

## O QUE É VIOLÊNCIA PSICOLÓGICA?

A violência psicológica contra as mulheres ocorre de forma velada e silenciosa dentro de contextos desiguais de poder. Nessas relações, práticas abusivas causam danos à competência emocional e influenciam sua motivação, autoimagem e autoestima.

Independente da identidade da pessoa que pratica a violência psicológica, sempre será uma prática machista, sexista e misógina.

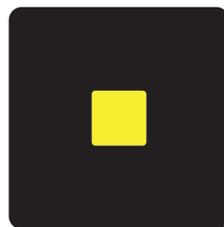
Comumente confundida com a violência verbal, pode ocorrer tanto nas relações de intimidade quanto no trabalho ou em espaços públicos. Esta forma de violência não mensurável ocorre por meio de estratégias isoladas ou combinadas, tais como: desautorização, desqualificação, ridicularização, inferiorização, manipulação, controle, isolamento, chantagem e vigilância, comprometendo a autonomia e autodeterminação das mulheres.

### NAS RELAÇÕES DE INTIMIDADE

Seja ela de parentesco ou proximidade, a Lei Maria da Penha (Lei 11.340/2006) é um importante marco da luta por reconhecimento da violência contra as mulheres e tipifica, dentre outras, a violência psicológica. Mesmo assim, reconhecer tais atos é uma tarefa difícil, inclusive para a rede de políticas públicas, que tende a negligenciar seus efeitos devastadores.

### NOS ESPAÇOS PÚBLICOS E NO EXERCÍCIO PROFISSIONAL

Sendo eles geográficos ou de luta política, as mulheres são confrontadas continuamente com práticas de assédio, deslegitimação, invisibilização, inferiorização, normatização e objetificação dos corpos, o que ocasiona uma série de atravessamentos no exercício de suas liberdades. Nas relações de trabalho pode se materializar a partir das hierarquizações das profissões, cargos, salários, (re)produzindo competições desiguais, afetando, portanto, o reconhecimento das mulheres.



CONSELHO  
REGIONAL DE  
PSICOLOGIA  
MINAS GERAIS

Participe das atividades da Comissão Mulheres e  
Questões de Gênero

[www.crpmg.org.br](http://www.crpmg.org.br)  
[www.facebook.com/crpmg](https://www.facebook.com/crpmg)

## Violência psicológica contra as mulheres



## Comissão Mulheres e Questões de Gênero

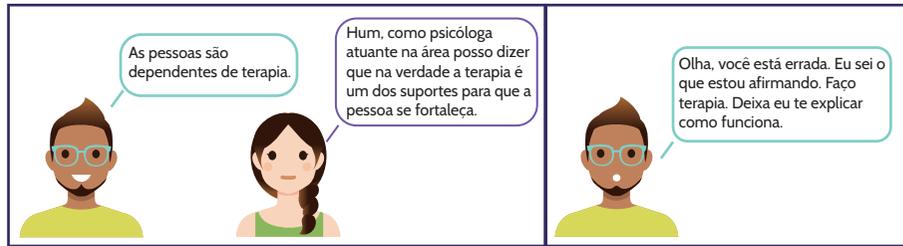
## COMO A VIOLÊNCIA PSICOLÓGICA É PRODUZIDA?

É importante que psicólogas(os) incluam em suas práticas reflexões sobre as questões de gênero e as especificidades da violência contra as mulheres de forma qualificada. Para tal, é preciso identificar a violência psicológica na perspectiva das relações de poder, com o propósito de desconstruir sistemas normativos, desiguais e hierárquicos tão naturalizados, promovendo, portanto, práticas libertadoras. O movimento de mulheres nomeia alguns tipos de violência psicológica contra mulheres, tais como:

### MANSPLAINING

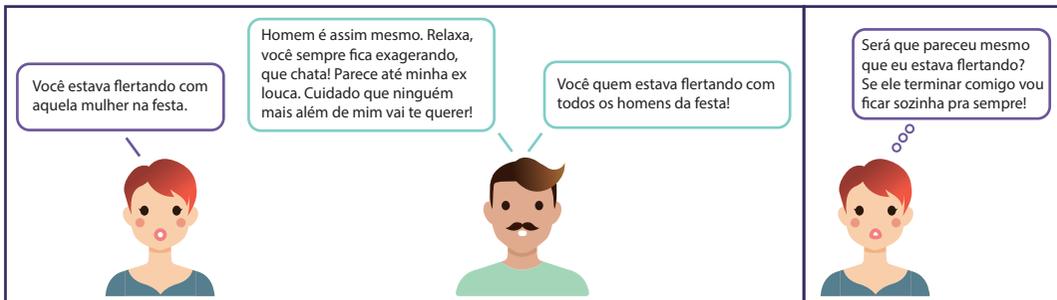
do inglês  
man + explaining

Ocorre quando é explicado para uma mulher algo que ela já sabe, pressupondo sua incapacidade de compreender sozinha e por acreditar que se sabe mais sobre o assunto.



O termo deriva de um filme de 1944 traduzido para o português com o nome "À meia noite", no qual o marido faz a esposa se passar por louca com o objetivo de se apropriar de sua herança. Por meio desta manipulação psicológica, a mulher passa então a duvidar da sua capacidade, memória, percepção, bem como de sua sanidade. É uma forma de opressão e controle, em que a mulher abre mão das próprias ideias e escolhas porque duvida do que é capaz e daquilo que acredita ser real.

### GASLIGHTING



### BROPRIATING

do inglês  
brother + appropriating

É uma prática muito comum no espaço de trabalho. Como as mulheres são menos ouvidas no ambiente corporativo, em uma reunião, por exemplo, ao dar uma ideia ela não é escutada ou sequer tem a atenção dos ouvintes. Em seguida, um homem se apropria do que foi dito por ela, repete exatamente sua fala e imediatamente recebe o crédito pela ideia, que é aceita como se fosse dele.



### MANERRUPTING

do inglês  
man + interrupting

Este tipo de violência pode ocorrer em uma conversa de grupo ou entre duas pessoas. Acontece toda vez que a fala de uma mulher é interrompida, não permitindo que ela termine a sua linha de pensamento.

