o espaço e o tempo são assim construtores de uma identidade, tal como defende Merleau-Ponty (1962), e os fenómenos identitários que se criam a partir da perceção do mundo vão progressivamente constituindo uma diferenciação pessoal. Desta forma, as condutas afetivas, linguísticas e comportamentais são resultado, não apenas da reflexão e da consciência introspectiva,

mas também de um modo de estar no mundo, formando a intersubjetividade de cada um de nós (Salem e Coelho, 2010).

### 3. *Embodiment*

Acompanhando o desenvolvimento das diferentes correntes teóricas da psicologia e da fenomenologia mais recente, tem vindo a ser dado maior ênfase ao lugar do corpo, da corporalidade e da ação intencional na construção da identidade do indivíduo. É, no entanto, importante distinguir os conceitos de corporalidade (*corporeality*) e *embodiment*, que apesar de por vezes serem usados de forma indiscriminada, dizem respeito a fenómenos diferentes.

Gilleard e Higgs (2018) sugerem que a corporalidade se refere ao papel do corpo e das suas partes, cujas funções e significados são mediados pela cultura e pela sociedade, enquanto que o *embodiment* é constituído pelos processos corporais através dos quais cada um de nós revela a sua diferenciação, identidade e forma de estar no mundo, ou seja, podemos dizer que o *embodiment* é o processo, e a corporalidade o produto (Selgas, 2014). O *embodiment* tem vindo a ser cada vez mais estudado por colocar em evidência a presença ativa do corpo em domínios como o da aprendizagem, do desenvolvimento emocional e do comportamento, partindo do conhecimento de que qualquer ação, emoção ou pensamento contém em si aspetos somáticos (corporais) de experiências anteriores, mas que são também atualizados ativamente a cada vivência. Esquema corporal, imagem corporal, proprioceptividade, interoceptividade e comunicação interpessoal são algumas das dimensões que nos permitem analisar diferentes processos (e resultados) do *embodiment*, e que parecem contribuir para a construção de uma intersubjetividade e para a diferenciação do eu (Gallagher, 2006), aspeto que já abordámos anteriormente.

O corpo e as suas partes formam uma unidade identitária que é a de cada um de nós, ao ponto de cada um não ter de pensar na sua própria mão como um objeto que pode manipular. Esta é também uma diferenciação importante, entre ter um corpo (objeto) e ser um corpo (sujeito), pois o que eu posso ou não fazer com a minha mão é um conhecimento que faz parte do meu corpo, não sendo normalmente sujeito a uma atividade reflexiva ou cognitiva exterior ao mesmo (Gallagher, 2006). A identidade integra o corpo que se desenvolve e relaciona, que ao longo do crescimento aprende a se mover e a comunicar, bem como a manter um equilíbrio interno homeostático, onde se gerem movimentos, sensações, emoções e necessidades.

Todavia, da mesma forma que, ao longo do desenvolvimento, integramos no nosso corpo possibilidades de ação motora, a nossa memória corporal adquire também formas de expressão emocional moldadas ou inibidas pela cultura em que estamos inseridos de acordo com o papel social que nos é atribuído (pelos outros e por nós próprios), tais como a incorporação de atitudes de extroversão ou introversão, de timidez ou orgulho, de dominância ou submissão (Fuchs e Koch,

2014). O psicanalista Daniel Stern, nos seus trabalhos sobre padrões relacionais implícitos, defende que aprendemos o “como estar com alguém” em função de esquemas internos e externos de relação, integrados especialmente em idades precoces através da vivência de experiências partilhadas com outros (Biscaia, 2011).

Nós aprendemos a estar numa relação através das relações em que vamos estando, com prazer ou desprazer, significado ou indiferença, flexibilidade ou rigidez, construindo desde muito cedo no corpo e no inconsciente a nossa forma de relação. Fuchs defende ainda que estes aspetos impregnados na nossa memória corporal influenciam ativamente “as relações circulares entre as possibilidades de ação afetivas, a ressonância corporal e as respostas emocionais dadas a uma determinada situação” (Fuchs e Koch, 2014: 16).

O mesmo autor exemplifica a importância dessas relações circulares e do *embodiment* na idade adulta, com casos em que se verifica uma patologia das emoções e do comportamento, como na melancolia -o corpo perde a sua leveza, fluidez e até mobilidade, passando a ser um corpo pesado, pouco flexível e que resiste à vontade da pessoa -, ou nos estados depressivos - a própria vontade, fome, libido e ambição se vêm reduzidas... como que castrando ações onde o corpo poderia obter satisfação e prazer. Em resultado desta perda de ações, nota-se uma diminuição da imaginação daquilo que pode ser possível, como se a pessoa deixasse de conseguir sonhar, de conseguir delinear planos ou objetivos, presa ao pouco que o corpo consegue fazer no presente (Fuchs, 2005).

De facto, o corpo real e o corpo imaginário são imagem um do outro, sendo que a relação com o corpo imaginário parece determinar a relação com o corpo real fazendo-se, para isso, valer da atividade onírica quer noturna, quer diurna (Sami-Ali, 1984). O corpo é assim necessário até para o sonho, para imaginar o Eu futuro e para sentir o tempo e o espaço, pois como escreve Merleau-Ponty, o corpo é mais do que um fragmento do espaço, não havendo a noção de espaço para o indivíduo se este não tiver um corpo (Merleau-Ponty, 1962).

Todo este conhecimento de autores de referência da psicanálise, da psicossomática e da filosofia conjuga-se com os recentes avanços das neurociências para os quais o autor António Damásio e os seus colaboradores têm contribuído de forma robusta. As investigações sobre a consciência e a regulação das sensações corporais internas e das emoções (corpo real e corpo imaginário), tornou evidente que estas têm de facto influência no comportamento do indivíduo e na tomada de decisões.

Ao desenvolver a sua Hipótese dos Marcadores Somáticos, Damásio verificou que as consequências, positivas ou negativas, de cada uma das nossas ações vão sendo associadas a estados viscerais e sensações internas, correspondentes a determinadas emoções (desencadeadas a nível neuroquímico, endócrino, elétrico e motor), e que influenciam as decisões futuras sempre que surgir a hipótese de voltar a desempenhar essa mesma ação, positiva ou negativa, incentivando-a ou funcionando como sinal de alarme, respetivamente (Damásio, 1996).

### 3.1. *Embodiment* do género e da violência

Sendo a linguagem uma produção humana, também ela carrega em si e expressa o corpo de quem escreve e da sociedade em que é produzida, pelo que se torna curioso reparar que os poetas escrevem sobretudo sobre mulheres, enquanto os filósofos escrevem sobretudo sobre homens, notando-se nas palavras e nos atos de todos que o corpo feminino é singular mas vulnerável, talvez não na sua força e vitalidade mas no seu significado pessoal e social.

Homem e mulher têm surgido ao longo da história e da filosofia como dois polos de um mesmo ser, carregando demasiadas vezes o “destino” de que um polo deve ser melhor do que o outro, dominar, enfrentar e ultrapassar o outro (Ferreira, 2014). Verificamos esta polarização entre seres singulares, distantes no espaço e no tempo, mas também num contexto que deveria ser o da cooperação: o contexto relacional, principalmente o das relações amorosas. Paralelamente, essa necessidade de dominar, enfrentar e ultrapassar o outro (de se assumir como o polo mais forte) constitui uma das bases da violência: a violência contra o próprio, contra o outro, contra os outros, contra o objeto ou contra o sistema, a violência do Eu contra o não-Eu... A violência concretiza uma expressão de medos e inseguranças, que pretendem, de forma imediata ou prolongada, diminuir o adversário, fragilizá-lo, fazer com que deixe de existir.

O Homem, em comparação com outros animais, objetos ou sistemas, pode considerar-se um dos adversários mais completos e complexos, pelas diferentes dimensões que o compõem – física, emocional, cognitiva, social – que tornam emergentes diferentes tipos de violência como ataque a cada uma dessas dimensões, isoladamente ou como um todo. Devemos lembrar, no entanto, que sendo o corpo e a mente uma só unidade que fazem do Homem um ser holístico, qualquer um dos tipos de violência atinge indiretamente todas as dimensões que o constituem, incluindo o corpo físico, o corpo psíquico e o corpo social do indivíduo.

Tentando compreender o fenómeno específico da violência doméstica em casais heterossexuais, o autor Selgas começa por propor a sua perspetiva de um *corpo de género*, como alternativa integradoras três principais visões do *embodiment* do género: a biomédica, baseada em diferenças nos órgãos sexuais; a sociocultural, que defende um corpo regulado por impressões culturais; e a vivencial, em que o *embodiment* de género se constrói ao longo da experiência do corpo (Selgas, 2014).

Esta investigação sobre o processo de construção de um corpo identificado a um determinado género é de considerável pertinência para o estudo da violência, particularmente da violência doméstica, para que possamos abrir a discussão sobre o que estará mais relacionado com as atitudes de vitimização e de agressividade. Serão as diferenças de género, ou diferenças de identidade e carácter que pesam na adoção de uma postura de agressor ou de vítima? Ou serão diferenças na incorporação desse género, físico, sexual, emocional e cultural? Selgas admite que, quer o *corpo de género*, quer o comportamento ativo/passivo perante a vida podem, isoladamente ou em ação conjunta, ajudar a compreender a maior ou menor predisposição para a agressividade ou vitimização

de um indivíduo. Mas seria diminuto ficar apenas por essa formulação, pelo que o autor descreve diferentes formas de passividade no corpo feminino e no masculino, e diferentes formas de violência no homem e na mulher, sugerindo, em linha com o pensamento fenomenológico do filósofo Michel Henry, que a violência entre o casal possa ter início numa quebra da identidade (*identity breakdown*) de um dos membros (Selgas, 2014; Mogollón, 2017). O que é curioso verificar aqui, é que enquanto essa fragilização da identidade provoca na mulher uma quebra na sua capacidade de agir, no homem parece desencadear uma necessidade de afirmar a masculinidade.

Homens e mulheres adotam por isso posturas comportamentais e corporais distintas perante a sua identidade agredida, que não são necessariamente mais ou menos conscientes, apenas parecem fazer parte da memória corporal de cada um: os homens agressores projetam o seu corpo para cima e para a frente, para ultrapassar e confrontar, enquanto as mulheres baixam o seu corpo, encolhem-no, como numa tentativa de ocupar menos espaço, ser menos visível (Selgas, 2014).

Nenhuma destas posturas é pensada, acontece quando é o corpo que lidera, que reage, e depende da forma como cada pessoa adota ou rejeita o *corpo de género*, descrito por Selgas (2014), não sendo por isso uma “receita” que esclarece todos os casos. O comportamento da mulher não deve, no entanto, ser tido completamente como um sinal de passividade ou submissão, mas sim como uma atitude de autoproteção. Para muitas mulheres, agir contra um parceiro violento representa um perigo, quer para si quer para filhos, pais, amigos, ou seja, para qualquer pessoa, animal ou coisa que constitua as suas bases de estabilidade psicológica ou social.

#### 4. O corpo adormecido no trauma

Neste contexto da violência e do trauma decorrente da violência, podemos então falar numa fragilidade do corpo (físico e psíquico) paralela a uma fragilidade da identidade, como diversos autores têm vindo a identificar (Ataria, 2018; Chiu, Chang e Hui, 2017; Moradie Huang, 2008).

A violência doméstica, nas suas variadas formas, ataca não apenas o corpo físico, mas também o *milieu* onde este vive, ou seja, as pessoas, crenças e projetos em que a mulher vive, agredindo não apenas a sua capacidade de fazer, mas também de ser. A violência acaba por atingir o corpo e o significado desse mesmo corpo.

Esse ataque ao corpo, especialmente nas formas de violência física e sexual, independentemente de desencadear um processo traumático clínico ou não, parece fazer com que o corpo perca a sua capacidade de linguagem, de expressão e, em último caso, de contra-ataque. Em concordância com o que diz Selgas (2014), a mulher vitimizada pode tender a adotar uma postura de defesa, em que se submete e rebaixa, mas podemos também verificar dois outros mecanismos em vítimas de violência continuada: por um lado uma quase cooperação com o comportamento do agressor e afastamento de quem se interpõe e, por outro lado, a criação de uma imagem ilusória de

beleza intocada, como se ao colocar sobre si uma “segunda pele” de roupa e cuidados de beleza irrepreensíveis, tornasse a sua pele interior, verdadeira e fragilizada, invisível aos outros e, por isso, menos presente.

Estas ações de autoproteção, do corpo e da identidade, crescem o seu valor se tivermos em conta as ideias de autores como Merleau-Ponty (1962) e Mensch (2008), que referem que o *embodiment*<sup>1</sup>, se reconhece essencialmente pela capacidade de dizer “eu posso” ou “eu consigo”. Claramente os autores apropriam-se destas expressões no contexto das ações corporais, como “eu consigo conduzir” ou “eu posso levantar-me e ir embora”, mas podemos considerar que, particularmente nas mulheres vítimas de violência doméstica, há como que uma quebra da sua unidade psicocorporal, como se os verbos “conseguir” e “poder” tivessem sido retirados (pela ação dos agressores), incapacitando a mulher de agir sobre si, sobre o mundo e sobre o outro, e de fazer cumprir as suas vontades. Ficam sobretudo sem autonomia. Como se um corpo que não é sentido (adormecido, anestesiado, mascarado) fosse incapaz de sentir o mundo e de agir sobre ele.

São cada vez mais evidentes os sinais de alterações no corpo de vítimas de violência doméstica, que podem passar por um “adormecimento” sensorial (menor sensibilidade interoceptiva) e afetivo, consequências próprias da depressão (apatia, desinteresse, inércia, tristeza, perda de libido) e do stress pós-traumático (bloqueio, confusão, insónias, pesadelos, hipervigilância) (Tsur *et al.*, 2018; Bennice, Resick, Mechanic e Astin, 2003; Van der Kolk, 2014). Dados epidemiológicos indicam uma prevalência considerável de sintomas de depressão, ansiedade, stress pós-traumático, alterações do comportamento alimentar, abuso de substâncias e despersonalização entre mulheres vítimas de violência doméstica, sendo que a intensidade e duração da violência, bem como a violência sexual parecem ser agravantes na cronicidade desses sintomas (Gorde, Helfrich e Finlayson, 2004; Bennice, Resick, Mechanic e Astin, 2003). Embora a depressão por um lado, e a ansiedade e o stress pós-traumático por outro, possam parecer condições opostas, todas se evidenciam numa incapacitação da vítima para sentir e controlar o seu corpo e as suas emoções.

Em casos extremos como aqueles de violência sexual, o próprio *self* corporal e o autoconceito se tornam mais flexíveis, menos coesos e menos seus (Mensch, 2008; Selgas, 2014; Chiu, Chang e Hui, 2017). Como se quanto mais magoado estiver o corpo (entenda-se o corpo físico e psíquico, a identidade psicocorporal), mais difícil seja a superação da violência e da ambiguidade da relação amorosa, e a tomada de decisão por um rumo diferente. Faltando o corpo, falta a casa, falta o abrigo para uma identidade que se quer forte e segura em qualquer processo de recuperação e de luta por um amor melhor.

---

<sup>1</sup> Mensch (2008) faz também uma revisão do trabalho de Merleau-Ponty utilizando apenas o termo *embodiment*. No entanto, em 1962 sabemos que Merleau-Ponty se referia essencialmente à corporeidade.



#### 4.1. Ser dona de si ou *Body Ownership*

Se considerarmos, para além de todos os aspetos já abordados – desde o *corpo de género* ao corpo violentado, que a sociedade e a cultura fazem, ainda hoje, do corpo feminino o principal alvo de violência (especialmente de violência doméstica e violência sexual), mais facilmente compreendemos o porquê de raparigas e mulheres tenderem a sentir mais o corpo como sendo de outros, do que sendo seu (Davidson e Gervais, 2015). Sentir ser dona do seu corpo (*body ownership*) e sentir ser responsável pelas ações e movimentos do seu corpo (*body agency*), são duas dimensões importantes do estudo do *embodiment* e da identidade corporal (Tsakiris, Schütz-Bosbach e Gallagher, 2007), que deveremos ter em conta de modo a alargar o conhecimento sobre o empoderamento de uma vítima.

Investigações recentes sobre violência apontam para um fenómeno psicocorporal interessante e revelador: perante situações graves de tortura (e.g., situações de guerra, genocídios, violência íntima continuada), a dor no corpo é de tal forma intensa, que a única forma de “sobrevivência do eu” é desapropriando-se dele (Ataria, 2018). O *body disownership*, a perda do corpo como seu, surge como estratégia de defesa inconsciente da psique da pessoa torturada, por ter de lidar com tanta dor, por ter demasiados ataques para processar. Perante este mecanismo, podemos verificar que a vítima i) passa a encarar o seu corpo como um objeto (sem vida, sem personalidade e, consequentemente, sem capacidade de agir sobre o mundo, de ter impacto sobre os acontecimentos) ou, nalguns casos, ii) considera-o mesmo como um inimigo: desistindo ou desinvestindo do mesmo, entrando num estado de “apatia somática” resultante de uma grave perda da distinção entre o Eu e o não-Eu, podendo culminar em tentativas de suicídio (Ataria, 2018).

Ora sabendo que é através do corpo que percebemos e agimos o mundo, a vontade própria e a liberdade estão em parte dependentes deste corpo. O corpo pode estar fragilizado, dorido, marcado..., mas apenas consigo planear um comportamento se tiver o corpo como meu, ou seja, se souber que ‘este é o meu corpo’, e que posso fazê-lo viver. Posso, acima de tudo, escolher entre cuidar ou não dele, entre ouvir ou ignorar as suas necessidades, entre entregá-lo às vontades dos outros ou fazer apenas o que quiser, ir apenas onde quero ir.

Não queremos, no entanto, ser ingénuos nesta formulação, a ponto de afirmarmos que “sentir o corpo” é um requisito suficiente para se evitarem episódios de agressão. Mas também não podemos continuar a ignorar o papel do corpo nas tomadas conscientes de decisão, quer imediatas, quer a longo prazo. O corpo é necessário para agir hoje, e para sonhar com o amanhã, pois em qualquer tempo e em qualquer espaço, só pensamos e agimos com base no corpo que temos, com base naquilo que nos permite fazer (fugir, reagir, gritar, correr, mudar), ou naquilo que nos impede de fazer (sentir confiança, lutar, ultrapassar traumas, descansar, sonhar).

## 5. O corpo como ponto de partida para o empoderamento

Os autores Davidson e Gervais (2015) assinalam uma tendência das mulheres vítimas de violência sexual para se auto-objetificarem, ou seja, para adotarem para si a perspetiva de uma terceira pessoa que considera que apenas a sua aparência física e competência sexual definem a sua identidade, não valorizando as suas capacidades intelectuais, o bem-estar e os seus pensamentos como fazendo parte da sua personalidade.

Em concordância, Reis (2011) afirma que as significações de relações e do papel do outro na nossa vida, se constroem conforme as contingências vividas pelo corpo no mundo, pelo que ter um corpo que é objeto e não sujeito, pode colocar a mulher numa posição mais vulnerável à violência e a comportamentos de risco.

Perante tudo isto, podemos afirmar que a volição, a vontade de agir de forma diferente (ou de agir, de todo) é bem mais complexa do que apenas dar ordens ao corpo para se mover, para se proteger ou para fugir. Mas ser mais do que isso não significa que esse não seja um ponto crucial. O que constatamos é exatamente o contrário; é possível que uma melhor consciência corporal (no sentido de perceber os sinais corporais e de os utilizar assertivamente na regulação emocional e comportamental), possa ajudar a vítima a ganhar consciência do lugar que ocupa na relação abusiva, e a mobilizar os recursos necessários (e.g., força interior) para edificação da resiliência e do poder.

Afirma-se, também, que reconhecer o seu corpo como sujeito, como um corpo com identidade, coesão e integridade, pode ser um passo para se reconhecer a si própria como alguém distinto do agressor, como alguém que pode viver fora ou para além da relação amorosa e que, ao contrário do que muitas mulheres vítimas de violência doméstica creem, a sua competência para a vida, para a funcionalidade e para a autorrealização, não pode ser agredida por ninguém sob pretexto de sentimento algum.

## 6. Conclusão

A violência doméstica encerra em si duas questões que corroem as atuais intervenções sociais e terapêuticas disponíveis: a ambiguidade da vítima perante o agressor –constantemente dividida entre o direito a não ser maltratada e a vontade de cuidar do agressor e se manter na relação - e a prevalência de doenças mentais e somáticas que são consequência da violência e que incapacitam ainda mais o empoderamento da vítima e a superação do trauma. Por vezes, chega a dar vontade de perguntar: da mesma forma que repetir várias vezes a mesma palavra, faz com que esta perca, para quem a diz, o sentido, será que sofrer de violência continuada dilui o seu significado de agressão e a vontade de lhe dizer não?

Com estas preocupações em mente, os profissionais de saúde, de ação social e judicial falam frequentemente do ciclo da violência, como se todos os intervenientes se fechassem em si mesmos e apenas permitissem (apenas vissem, ouvissem, sentissem) a ação dos que entram no ciclo e o perpetuam... Mas e se houver agentes de mudança ‘adormecidos’ nesse ciclo, como a resiliência ou o corpo? E se o corpo da mulher vítima de violência pudesse ser como um cavalo de Tróia, onde podemos ‘esconder’ (integrar) recursos saudáveis de adaptação e reação à violência para serem utilizados perante um ataque onde a submissão parece ser a resposta esperada pelo agressor? As terapias de integração mente-corpo, como o ioga, as arteterapias, a meditação e a psicomotricidade podem abrir uma nova janela de oportunidades de intervenção neste grupo de pessoas, com profissionais capacitados para promover o bem-estar no corpo, a autoestima, a consciência corporal, fazendo a sua relação com as emoções, os pensamentos, os sentimentos e a capacidade de fazer diferente, no seu tempo, e no seu espaço.

Com este trabalho de revisão pensamos poder abrir a discussão à importância de fazer do corpo um sujeito (em oposição a “objeto”), diretamente implicado no empoderamento e na resiliência da mulher e, especialmente, da mulher vítima de violência doméstica.

## BIBLIOGRAFIA

- Anzieu, Didier (1988): *O Eu-pele*. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Ataria, Yochai (2018): *Body Disownership in Complex Posttraumatic Stress Disorder*. Nova Iorque: Palgrave Macmillan.
- Bennice, Jennifer; Resick, Patricia; Mechanic, Mindy e Astin, Millie (2003): “The relative effects of intimate partner physical and sexual violence on post-traumatic stress disorder symptomatology”. Em: *Violence and victims*, vol. 18, nº. 1, p. 87. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2981038/> [8/1/2019].
- Biscaia, Constança (2011): “Psicanálise a prisão do Eu profundo”. Em: *Revista Portuguesa de Psicanálise*, vol. 31, nº. 1, pp.47-57. Disponível em: <http://dspace.uevora.pt/rdpc/bitstream/10174/4564/1/A%20psican%C3%A1lise%20e%20a%20pris%C3%A3o%20do%20eu%20profundo%20.pdf> [20/1/2019].
- Chiu, Chui-De; Chang, Jen-Ho e Hui, Chin Ming (2017): “Self-concept integration and differentiation in subclinical individuals with dissociation proneness”. Em: *Self and Identity*, vol. 16, pp. 664–683. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/15298868.2017.1296491> [8/1/2019].
- Colombetti, Giovanna (2018): “Enacting affectivity”. Em: Albert Newen, Leon De Bruin e Shaun Gallagher (eds.): *The Oxford Handbook of 4E Cognition*. UK: Oxford University Press.

- Disponível online em:  
<http://www.oxfordhandbooks.com/view/10.1093/oxfordhb/9780198735410.001.0001/oxfordhb-9780198735410-e-31> [10/1/2019].
- Damásio, António (2009): *O erro de Descartes: emoção, razão e o cérebro humano*. Lisboa: Editora Companhia das Letras.
  - \_\_\_\_\_. (1996): “The Somatic marker hypothesis and the possible functions of the prefrontal cortex”. Em: *Philosophical Transactions of the Royal Society of London B*, vol. 351, nº. 1346, pp. 1413–1420. Disponível em: <https://royalsocietypublishing.org/doi/abs/10.1098/rstb.1996.0125> [8/1/2019].
  - Davidson, Meghane e Gervais, Sarah (2015): “Violence against women through the lens of objectification theory”. Em: *Violence against women*, vol. 21, nº. 3, pp. 330-354. Disponível em: <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/1077801214568031> [8/1/2019].
  - Dreyfus, Hubert (1996): “The current relevance of Merleau-Ponty’s phenomenology of embodiment”. Em: *The Electronic Journal of Analytic Philosophy*, vol. 4, nº. 4, pp. 1-16.
  - Ferreira, Maria (2014): “A mulher como o «outro»: a filosofia e a identidade feminina”. Em: *Filosofia. Revista da Faculdade de Letras da Universidade do Porto*, vol. 24, nº. 1. Disponível em: <https://pentaho.letras.up.pt/index.php/filosofia/article/viewFile/528/521> [26/10/2018].
  - Fuchs, Thomas (2005): “Corporealized and disembodied minds: a phenomenological view of the body in melancholia and schizophrenia”. Em: *Philosophy, Psychiatry, y Psychology*, vol. 12, nº. 2, pp. 95-107.
  - Fuchs, Thomas e Koch, Sabine (2014): “Embodied affectivity: on moving and being moved”. Em: *Frontiers in Psychology*, vol. 5, nº. 508. Disponível em: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2014.00508/full> [8/1/2019].
  - Gallagher, Shaun (2006): *How the body shapes the mind*. Reino Unido: Clarendon Press.
  - Gilleard, Chris e Higgs, Paul (2018): “Unacknowledged distinctions: Corporeality versus embodiment in later life”. Em: *Journal of aging studies*, vol. 45, pp. 5-10. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0890406518300112> [8/1/2019].
  - Gorde, Mrugaya; Helfrich, Chistine e Finlayson, Marcia (2004): “Trauma symptoms and life skill needs of domestic violence victims”. Em: *Journal of interpersonal violence*, vol. 19, nº. 6, pp. 691-708. Disponível em: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0886260504263871> [8/1/2019].
  - Mensch, James (2008): “Violence and embodiment”. Em: *Symposium*, vol. 12, nº. 1, pp. 4-15. Disponível em: [https://www.researchgate.net/publication/40745062\\_Violence\\_and\\_Embodiment](https://www.researchgate.net/publication/40745062_Violence_and_Embodiment) [8/1/2019].
  - Merleau-Ponty, Maurice (1962): *Phenomenology of Perception*. Londres: Routledge.
  - Mogollón, Ramón (2017): “Corpo, identidade e violência: Uma aproximação à violência a partir da fenomenologia da vida de Michel Henry”. Em: *Annales Faje*, vol. 2, nº. 1, pp. 143-151.
  - Moradi, Bonnie e Huang, Yu-Ping (2008): “Objectification theory and psychology of women: A decade of advances and future directions”. Em: *Psychology of Women Quarterly*, vol. 32, nº. 4, pp.

377-398. Disponível em: <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1111/j.1471-6402.2008.00452.x> [8/1/2019].

- Reis, Nayara (2011): “O corpo como expressão segundo a filosofia de Merleau-Ponty”. Em: *Kinesis-Revista de Estudos dos Pós-Graduandos em Filosofia*, vol. 3, nº. 6. Disponível em: <http://www2.marília.unesp.br/revistas/index.php/kinesis/article/view/4429> [8/1/2019].
- Salem, Pedro, e Coelho, Nelson Ernesto (2010): “Corporeidade e ação nos processos de formação do eu”. Em: *Estudos de Psicologia (Natal)*, vol. 15, nº. 2, pp. 189-197. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-294X2010000200008&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-294X2010000200008&script=sci_arttext) [8/1/2019].
- Sami-Ali (1984): *Corps réel – corps imaginaire*. Dunod: Paris.
- Selgas, Fernando (2014): “Gender embodiment as gender-enacted body: A review of intimate partner violence and gender embodiment perspectives”. Em: *Gender Issues*, vol. 31, nº. 3-4, pp. 185-201. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007/s12147-014-9124-z> [1/12/2018].
- Tsakiris, Manos; Schütz-Bosbach, Simone e Gallagher, Shaun (2007): “On agency and body-ownership: Phenomenological and neurocognitive reflections”. Em: *Consciousness and cognition*, vol. 16, nº. 3, pp. 645-660. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1053810007000542> [12/12/2018].
- Van der Kolk, Bessel (2014): *The body keeps the score*. Nova Iorque: Viking.
- Verissimo, Danilo (2015): “Fenomenologia da intersubjetividade e estudos em cognição social: reflexões acerca da atenção conjunta”. Em: *Psicologia em Revista*, vol. 21, nº. 3, pp. 562-581. Disponível em: <http://seer.pucminas.br/index.php/psicologiaemrevista/article/view/P.1678-9523.2015V21N3P562/9630> [1/12/2018].