



Co-funded by  
the Rights, Equality and Citizenship Programme of  
the European Union

 fermata d'autobus



Nuovo Comitato  
IL NOBEL PER I DISABILI  
ONLUS



**Rights, Equality and Citizenship Programme – Project N.881583**

## **DEEP ACTS**

# **Developing Emotional Education Pathways and Art Centered Therapy Services against gender violence**

**Deliverable D2.1**

# **INVESTIGAÇÃO EM EDUCAÇÃO EMOCIONAL E VIOLÊNCIA DE GÊNERO**

**Práticas e metodologias de Educação Emocional  
usadas no tratamento de vítimas de abuso e violência**

**Realizado por:**

**Samuel Chaves Diaz, María del Mar Garcia Candau, Irene Rodríguez Garcia.**

**Equipa de Investigação:**

**Giulia Botti, Eugenio Criscuolo, María del Mar Garcia Candau, Vera Alexandra  
Gomes Pereira, Giulia Martini, Irene Rodríguez Garcia.**

**Mairena del Aljarafe, 31 de outubro de 2020**

*This publication was funded by the European Union's Rights, Equality and Citizenship Programme (2014-2020).  
The content of this publication, represents the views of the authors only and is their sole responsibility.  
The European Commission does not accept any responsibility for use that may be made of the information it contains.*



# RESUMO

1 - INTRODUÇÃO	1
1.1 Hipótese e objetivos	1
2. MARCA TEÓRICA	3
2.1 Violência de género. Definição e tipos.	3
2.2 Violência de género em Espanha.	4
2.3 Situação psicossocial das mulheres que sofreram violência de género.	5
2.3.1 Situação familiar	5
2.3.2 Situação socioeconómica.	6
2.3.3 Situação emocional.	7
2.3.4 Necessidades	8
2.4 Análise das intervenções e das boas práticas com as mulheres que sofreram violência de género.	8
2.5 Educação emocional e psicoeducação. Contribuições.	10
2.5.1 Conceito de educação emocional.	10
2.5.2 Perspetivas conceptuais.	11
2.5.3 Educação emocional aplicada.	12
3 - INVESTIGAÇÃO	15
3.1 Objetivo e método do inquérito.	15
3.2 Perfil dos participantes do inquérito.	15
3.3 Resultados.	15
3.4 Conclusões.	18
REFERÊNCIAS	19
Bibliografia	19
Webgrafia	21



# 1 - INTRODUÇÃO

## 1.1 HIPÓTESE E OBJETIVOS

A hipótese deste trabalho é que um programa de **intervenção baseado na regulação emocional através do movimento corporal, pode melhorar o bem-estar e o processo de reintegração social e laboral das mulheres vítimas de violência de gênero.**

Para corroborar isto, propõe-se um programa que tem como objetivo geral, criar **um recurso que promova o bem-estar psicológico e emocional, facilitando assim uma melhor inclusão socio-laboral das mulheres vítimas de violência de gênero.**

Os objetivos específicos a desenvolver durante o projeto são:

- Conhecer a situação e as características das mulheres que experimentaram a violência baseada no gênero e que participarão no programa;
- Fornecer ferramentas de psicoeducação;
- Trabalhar o autocuidado tanto a nível cognitivo como somático;
- Melhorar a autoestima das participantes;
- Facilitar um espaço seguro para criar uma comunidade de apoio e crescimento pessoal entre as mulheres;
- Fortalecer o vínculo entre as mulheres que participam e estão nas mesmas situações;
- Estabelecer compromissos e acordos, no itinerário a seguir, entre as participantes e as tutoras do projeto, para alcançar um consenso entre ambas, para que seja a própria mulher, a protagonista deste processo.



## 2. MARCA TEÓRICA

### 2.1 VIOLÊNCIA DE GÊNERO. DEFINIÇÃO E TIPOS.

A violência de gênero tem estado presente na nossa sociedade há décadas, e durante muito tempo, tornou-se num fenómeno invisível. Revela manifestações claras de desigualdade, subordinação e poder sobre as mulheres por parte dos homens (Ministério da Igualdade, s.d.). É uma violência que é exercida com frequência e em diferentes culturas, permitindo que o papel masculino tenha assumido o controlo e o poder sobre o papel feminino (Pratto e Walker, 2004 *in* Akl, Pilar e Aponte, 2016), nomeadamente:

Existem certas características que diferenciam a violência baseada no gênero de outras violências (Junta de Andalucía s.f.).

- É ideológico. Tradições, crenças e costumes que mantêm uma estrutura patriarcal.
- É instrumental. Tem como objetivo manter um modelo sexista e manter certos privilégios.
- É recebido de uma pessoa de quem se espera respeito, amor e apoio.
- Qualquer mulher pode sofrer.
- Geralmente aparece na esfera privada. Dificulta as provas.
- Aparece de forma descontinuada e com intensidade crescente.
- A imagem pública do agressor é geralmente "normal".
- A agressão física é visível, tornando o resto invisível.
- Gera danos físicos, psicológicos, sociais e patrimoniais.
- Provoca a anulação da personalidade da vítima.
- Causa danos à família, ao contexto envolvente e à sociedade.
- A imitação desempenha um papel essencial na sua aprendizagem.
- Há uma rejeição social que favorece a manutenção desta situação.

A violência baseada no gênero é como um icebergue. É comum falar de vítimas mortais, mas há muitas mais mulheres que são afetadas, ainda que não sejam mortas ou que não chegam a denunciar e, portanto, desconhecem-se os seus casos (Carrasco, 2017).

Além disso, a violência sofrida pela vítima tem duas partes. Por um lado, o dano físico e por outro, o psicológico. Este último nem sempre é evidente e raramente é denunciado (Akl, Pilar e Aponte, 2016). Os danos psicológicos são muitas vezes minimizados pela complexidade que existe para provar a sua evidência, apesar disso, sabe-se que tem implicações importantes no desenvolvimento humano (Akl, Pilar e Aponte, 2016).

Por isso, organizações internacionais classificaram os diferentes tipos de violência que podem ser exercidos sobre as mulheres (De Miguel, 2015).

- **Violência física.** Bater, empurrar, morder e até matar.
- **Violência verbal.** Comentários depreciativos, insultos, chantagem, ameaças...
- **Violência sexual.** Relações sem desejo, violações, transmissão de doenças sexuais...
- **Violência de controlo psicológico.** Controlo de chamadas, correspondência, tarefas...
- **Violência psicológica emocional.** Menosprezar, ciúmes continuados, culpar, negar ajuda...

- **Violência social.** Controlo de relações externas, não cuidar dos filhos ou maltratar na frente de terceiros.
- **Violência económica.** Controlar os recursos económicos, impedir a tomada de decisões sobre a economia doméstica.

## 2.2 VIOLÊNCIA DE GÉNERO EM ESPANHA.

A violência baseada no género é um problema que diz respeito a toda a sociedade, uma vez que afeta não só as mulheres, mas também a sua família, o seu contexto envolvente e a sociedade. Apesar de haver uma maior tomada de consciência, continua a ser insuficiente, uma vez que os dados mostram como as vítimas de violência de género continuam a aumentar e a permanecer presentes na maioria das culturas e países.

De acordo com os dados recolhidos pela Delegação do Governo contra a Violência de Género e pelo Ministério da Igualdade, de 2003 a julho de 2020 houve 1053 mulheres que perderam a vida por causa da violência de género. Em 2020, até julho, registaram-se 25 vítimas mortais, deixando 12 crianças menores de 18 anos órfãs. Em Espanha, entre 8,1% e 25,4% das mulheres com 16 anos ou mais sofreram pelo menos um ato de violência física, sexual, psicológica ou económica por parte de um parceiro ou ex-parceiro em algum momento da sua vida (Fernández - González, Calvete e Orue, 2017).

Como referido anteriormente, nem toda a violência de género acaba por ser mortal. Isto pode observar-se nos dados, também recolhidos pelo Ministério da Igualdade, sobre o número de chamadas que receberam no 016, desde o momento em que o serviço foi lançado, em setembro de 2007, até 31 de julho de 2020. Foram feitas 917.830 chamadas para o Serviço de Informação Telefónica e Aconselhamento Jurídico sobre Violência de Género-016 (Delegação do Governo contra a Violência de Género. Ministério da Igualdade, 2020). Apesar destes dados, sabe-se que há outros casos que não são conhecidos, uma vez que se estima que, em média, uma mulher tenha uma relação violenta cerca de dez anos antes de reportar (González e Gimeno, 2009).

Quanto à lei, tendo aceite a existência deste tipo de violência, tem sido marcado um antes e um depois na consideração jurídica e social dos direitos e liberdades das mulheres (Ministério da Igualdad, s.f. a.). De acordo com o Ministério de Igualdade do Governo Espanhol, tomou-se como referência as reflexões internacionais sobre a violência de género, para a adoção unânime da Lei Orgânica 1/2004, de 28 de dezembro, sobre medidas de proteção integral contra a violência baseada no género. Nesta mesma lei, no artigo 1.1. define-se a violência de género como "*manifestação de discriminação, situação de desigualdade e relações de poder dos homens sobre as mulheres, exercida por aqueles que são ou foram seus cônjuges ou aqueles que são ou foram obrigados a eles por relações semelhantes de afetividade, mesmo sem convivência*" e "*inclui qualquer ato de violência física e psicológica, incluindo agressões à liberdade sexual, ameaças, coação ou privação arbitrária de liberdade*". Esta lei reconhece o direito das mulheres vítimas de violência de género a uma assistência social abrangente, ou seja, serviços sociais de cuidados, urgência, apoio e acolhimento e recuperação (Fernández - González, Calvete e Orue, 2017). Foi aprovada tendo presente a necessidade de lutar contra todas as esferas sociais, políticas, económicas e culturais. A partir desta lei, foram aprovadas várias leis e decretos que visam a proteção e a promoção das mulheres e das suas famílias, que sofrem de violência de género.



Exemplo disso é a Lei Orgânica 3/2007, de 22 de março, para a igualdade efetiva entre mulheres e homens. Esta tem como objetivo *"tornar eficaz o direito à igualdade de tratamento e oportunidade entre mulheres e homens, eliminando a discriminação contra as mulheres em qualquer área vital e em particular no domínio político, civil, laboral, económico, social e cultural. Para o efeito, estabelece princípios de atuação das autoridades públicas, regula os direitos e deveres das pessoas singulares e coletivas (públicas ou privadas) para eliminar e corrigir qualquer discriminação com base no sexo"*.

Segundo os dados estatísticos e as fontes bibliográficas, a violência de género é uma situação que afeta a nível social e de saúde pública e que afeta diretamente a vítima (Verdugo, 2017). Nestes casos, não só afeta a pessoa agredida, como a sua família, sendo que o seu contexto envolvente também sofre. É por isso que surge o Decreto-Lei 9/2018, de 3 de agosto, de medidas urgentes para o desenvolvimento do Pacto de Estado contra a violência de género. Trata-se de uma alteração à Lei Orgânica 1/2004, com o objetivo de garantir que *"os cuidados psicológicos e a assistência estejam fora do catálogo de atos que exigem uma decisão comum no exercício da autoridade parental, quando qualquer um dos progenitores esteja envolvido em processos criminais iniciados por atacar a vida, a integridade física, a liberdade, a integridade moral ou a liberdade sexual e a indemnização do outro progenitor ou dos filhos e filhas de ambos"*.

Apesar das alterações, há muitos casos que ainda não se refletem na legislação espanhola, pelo que é evidente a necessidade de continuar a estudar e desenvolver um quadro jurídico que proteja e ajude as mulheres e familiares vítimas de violência de género.

### **2.3 SITUAÇÃO PSICOSSOCIAL DAS MULHERES QUE SOFRERAM VIOLÊNCIA DE GÊNERO.**

Uma das razões pelas quais as mulheres ficam mais tempo na sua relação de violência e demoram algum tempo a denunciá-la é a situação de desamparo em que normalmente se encontram. Frequentemente apresentam desconfiança face ao sistema judicial, dependência económica e afetiva, medo de aceitar o fracasso da relação, sentimentos de culpa e vergonha e isolamento social, entre outros (Watts e Zimmerman, 2002 *in* González e Gimeno, 2009). Tudo isto, porque esta violência geralmente promove consequências como a perda de emprego, um fraco desempenho pessoal e efeitos a nível psicológico, físico e social, que afetam o seu dia-a-dia (Carrasco, 2017).

Neste programa, trabalhar-se-á com mulheres que já denunciaram e que estão em processo de reinserção, no entanto, é importante perceber qual é a sua situação, quando tomam a decisão de começar uma vida sem o seu par.

#### **2.3.1 Situação familiar**

Quando se fala de violência de género, é importante considerar dois aspetos principais da sua situação familiar. Por um lado, é essencial saber mantém uma relação e se tem o apoio de outras figuras familiares fora do casal, como os seus pais, irmãos ou outros. Como o isolamento social das vítimas pelo agressor é uma característica comum, é frequente encontrar casos em que este isolamento também tenha sido realizado com as suas famílias. Geralmente acontece também com mulheres estrangeiras, uma vez que geralmente não têm contacto contínuo com a sua família, dificultando assim a sua relação e proteção.

Por outro lado, a presença de filhos é um fator muito importante para estes casos. Em Espanha, estima-se que de todas as mulheres que tenham sofrido algum tipo de violência por parte do seu par, em cerca de 63,6% dos casos, houve crianças a testemunhar ou ouvir, das quais 58,8% eram menores (Perez e Estévez, 2018). Segundo a Macroencuesta (De Miguel, 2015), dos casos em que havia menores no local da situação de violência, 64,2% sofreram diretamente maus tratos psicológicos, físicos ou sexuais.

A presença de filhos atrasa frequentemente a decisão de denunciar a situação, uma vez que as vítimas femininas apostam no silêncio para procurar o bem-estar da família. Têm a ideia de que a preservação do vínculo familiar pode justificar qualquer dano (Akl, Pilar e Aponte, 2016). Além disso, ao relacioná-lo com as possíveis consequências que se referiram anteriormente, o receio de não poder dar recursos suficientes aos seus filhos aumenta também a dificuldade de sair desta situação.

Os menores em lugares onde a violência é exercida são frequentemente usados como instrumentos contra as mulheres, mesmo após a separação, para que possam continuar a coagi-las e a ameaçá-las (Pérez e Estévez, 2018). Quanto a isso, cada vez são mais os estudos que confirmam que tanto o facto, quer de serem testemunhas, quer de serem vítimas diretas, tem repercussões físicas e psicológicas negativas para o seu desenvolvimento emocional e social (Hernández y Gras, 2005).

Apesar de todos estes dados, só em 2005 é que surgiu a Lei Global, que mencionou pela primeira vez os filhos de mulheres vítimas de violência de género, com o objetivo de lhes prestar cuidados, sem os considerar vítimas. Mais tarde, consideraram-se os filhos menores e as mulheres menores de idade como pessoas vulneráveis a estas situações de violência (Pérez e Estévez, 2018).

Embora, neste trabalho, não nos centremos na intervenção com os filhos, é importante salientar a sua presença e a importância que deve ter quando se trabalha com as mulheres, uma vez que são também vítimas das situações de violência de género.

### **2.3.2 Situação socioeconómica.**

O fator de risco para ser vítima de violência de género é simplesmente ser mulher, no entanto, existem certos perfis que podem torná-las mais vulneráveis. Estes são, por exemplo, ter uma deficiência física ou psíquica, serem mulheres superprotegidas e dependentes, imigrantes, educadas em valores muito tradicionais e conservadores onde se destacam as ideias patriarcais, do sacrifício e dedicação aos outros, com excesso de responsabilidades (Piedra, Rosa-Martín, e Muñoz-Domínguez, 2018). Também podem ser fatores de risco que sejam mulheres que precisam de aparentar felicidade ou normalidade ou adolescentes e jovens que sentem frustração e querem uma vida melhor (De Miguel, 2015). De acordo com os serviços de atendimento às mulheres maltratadas, a percentagem de mulheres em sectores socialmente desfavorecidos é maior (Fernández - González, Calvete e Orue, 2017).

Algumas mulheres sofrem de violência económica ou patrimonial, como por exemplo, quando o seu parceiro, não as deixa trabalhar, quando controlam as suas despesas ou escondem os seus pertences. Estes factos podem ser considerados "que são obrigações do homem" e que não fazem parte da violência, dificultando a deteção do que sucede (Lopez, 2017). O controlo económico da vítima afeta a sua autoestima, uma vez que se sente desvalorizada, humilhada e transgride o seu direito de subsistência. Também afeta a autonomia da mulher na hora de tomar decisões, tornando-a vulnerável a outros tipos de violência (Lopez, 2017).

Estas circunstâncias são mais comuns do que se pensa e estão muitas vezes presentes na maioria dos casos de violência de gênero, pelo que, como outra das características frequentes que se encontram nestas mulheres, é a falta de controlo da sua economia e a perceção de incapacidade em lidar com estas questões por si próprias.

### **2.3.3 Situação emocional.**

Outro aspeto importante a ter em conta ao trabalhar com mulheres vítimas de violência de gênero é conhecer o seu estado emocional. É verdade que cada mulher terá circunstâncias diferentes, que podem variar em função da sua rede de apoio, experiências, estratégias de *coping*, etc. No entanto, diferentes estudos têm vindo a clarificar quais os padrões emocionais que frequentemente estão mais patentes nestes perfis. Estes estudos confirmam que existem danos significativos na integridade das mulheres que sofrem violência por parte do seu par (Aiquipa, 2015).

Labrador e Alonso (2007), afirmam que as mulheres vítimas de violência no seio do casal, apresentam complicações nos processos de atribuição, confronto, ideação suicida, identidade pessoal e psicopatologia (PTSD), ao contrário das mulheres que não a sofreram. Também são frequentes a dependência emocional, a baixa autoestima, os problemas de controlo da raiva, a culpa e outros sintomas depressivos.

A dependência emocional está geralmente presente durante o tempo da relação, podendo explicar a justificação das infidelidades e agressões do seu par e uma vez que tenham tomado a decisão de se separar, esta dependência, faz por vezes elas mesmas que não cumpram as ordens judiciais ou retirem as queixas. Em certos casos, as mulheres acabam por tomar a decisão de voltar ao seu agressor, pensando que vão mudar a atitude do mesmo. No caso de não regressarem, esta dependência emocional converte-as em mulheres vulneráveis para voltarem a uma relação de maus tratos (Aiquipa, 2015). As características desta dependência afetiva são a perceção da rutura como uma catástrofe, medo da solidão, ansiedade por separação e modificação de planos para manter a relação de casal ou ter uma nova.

O mesmo ocorre com a autoestima. Ter baixa autoestima prévia à relação de casal, pode ser um fator desencadeante de exclusão, abandono e mau trato. Após uma relação de violência, a autoestima sofre consequências negativas (Carneiro, Teodor e Chicone, 2006). Todas as pessoas precisam de afeto, proteção e segurança, e também precisam de confiança, reconhecimento e admiração de si próprias. No caso das mulheres que foram maltratadas, a insatisfação que geram de inferioridade faz com que percam esses sentimentos por si mesmas (Villamarín, Del Rosário, García, Angélica, 2019).

Outra emoção que aparece frequentemente em casos de violência de gênero é a raiva. Geralmente, estas mulheres expressam raiva internamente, isto é, experimentam a sensação de raiva, mas normalmente não a expressam. Nestes casos, a supressão da sua expressão é geralmente explicada pela presença de outros processos cognitivos, como a vergonha e a culpa (Santandreu e Ferrer, 2014).

Existem vários estudos que afirmam a relação entre a violência de gênero e o surgimento de problemas de afeto negativo, depressão ou outros da mesma natureza (Murillo, Vives e Rubio, 2004). Em termos de culpa e sintomatologia depressiva, estudos comprovaram o seu surgimento entre 62% e 86%, respetivamente, no caso das mulheres que tinham sido vítimas do seu par. Ambos se correlacionaram significativamente com o afeto negativo, pelo que há uma expressão clara de sintomas ansioso-depressivos nestes casos (Santandreu e Ferrer, 2014). A culpa,

intimamente vinculada à sintomatologia depressiva, aparece quando uma pessoa pensa que uma situação é moralmente repreensível, surgindo com tensão e remorsos associados, o que a leva a pedir desculpas ou confessar (Lewis e Haviland, 1993; em Santandreu e Ferrer, 2014). Isto faz com que estas mulheres, que sentem culpa e vergonha, tenham dificuldade em contar o que lhes sucedeu por medo da opinião dos outros, ou se desculpem pelo sucedido, porque têm a sensação de o terem provocado ou permitido.

Como se pode observar, a violência de género provoca muitas consequências emocionais. Estas estão muitas vezes a transbordar, fazendo com que as mulheres precisem de apoio e de ferramentas para as enfrentar. A forma como as mulheres gerem a situação depende, por um lado, das suas estratégias de *coping*, uma vez que, dependendo destas, são desencadeados uns ou outros comportamentos com os quais lidam com o que aconteceu (Akl, Pilar e Aponte, 2016). Além disso, será um fator fundamental o apoio que resulta do suporte que sentem poder confiar e ter disponível para lidar com a situação e poder sair fortalecida, ou seja, pessoas em quem pode apoiar-se, que se converterão em fontes de resiliência (Cordeiro e Teyes, 2016). Isto apoia o objetivo deste trabalho, que visa, além disso, dotar as mulheres de estratégias de enfrentamento e de uma rede de apoio e confiança.

### **2.3.4 Necessidades**

Após esta análise, pode ver como estas mulheres apresentam diferentes necessidades para serem capazes de lidar com a sua situação e poderem encontrar um estado de bem-estar.

Perante estas necessidades, assume grande relevância, os estilos de resposta que estas mulheres têm, compreendendo o enfrentamento como o mecanismo que a vítima tem para lidar com a situação de conflito (Akl, Pilar e Aponte, 2016). Existem tipos de estratégias de enfrentamento, as estratégias adaptativas (ajudam a melhorar a qualidade de vida de uma pessoa) e as desadaptativas (Sabina e Tindale, 2008). Dentro destas últimas estão o evitamento, a passividade, justificação do agressor e, culpa e crenças negativas (Akl, Pilar e Aponte, 2016). No caso das mulheres que sofreram violência de género, as suas estratégias são geralmente de tipo interno, ou seja, preferem procurar ajuda e apoio nos seus círculos de referência (amigos e/ou familiares), de forma a que isso não seja normalmente suficiente e assim possam continuar com as suas relações de casal. Uma das razões, pelas quais lhes custa usar estratégias externas, é o medo da perda económica, da estrutura familiar ou do estatuto social (Akl, Pilar e Aponte, 2016). Este é um grande indicador da sua necessidade de confiar em si mesmas, no seu contexto envolvente e no sistema e nas redes de apoio para poderem continuar as suas vidas.

Em conclusão, precisam de se sentir apoiadas, de ter um grupo de apoio e também, de um espaço seguro para trabalhar fatores como a autoestima, a culpa, o medo da perda, a dor, a vergonha, etc. Em consequência de todas estas necessidades, surgem os objetivos deste programa.

## **2.4 ANÁLISE DAS INTERVENÇÕES E DAS BOAS PRÁTICAS COM AS MULHERES QUE SOFRERAM VIOLÊNCIA DE GÉNERO.**

Estão a ser realizados muitos programas de intervenção e de apoio às mulheres que sofreram violência de género. Ao efetuá-lo, é importante ter em conta as características das mulheres que participam no programa, a fase em que estão no

seu processo, o grau de consciência e as estratégias já utilizadas (Romero, 2010). É importante criar um contexto terapêutico adequado, onde se incluam, entre outras, estratégias para identificar comportamentos abusivos e poder agir antes que a situação piore, evitando assim que possa voltar a viver uma situação de abuso (Fernández - González, Calvete e Orue, 2017). É também importante que a dependência emocional seja trabalhada nas intervenções, reforçando a autonomia e a autoestima para recuperar a saúde mental (Aiquipa, 2015). Para melhorar esta saúde mental, não devemos esquecer a sintomatologia ansioso-depressiva, o sentimento de culpa, estratégias de resolução de conflitos, capacidades de assertividade, expressão e controlo da raiva e a relação com os seus familiares e figura de apego (Santandreu e Ferrer, 2014). Em conclusão, é necessário ter uma visão global, que preste atenção às características dos utilizadores e tenha em conta os diferentes aspetos do seu sistema.

As terapias grupais converteram-se numa alternativa fundamental para responder à necessidade de reconstrução, empoderamento e melhoramento da autoestima nas mulheres. Isto porque as terapias de grupo mudam o problema de um paradigma individual para um paradigma grupal. Isto surge através da interação e diálogo dos membros do grupo, pois permite-lhes verificar que há outras pessoas que já passaram por situações semelhantes e permite-lhes sentir de uma visão social diferente, o seu espaço familiar e individual (Serebrinsky, 2012). Um estudo realizado por Plana, Amell e Alberti (2008) concluiu que a terapia de grupo em mulheres vítimas de violência de género é altamente eficaz. Um dos programas para intervir com mulheres, em contexto grupal foi o de Hernandez (2013), que desenhou um protocolo que permitia atender às necessidades específicas das mulheres, chamado "Voltar a ser eu", tendo dado bons resultados. O *workshop* "Crescendo Juntas" (2015), tem carácter grupal e visa reforçar a autoestima e a segurança das participantes com uma metodologia aberta e participativa, com dinâmicas de grupo. Este workshop conseguiu criar laços de apoio entre mulheres e aumentar a sua segurança e assertividade. Em suma, as terapias em grupo têm demonstrado grandes benefícios ao trabalhar com mulheres que experimentaram violência de género, ajudando, além de tudo isto, a manter saudáveis, novas relações de casal e relações familiares, melhorando as suas relações interpessoais e quebrando o círculo de violência (Villamarín, Mayra e García, 2019). É por tudo isto, que, no nosso programa, a estrutura principal será a terapia de grupo.

Além da terapia de grupo, o programa caracteriza-se por unificar diferentes terapias artísticas, uma vez que, de acordo com a bibliografia consultada, os benefícios das mesmas têm sido conhecidos. Estas podem categorizar em musicoterapia, dança e movimento e arteterapia. Utiliza-se a arte, a música, a dança, o teatro, a escrita e o jogo a partir de uma visão terapêutica, ou seja, une-se a arte e a psicologia (Jerez Luna, 2017). Durante muito tempo, as pessoas usaram a arte como meio de expressão, mesmo antes do aparecimento da linguagem verbal, por exemplo, xamãs de culturas antigas usaram-na como rituais de cura e hoje, muitos psicoterapeutas vêm na arte, uma forma de expressar sentimentos e conflitos internos (Jerez Luna, 2017).

Um exemplo de um programa de intervenção da dançaterapia foi o de Lago (2013), que usou movimentos, o corpo, os gestos no espaço para libertar tensões, comunicar sem palavras, partilhar experiências, etc., removendo os medos e vergonhas das mulheres, de tal forma que se aumenta a autoestima e o desenvolvimento de estratégias de enfrentamento da situação. Outro programa, que usou a arte como meio terapêutico foi o realizado por De Juan (2011), que através da

musicoterapia ajudou a integrar o autocuidado, a gestão da ansiedade através da música, compreender os benefícios do contacto corporal, criar novas percepções sobre relações saudáveis e a reconstrução da identidade. Além destes, outros programas e workshops incluíram terapias artísticas no trabalho de mulheres que experimentaram a violência de género. Todas concluíram que estas intervenções melhoram a sua situação emocional e as suas relações interpessoais, criando uma nova comunicação consigo mesmas e com outros (Lago, 2013).

Além de programas desenvolvidos por associações ou instituições privadas, o Governo de Espanha disponibiliza recursos com objetivos diferentes, que tentam satisfazer as necessidades destas mulheres (Governo de Espanha, s.d.). Estes podem ser divididos em: "programas de *colaboração empresarial*", que procuram sensibilizar para a questão da violência de género e incentivar a integração das mulheres que a experimentaram; programas territoriais, que são o "Programa Claro" e o "Programa Aurora", ambos focados na integração social das mulheres, sendo que o primeiro oferece formação para aceder ao mercado de trabalho e o segundo coloca o foco principalmente nas mulheres que vivem em zonas rurais. Por último, o governo oferece os "Programas Sectoriais (SARA)", estes programas são agrupados em função de quais as mulheres visadas, podendo ser migrantes, pertencentes a minorias étnicas e/ou maiores.

## **2.5 EDUCAÇÃO EMOCIONAL E PSICOEDUCAÇÃO. CONTRIBUIÇÕES.**

### **2.5.1 Conceito de educação emocional.**

Para falar do conceito de educação emocional, é importante notar que só nos anos 90 é que esta expressão começou a ser conhecida. É a partir desse momento que começamos a falar sobre isso e a colocá-la em prática (Bisquerra e Pérez, 2012).

Desde então, conceitos como emoções, estados de humor, afetos etc. começaram a ter importância na sociedade e no paradigma científico e deixaram de ser concebidos como "negativos" para serem elementos que ajudam a agir e a tomar decisões (Zaccagnini, 2004).

A primeira vez que o conceito de educação emocional foi publicado foi em 1973, na revista "Journal of Emotional Education", no entanto, até 1996, não adquiriu maior relevância, devido ao relatório da UNESCO Delors (Ledesma, 2017).

Mais tarde, surgiram outras definições como Collel e Escudé (2003), que argumentaram que a educação emocional tem o seu principal objetivo na idade académica, para prevenir problemas de controlo emocional e fornecer ferramentas que permitam uma melhor adaptação a diferentes etapas. De acordo com estes autores, as competências desenvolvidas através desta ferramenta seriam a consciência pessoal, a autorregulação, a motivação e a empatia. Bisquerra publica em 2003 uma nova e extensa definição, na qual destaca a importância desta educação não só no período escolar, mas ao longo da vida, "*processo educativo, contínuo e permanente, que visa potenciar o desenvolvimento emocional como complemento indispensável ao desenvolvimento cognitivo, constituindo ambos os elementos essenciais do desenvolvimento da personalidade integral*". A partir desta definição, começou a tomar-se consciência da importância das emoções em muitos dos conflitos pessoais e interpessoais e de como essa educação deve ser contínua e permanente ao longo de todo o ciclo de vida (Ledesma, 2017).

Com esta última definição em mente, pode considerar-se que a educação

emocional pode ser uma forma de prevenção primária, uma vez que pode ser usada em inúmeras circunstâncias, tais como prevenção do uso de drogas, de stress, depressão, violência, etc. (Bisquerra e Pérez, 2012). Também pode ser usada como uma intervenção para minimizar certas vulnerabilidades e ajudar a gerir determinadas situações que podem ser prejudiciais. É nesta perspetiva que iremos avançar para a realização da nossa intervenção, porque serão utilizados instrumentos de educação emocional para intervir com mulheres que tenham sofrido violência de género.

Ao desenvolver um programa de educação emocional, há certos objetivos que devem estar presentes para que seja eficaz (Lopez, 2005), nomeadamente:

- Incentivar o desenvolvimento abrangente;
- Adquirir competências emocionais que permitam o equilíbrio e a melhoria da autoestima;
- Fomentar o respeito e as competências sociais;
- Criar estratégias para o autoconhecimento e conhecimento dos outros;
- Aprender a controlar a impulsividade.

### **2.5.2 Perspetivas conceptuais.**

Para compreender os objetivos da educação emocional, é importante conhecer certos aspetos muito presentes e influentes na gestão emocional de cada indivíduo.

Um conceito muito importante é o apego. Este conceito foi teorizado por Bowlby (1979), definindo-o como as relações precoces e de afeto na criança e que constituirá a estrutura relacional de cada pessoa posteriormente. Isto significa que é a família, que através do apego gerará um cenário de saúde mental para cada indivíduo. Quando a família encontra as necessidades biológicas, primárias, afetivas, de contacto assertivo, entre outras, é mais provável que apareça o carinho, a satisfação e a alegria (González - Ospina e Paredes - Núñez, 2017). Ter presente o apego ao trabalhar com emoções é importante pela sua alta relação. Dependendo do apego de cada pessoa, da sua gestão emocional, do seu autoconceito, dos seus medos... pode ser vivido de uma forma ou de outra. Existem dois tipos diferentes de apegos, o seguro e o inseguro. Dentro do apego inseguro, pode-se encontrar o apego ansioso, o evitativo e o ambivalente (Gago, 2014).

- **Apego seguro.** Sabe que há disponibilidade, compreensão e ajuda dos seus cuidadores. É encorajado a conhecer o que o rodeia. Estas pessoas apresentam muitas vezes numerosas emoções, tanto agradáveis como desagradáveis, e provocam sentimentos de auto-aceitação e autoconfiança.
- **Apego inseguro, ansioso.** Não sabe se os cuidadores estão disponíveis para satisfazer as suas necessidades. Há muitas vezes uma ambivalência entre o desejo de se aproximar da mãe e rejeitá-la. Aventurar-se a conhecer o mundo muitas vezes causa ansiedade. Nestes casos, manifestações de raiva, medo e desconforto estão geralmente presentes.
- **Apego inseguro, evitativo.** Sente-se que os cuidadores evitam o menor, pelo que este acaba por se evitar também. Muitas vezes parecem sentir indiferença ou que são frios. Tendem a tentar gerir as suas emoções sem ajuda, tentando sentir-se autossuficientes, com poucas expressões emocionais.
- **Apego inseguro, desorganizado.** Caracteriza-se por ser caótico e com mudanças constantes. As suas relações de ligação têm frequentemente um propósito utilitário, a fim de se proteger do sofrimento na hora de se separar. Isto pode ser causado por ruturas anteriores. As suas relações são muitas vezes confusas e desorganizadas, entre a procura e o evitamento.

Em conclusão, o vínculo estabelecido com os cuidadores influenciará o desenvolvimento socio emocional, uma vez que o apego marcará como se relacionar com os outros e, posteriormente, consigo próprio (Garrido-Rojas, 2006).

Outra teoria importante a considerar é a de MacLean (1998), do **cérebro triuno**. Este propõe que o cérebro é constituído por três subsistemas, que são o cérebro reptiliano, o sistema límbico e o neocórtex. Estas áreas interagem continuamente, para que produzam os diferentes comportamentos humanos (Suarez e Barrio, 2012). Esta teoria tem uma visão holística, da qual parte a ideia de que não se deve analisar cada comportamento humano pelos seus processos em separado, mas sim pela totalidade dos seus processos. Neste sistema, cada subárea encarrega-se de diferentes atividades. A primeira permite a alimentação, o descanso, o sexo, o desejo, etc., a segunda, que também é chamada de "emocional", encontram-se os valores e a memória e a terceira parte, também conhecida como "racional", encarrega-se da lógica. É importante conhecer estas áreas e as suas funções, saber o que acontece ao ativar uma ou outra área e como estão todas interligadas, pelo que não se deve esquecer nenhuma quando se trabalha na perspetiva das emoções.

### **2.5.3 Educação emocional aplicada.**

Até agora, a maior parte do trabalho realizado através da educação emocional tem sido direcionado para menores, devido à grande importância que têm estas primeiras etapas na consolidação do funcionamento social e emocional (Bellamy, Gore e Sturgis, 2005). No entanto, como acima referido, na idade adulta também é importante trabalhar com estes programas, pois podem trazer inúmeros benefícios, quer em situações gerais, quer em situações específicas e conflituosas (López-Pérez, Fernández-Pinto, e Márquez-González, 2008). Nesta fase, é essencial trabalhar na promoção de estratégias de regulação emocional.

Hoje, apesar de reconhecer a educação emocional como um instrumento importante e necessário na nossa sociedade, ainda não há grandes progressos neste domínio ou no seu estabelecimento. Apesar de existirem vários programas na educação formal e não formal, a Espanha ainda não estabeleceu uma forma de estatal para que esta área do conhecimento funcione em todos os centros nem aparece como um tema transversal nas formações (Marrero, 2019). Um dos programas que existem em Espanha, é o programa EMO-ACTION ( Serrano, Sevilha e Hawrylak, 2017). Este programa nasce devido às necessidades dos alunos adquirirem competências e capacidades emocionais no seu dia-a-dia e com o objetivo de lhes dar ferramentas não só para a fase escolar, mas que possam servi-los durante toda a sua vida. Outro programa da Comunidade Autónoma das Ilhas Canárias é o programa EMOCREA de 2014 (Serrano, Sevilha e Hawrylak, 2017). Tal quer dizer educação emocional e para a criatividade, tendo um objetivo puramente educativo, no qual os alunos sentem a escola como um espaço e tempo seguros para desenvolver todas as suas competências, tanto cognitivas como emocionais.

Tal como estes programas, existem outros programas criados por comunidades e conselhos, mas geralmente estão sempre focados nos alunos, pelo que são poucos os programas permitem aos adultos adquirir estas ferramentas, que não puderam adquirir no seu tempo e que tão necessárias podem tornar-se. É verdade que cada vez mais profissionais, que, em prática privada, tentam aproximar a educação emocional a todas as idades e usá-la como ferramentas para o crescimento pessoal, prevenção e intervenção.

Um programa baseado na educação emocional, deve ter uma metodologia prática, na qual existem dinâmicas de grupo, autorreflexão, diálogos, jogos, relaxamentos,



etc., tendo em conta que "saber" não é suficiente, mas é necessário saber fazer, saber ser, saber estar e saber conviver (Bisquerra e Pérez, 2012). É importante ter em mente que não basta realizar atividades pontuais, mas que estas devem ser constantemente acompanhadas por um apoio e uma "forma de estar". A melhor maneira de alcançar os diferentes objetivos que são definidos quando se trabalha com educação emocional, é tê-la presente de uma forma transversal, ou seja, saber acompanhar na gestão e nas emoções das diferentes necessidades que podem surgir na vida quotidiana.



### 3 - INVESTIGAÇÃO

#### 3.1 OBJETIVO E MÉTODO DO INQUÉRITO.

Antes do desenvolvimento do programa, foi realizado um inquérito com o objetivo de conhecer a opinião prévia, de quem atua como agente de intervenção em diferentes contextos socio educativos.

O inquérito consiste em duas perguntas abertas sobre informações pessoais referentes ao seu posto de trabalho e 16 perguntas com resposta, numa escala tipo Lickert, sendo 1 "*nada de acordo*" e 5 "*totalmente acordados*". A resposta foi administrada anonimamente, via *online*. O inquérito divide-se em três blocos, as questões do primeiro dizem respeito à necessidade percebida de criar um programa com estas características, o segundo bloco sobre a relação que deve existir entre a educação emocional e o trabalho com mulheres que experimentaram a violência de gênero e o último bloco, refere-se a algumas características importantes que devem ser tidas em conta para o desenvolvimento.

#### 3.2 PERFIL DOS PARTICIPANTES DO INQUÉRITO.

O inquérito foi respondido por 37 pessoas. Dos quais, 45,9% são educadores, 24,3% psicólogos, 8,10% assistentes sociais e outras profissões afins. Trabalham em diferentes escolas, gabinetes psicológicos, câmaras municipais e associações.

#### 3.3 RESULTADOS.

As diferentes questões avaliam a necessidade que os participantes percebem na criação de programas com estas características, a importância da educação emocional em relação à intervenção com mulheres que experimentaram a violência de gênero, e algumas questões relacionadas com o formato e característica do programa.

O primeiro bloco, sobre a necessidade de criar um programa como o levantado no projeto, consistia em três perguntas. Todas mostraram como os participantes concordam plenamente com isso. Neste seguimento, 78,4% responderam "*totalmente de acordo*" à pergunta "*é necessário criar novos instrumentos para trabalhar com mulheres que tenham sofrido violência de gênero*" e 75,7% concordaram com a necessidade de criar recursos para as pessoas que trabalham com mulheres deste perfil. Além disso, 67,6% concordou totalmente com a afirmação que refere "*faltam recursos emocionais para oferecer às mulheres*".

En general, faltan recursos emocionales para ofrecerles a las mujeres.

37 respuestas

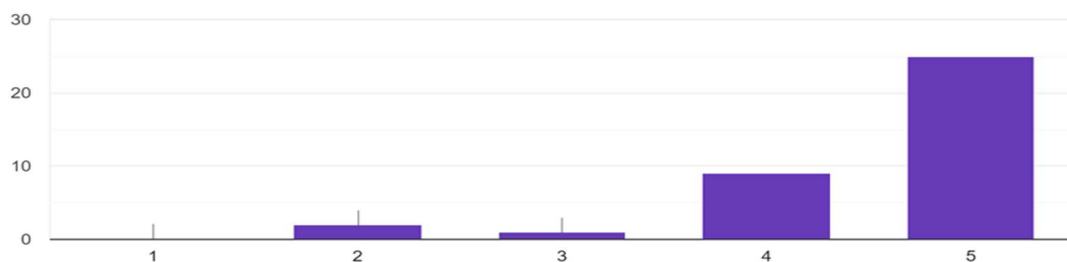


Figura 1. Bloco 1. Precisamos de criar recursos.

O segundo bloco centra-se na relação da educação emocional com programas para mulheres que experimentaram a violência de gênero. As três questões que avaliam os benefícios que a educação emocional pode oferecer a estas mulheres mostram claramente como os participantes concordam plenamente. Nos gráficos seguintes pode-se observar esta relação.

Un programa fundamentado en la educación emocional puede ofrecer nuevas oportunidades a las mujeres que han vivido situaciones de violencia de género.

37 respuestas

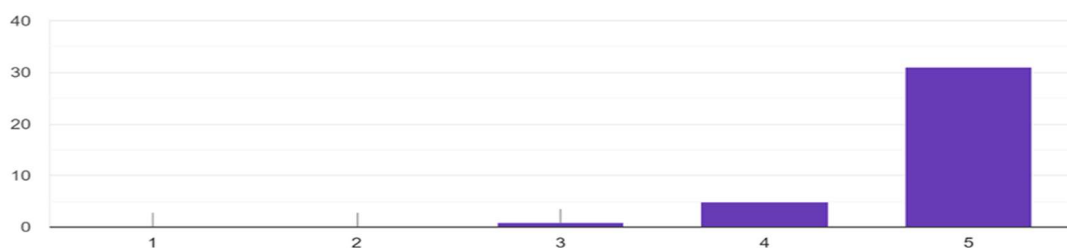


Figura 2. Bloco 2. Programa de educação emocional.

Crear programas que tengan presente la educación emocional es importante para la reinserción de las mujeres.

37 respuestas

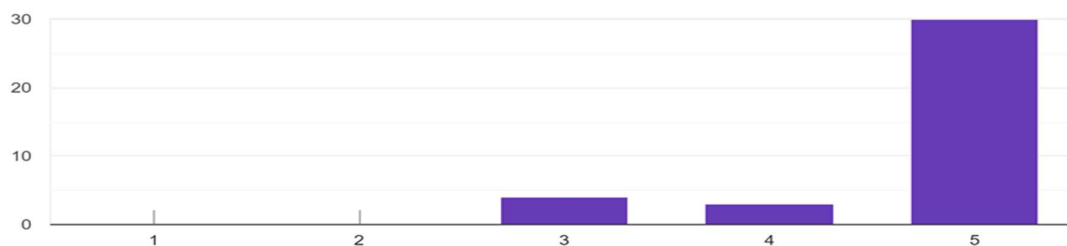


Figura 3. Bloco 2. Programa de educação emocional.

## INVESTIGAÇÃO EM EDUCAÇÃO EMOCIONAL E VIOLÊNCIA DE GÊNERO

Dar recursos emocionales permitirá que las usuarias alcancen una mejor situación psicosocial.  
37 respuestas

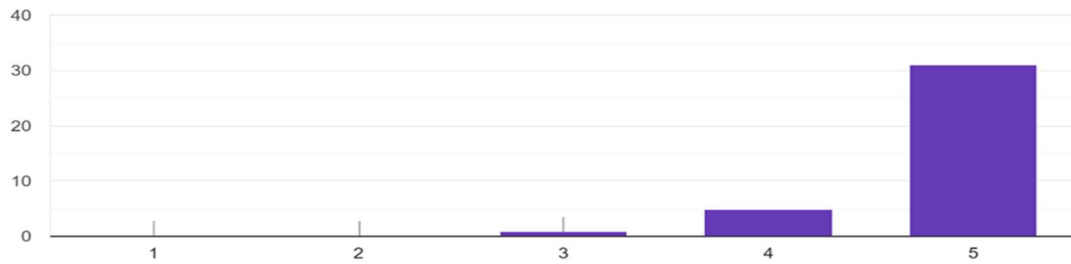


Figura 4. Bloco 2. Programa de educação emocional.

Além disso, os participantes também consideraram importante trabalhar na autoestima das participantes (91,7%) e na autogestão e motivação das mesmas através da educação emocional (75,5%). Outro dos recursos que será tomado em consideração e com o qual os participantes concordaram com o seu benefício, é o trabalho através do corpo. Na afirmação “trabalhar através do corpo permitirá o desenvolvimento e potenciação de novas atitudes que os ajudam a alcançar uma maior autoconfiança”, 59,5% obtiveram 5 na escala e 29,7% o 4. Apenas 5,4% dos participantes responderam abaixo de 3. No item “trabalhar com o corpo ajuda-os a fomentar a autoconfiança em si mesmas e a empoderar-se como pessoa”, os resultados foram semelhantes ao anterior, com 87,2% das respostas acima de 3 e 5,4% abaixo. Isto confirma que os participantes concordam com a importância e os benefícios que estes recursos podem oferecer às mulheres.

Por último, o terceiro bloco menciona alguns aspetos a ter em conta. Por um lado, ter em conta os familiares e, em particular, os filhos das participantes. 72,9% responderam entre 4 e 5 na escala à pergunta “é importante ter presente os familiares nos programas de intervenção” e 86,5% responderam quando questionados sobre a importância de considerar os seus filhos e filhas. Tendo em conta estas questões, propõe-se que, ao realizar as sessões do programa, seja oferecido um serviço onde as crianças possam estar simultaneamente presentes para que as mulheres possam participar sem terem problemas em como os cuidar. O programa tem um perfil grupal, por isso perguntou-se a sua opinião sobre isso, sendo que 97,3% mostraram o seu apoio e decisão, afirmando que o trabalho em grupo pode ajudar a promover a confiança entre elas e umas com as outras.

Uma das dificuldades que pode ocorrer na realização do programa é o compromisso das participantes, uma vez que as mulheres com este perfil muitas vezes têm dificuldade em comprometer-se com atividades de longa duração. As respostas a esta questão são as abaixo apresentadas.

Las mujeres en esta situación, suelen comprometerse a los programas de más de 5 sesiones.  
36 respuestas

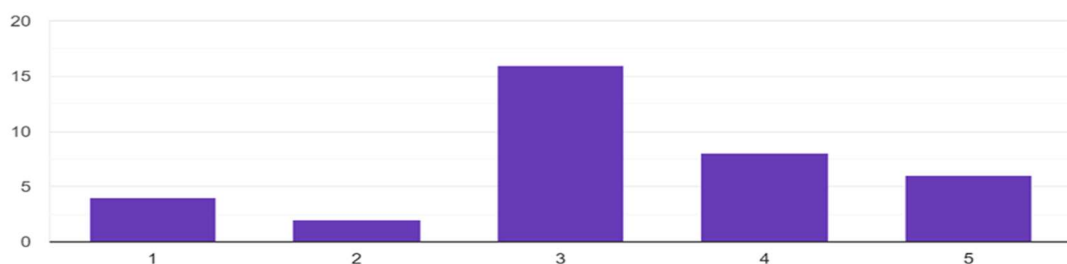


Figura 5. Bloco 3. Características a ter em mente.

### **3.4 CONCLUSÕES.**

Em conclusão, tendo em conta a literatura encontrada e as opiniões dos participantes no inquérito, é necessário criar mais ferramentas e recursos para oferecer às mulheres que tenham sofrido de violência de género. Em particular, baseá-los na educação emocional e no movimento corporal pode trazer grandes benefícios para as participantes, uma vez que tem sido possível ver a ausência de tais programas até agora.

Para isso, é necessário ter em conta alguns aspetos como as suas redes de apoio, as suas responsabilidades e, portanto, as suas oportunidades para aderir ao programa e comprometer-se com este. Tudo isto será incluído na programação, para além de ter em conta o trabalho de grupo, que tantos benefícios se tem visto poder proporcionar-lhes.

## REFERÊNCIAS

### BIBLIOGRAFIA

- Aiquipa Tello, J.J. (2015). Dependência emocional das mulheres vítimas de violência de parceiros íntimos. *Revista de Psicologia (PUCP)*, 33(2), 411-437.
- Akl, P., Pilar, E. e Aponte, F. (2016). Lidar com estratégias em mulheres vítimas de violência doméstica. *Educação Cultural e Sociedade* 7(2), 105-121
- Bellamy, A., Gore, D., y Sturgis, J. (2005). Examinando a relevância da inteligência emocional dentro de programas educativos para os dotados e talentosos. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 3(2), 53-78.
- Bisquerra, R. (2003). Educação emocional e competências básicas para a vida. *Revista de Investigação Educativa*, 21(1), 7-43.
- Bisquerra, R., e Pérez, N. (2012). Educação emocional: estratégias para a sua implementação. *Avanços na supervisão educativa*, (16).
- Bowlby, J. (1979). *A criação e quebra de laços afetivos*. Londres: Tavistock.
- Carneiro, L., Teodor, G. e Chicone, G. (2006). Autoestima das mulheres que sofreram violência. *Latino-Americano Journal of Enfermagem* 14(5), 695-701. <https://doi.org/10.1590/S0104-11692006000500009>
- Collel, J., y Escudé, C. (2003). Educação emocional. *Derrame. Revista dos mestres de La Garrotxa*, 37(8), 8-10.
- Cordeiro, V., e Teyes, R. (2016). Resiliência das mulheres em violência doméstica. *Omnia*, 22(2), 107-118.
- De John, T.F. (2011). Musicoterapia em Cuba: implementação de um programa piloto com mulheres vítimas de violência doméstica. *Ensino e Investigação em Psicologia*, 16(1), 183-205.
- Por Miguel Luken, V. (2015). *Macro violência contra as mulheres 2015*. Ministério da Saúde, Serviços Sociais e Igualdade, Centro de Publicações.
- Delegação do Governo contra a Violência baseada no gênero. Ministério da Igualdade. (2020). *Boletim estatístico mensal*. 680-15-012-6.
- Fernández-González, L., Calvete, E., e Orue, I. (2017). Mulheres vítimas de violência de gênero nos centros de acolhimento: características sociodemográficas e abusos. *Intervenção Psicossocial*, 26(1), 9-17.
- Gago, J. (2014). *Teoria do apego. A ligação*. Escola Basco-Navarra de Terapia Familiar.
- Garrido-Rojas, L. (2006). Apego, emoção e regulação emocional. Implicações para a saúde. *Latin American Journal of Psychology*, 38(3), 493-507.
- González Sala, F., e Gimeno Collado, A. (2009). Violência baseada no gênero: perfil de mulheres com assistência social. *Intervenção Psicossocial*, 18(2), 165-175.
- González-Ospina, L.M., Y Paredes-Núñez, L. S. (2017). Apego e resiliência. *Cientologia*, 6(3), 102-105.
- Hernandez, R. P. y Gras, R.M. L. (2005). Vítimas de violência familiar: Consequências psicológicas para crianças de mulheres abusadas. *Anais de Psicologia*, 21(1), 11-17.
- Hernandez, X. (2013). *Proposta de cuidados psicológicos em grupo para mulheres que sofrem de violência baseada no gênero 2-5*. Recuperado de <http://repositorio.iberopuebla.mx/handle/20.500.11777/193>
- Jerez Luna, M.D. (2017). *Art-therapy: Um estudo de caso sobre violência doméstica superado através da prática artística (tese de licenciatura, Quito: UCE)*.

- Junta de Andaluzia, s.f. [a. https://www.juntadeandalucia.es/organismos/turismoregeneracionjusticiayadministracionlocal/areas/violencia-genero/que-es.html](https://www.juntadeandalucia.es/organismos/turismoregeneracionjusticiayadministracionlocal/areas/violencia-genero/que-es.html)
- Junta de Andaluzia, s.f.B. [https://www.juntadeandalucia.es/export/drupaljda/Violencia\\_Genero\\_Documentacion\\_Red\\_Ciudadana\\_folleto.pdf](https://www.juntadeandalucia.es/export/drupaljda/Violencia_Genero_Documentacion_Red_Ciudadana_folleto.pdf)
- Labrador, F.J., e Alonso, E. (2007). Eficácia a curto prazo de um programa de intervenção para transtorno de stress pós-traumático em mulheres mexicanas vítimas de violência doméstica. *Revista de Psicopatologia e Psicologia Clínica*, 12(2), 117-130.
- Lafuente, E. (2015). Mulheres vítimas de violência de género: workshop "crescendo juntos. Universidade de Jaume I de Castellón. Recuperado de [http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/161071/TFM\\_Lafuente](http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/161071/TFM_Lafuente)
- Lake, A.C. (2013). Efeitos de um programa de intervenção de dança Sufi e técnicas de hipnose cinética em mulheres afetadas pelo stress pós-traumático: vítimas de violência baseada no género. No I Congresso Internacional de Intervenção Psicossocial, Arte Social e Terapia artística.
- Ledesma Illada, E. (2017). Educação Emocional em Espanha desde a sua implantação curricular.
- Lei Orgânica 1/2004, de 28 de dezembro, sobre medidas de proteção integral contra a violência de género. *Diário Oficial do Estado*, 313, 29 de novembro de 2004, 42166 a 42196. Recuperado de [https://violenciagenero.igualdad.gob.es/definicion/pdf/LEY\\_ORGANICA\\_1\\_2004contraviolencia.pdf](https://violenciagenero.igualdad.gob.es/definicion/pdf/LEY_ORGANICA_1_2004contraviolencia.pdf)
- Lei Orgânica 3/2007, de 22 de março, para a igualdade efetiva entre mulheres e homens. *Diário Oficial do Estado*, 71, 23 de março de 2007, 12611-12645. Recuperado de <https://www.boe.es/buscar/pdf/2007/BOE-A-2007-6115-consolidado.pdf>
- López, O.C. (2017). Violência económica e/ou económica contra as mulheres na esfera familiar. *Pessoa e Família*, 1(6), 39-58.
- López-Pérez, B., Fernández-Pinto, I., & Márquez-González, M. (2008). Educação de competências emocionais em adultos e idosos. *Jornal Eletrónico de Investigação em Psicologia Educacional*.
- Maclean, P. (1998). *Evolução do Cérebro Triune*. Nova Iorque: Pleumpress.
- Marrero González, C. (2019). Educação emocional na Espanha.
- Murillo, F. H., Vives, C.C., e Rubio, M. (2004). Conflito de parceiros como uma variável associada à violência baseada no género contra as mulheres: consequências para a saúde sexual e mental. *Revista de Psicopatologia e Psicologia Clínica*, 9(1), 49-64.
- Pérez Jiménez, M. F., e Estévez Marín, I. (2018). "Vítimas Invisíveis". Vítimas menores de violência de género. Análise empírica das visitas com a vítima.
- Piedra, J., Rosa-Martín, J.J., e Muñoz-Domínguez, M. (2018). Intervenção e prevenção da violência baseada no género: uma abordagem do trabalho social.
- Plana, M.A., Amell, R.C., e Alberti, J.M. S. (2008). Grupos de terapia para mulheres vítimas de violência de género. *Psiquiatria Biológica*, 15(2), 29-34.
- Decreto-Lei Real 9/2018, de 3 de agosto, de medidas urgentes para o desenvolvimento do Pacto de Estado contra a violência de género. *Diário Oficial do Estado*, 188, 4 de agosto de 2018, 78281- 78288. Recuperado de <https://www.boe.es/boe/dias/2018/08/04/pdfs/BOE-A-2018-11135.pdf>



## INVESTIGAÇÃO EM EDUCAÇÃO EMOCIONAL E VIOLÊNCIA DE GÊNERO

- Romero, I. (2010). Intervenção na violência baseada no gênero: considerações de tratamento. *Intervenção psicossocial*, 19(2), 191-199.
- Sabina, C., y Tindale, R. S. (2008). Características de abuso e lidar com os recursos como preditores de estratégias de resolução centradas nos problemas entre as mulheres agredidas. *Violência contra as mulheres*, 14(4), 437-456.
- Santandreu, M., e Ferrer, V.A. (2014). Análise da emoção negativa nas mulheres vítimas de violência de parceiro íntimo: culpa e raiva. *Revista de Psicopatologia e Psicologia Clínica*, 19(2).
- Serebrinsky, H. (2012). Psicoterapia em Grupo. *AJAYU* 10(2), 132-135. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/4615/461545462001.pdf>
- Serrano, A.C., Sevilha, D.H., e Hawrylak, M.F. (2017). Educação emocional na infância: uma estratégia inclusiva. *Sala de aula aberta*, 46, 73-82.
- Suarez, C.S., e Barrios, L. (2012). O cérebro triune e a inteligência ética: matriz fundamental da inteligência multifocal. *Praxis*, 8(1), 147-165.
- Verdugo Castro, S. (2017). (R) Evoluir. Projeto socio-laboral para mulheres vítimas de violência de gênero em Valladolid. *Investigação no terceiro sector e proposta*.
- Villamarín Rodríguez, Mayra del Rosário e García Pazmiño, Mercedes Angélica. (2019). Autoestima e violência doméstica: intervenção psicoterapêutica. *Desafios da Ciência*, 3(2), pp. 48-55.
- Zaccagnini Sancho, J. L. (2004). O que é inteligência emocional: a relação entre pensamentos e sentimentos no dia-a-dia (n.º 152.4 Z13q). Madrid, ES: Nova Biblioteca.

### WEBGRAFÍA

- [https://www.inmujer.gob.es/servRecursos/formacion/Pymes/docs/Introduccion/02\\_Definicion\\_de\\_violencia\\_de\\_genero.pdf](https://www.inmujer.gob.es/servRecursos/formacion/Pymes/docs/Introduccion/02_Definicion_de_violencia_de_genero.pdf)
- <https://violenciagenero.igualdad.gob.es/definicion/home.htm>
- [https://www.juntadeandalucia.es/export/drupaljda/Violencia\\_Genero\\_Documentacion\\_Red\\_Ciudadana\\_folleto.pdf](https://www.juntadeandalucia.es/export/drupaljda/Violencia_Genero_Documentacion_Red_Ciudadana_folleto.pdf)