Cofinanciado pela
União Europeia

ATHENA

BEGIN

MANUAL

ATHENA START: 856613 - COOPERAÇÃO EUROPEIA CONTRA A VIOLÊNCIA DOMÉSTICA PARA COM AS PESSOAS COM DEFICIÊNCIA INTELECTUAL.

WP2: RECOLHA DE DADOS SOBRE AS NECESSIDADES DOS PROFISSIONAIS E DESENVOLVIMENTO DE MATERIAL PARA A MELHORIA DAS COMPETÊNCIAS

έδρα social cooperative activities for vulnerable groups

U.PORTO FACULDADE DE PSICOLOGIA E DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO UNIVERSIDADE DO PORTO

A LA PAR

UMAR

atades

I. PREMISSAS TEÓRICAS

1. O QUE É VIOLÊNCIA DE GÉNERO? IDENTIFICAÇÃO E ENQUADRAMENTO LEGAL

A violência de género (VG), a violência contra as mulheres (VCM) e a violência doméstica (VD) são um problema de saúde pública pandêmico mundial, uma violação dos direitos humanos e uma questão de proteção e de saúde que ameaça à vida. Estima-se que uma em cada três mulheres sofrerá violência sexual ou física durante a vida.
Durante as deslocações e em tempos de crise, a ameaça da VG aumenta significativamente para mulheres e meninas.
As consequências da VG são desvastadoras e podem ter repercussões para as/os sobreviventes ao longo da vida. Podem, também, ser letais, levando à morte da pessoa.

Violência baseada no género (VG) por definição

Várias agências internacionais, pesquisadoras/es e governos reconhecem a gravidade do problema das VG, VCM e VD. Esses são conceitos para diferentes formas de violência que refletem diversas tradições teóricas e políticas; no entretanto, o principal objetivo de todos os termos é prevenir e combater essas formas de violência, e abrir o caminho para a proteção, a recuperação e a autodeterminação das vítimas.

Segundo o UNHCR, a violência de género "refere-se a atos prejudiciais a um indivíduo com base em seu género. Ela tem suas raízes na desigualdade de género, no abuso de poder e em normas dolosas" [1]

VG é um termo abrangente para qualquer ato prejudicial baseado em diferenças socialmente atribuídas (i.e. género) entre homens e mulheres. Inclui atos que infligem dano ou sofrimento físico, sexual, psicológico ou mental, ameaças, coerção, manipulação e outras privações de liberdade, bem como privação económica. Isto pode assumir muitas formas, tais como violência do parceiro íntimo, violência sexual, casamento infantil, mutilação genital feminina e os chamados "crimes de honra".

[1] UNHCR Violência baseada no género, disponível em: https://www.unhcr.org/gender-based-violence

A violência contra a GBV é dirigida contra uma pessoa ou pessoas devido ao seu género; é também uma forma de violência que afecta as pessoas de cada género de forma desproporcionada.I[2].

A Comissão Europeia[3] identifica a violência contra as mulheres como uma violação dos direitos humanos e uma forma de discriminação contra as mulheres e deve significar todos os atos de violência de género que resultem ou são susceptíveis de resultar em

- dano físico;
- dano sexual;
- dano psicológico;
- dano econômico;
- ou sofrimento para as mulheres.[4]

Os danos da VG, VCM, ou VD estendem-se a lesões e traumas físicos ou psicológicos, angústia, problemas de saúde, consequências sociais e familiares, bem como consequências na saúde cognitiva e emocional e nas capacidades. Estas consequências estendem-se também às crianças, tanto às que são visadas pelo perpetrador como às que, aparentemente, não são visadas por ele.

A VG pode incluir violência contra mulheres, violência doméstica contra mulheres, homens ou crianças que vivem na mesma unidade doméstica. Embora mulheres e meninas sejam as principais vítimas da VG, ela também causa graves danos às famílias e à comunidade.

Fonte: European Commission: *What is gender-based violence?*

A violência com base no gênero e violência contra as mulheres são dois termos frequentemente usados como sinónimos, já que a maior parte da violência contra as mulheres é infligida (por homens) por motivos de género e, a violência com base no género afeta as mulheres de forma desproporcional[5].

A Declaração da ONU sobre Eliminação da Violência contra a Mulher define-a como qualquer ato de violência de género que resulte ou que possa resultar em dano físico, sexual ou psicológico ou sofrimentos contra as mulheres, incluindo a ameaça de tais atos, coerção ou privação arbitrária de liberdade, ocorrendo na vida pública ou privada[6].

Em documentos legais mais recentes, há exemplos de fusão dos dois termos,sendo utilizado o termo 'violência de género contra as mulheres'. Por exemplo, na Convenção do Conselho

---

[2] Comissão Europeia O que é a violência baseada no género?, disponível em: https://ec.europa.eu/info/policies/justice-and-fundamental-rights/gender-equality/gender-based-violence/what-gender-based-violence_en

[3] Diretrizes IA SC GBV, disponíveis em: https://gbvguidelines.org/en/

[4] Comissão Europeia O que é violência baseada no género ?, disponível em: https://ec.europa.eu/info/policies/justice-and-fundamental-rights/gender-equality/gender-based-violence/what- violência baseada em gênero_en

[5] Conselho da Europa O que é violência baseada em gênero, disponível em: https://wwwcoe.int/en/web/gender-matters/what-is-gender-based-violence

[6] Declaração da ONU sobre a Eliminação da Violência contra as Mulheres, Artigo , disponível em: A/RES/48/104 - E - A/RES/48/104 -Desktop (undocs.org)

da Europa para a Prevenção e Combate à Violência contra as Mulheres e Violência Doméstica (Convenção de Istambul), o Artigo 3 oferece a seguinte definição:

> *"violência de género contra as mulheres significa a violência dirigida contra uma mulher porque ela é mulher ou que afecta as mulheres de forma desproporcionada".*[7]

Usando a definição de "violência de gênero contra as mulheres" do relatório explicativo à Convenção de Istambul como ponto de partida, podemos dizer que:

> *"A violência de gênero refere-se a qualquer tipo de dano que seja perpetrado contra uma pessoa ou grupo de pessoas por causa de seu sexo, gênero, orientação sexual e/ou identidade de gênero, factual ou percebida".*

A violência de género baseia -se no desequilíbrio de poder e é praticada com o intuito de humilhar e de fazer com que uma pessoa ou um grupo de pessoas se sinta inferior e/ou subordinado/a. Este tipo de violência está profundamente enraizado nas estruturas, normas e valores sociais e culturais que governam a sociedade, sendo, muitas vezes, perpetrado por uma cultura de negação e de silêncio. Tal fenómeno pode acontecer tanto na esfera privada quanto na pública e afeta as mulheres de maneira desproporcional.

A violência de género pode ser sexual, física, verbal, psicológica (emocional) ou socioeconómica, e pode assumir muitas formas, desde violência verbal e discurso de ódio na Internet, até violação ou homicídio. Pode ser perpetrada por qualquer pessoa: um actual ou antigo cônjuge/parceiro, um/a membro/a da família, um/a colega de trabalho, colegas de escola, amigos/as, uma

> "Pessoa desconhecida, ou pessoas que agem em nome de instituições culturais, religiosas, estatais ou infra-estatais. A violência de género, como qualquer tipo de violência, é uma questão que envolve relações de poder. Baseia-se no sentimento de superioridade e na intenção de afirmar essa superioridade na família, na escola, no trabalho, na comunidade ou na sociedade como um todo" [8]

Definições como estas, aplicam-se a casos em que o género é a base da violência perpetrada contra uma pessoa. No entanto, o género envolve mais do que ser homem ou mulher [cis]: alguém pode nascer com características sexuais femininas, mas se identificar como homem[identidade de género trans], ou como homem e mulher ao mesmo tempo [género não-binário], ou, às vezes nem como homem nem como mulher [identidade de género não-binária]. Pessoas LGBTQIA + (Lésbicas, gays, bissexuais, transgéneros, *queer*, intersexo assexual e outras pessoas que não se enquadram na norma heterossexual ou nas categorias binárias de género tradicionais) também sofrem violência com base na orientação sexual e/ ou na identidade de género.

Por esse motivo, a violência contra essas pessoas também se enquadra no âmbito da violência de género. Além disso, os homens também podem ser alvos da violência de género:

---

[7] Convenção do Conselho da Europa sobre a prevenção e combate à violência contra as mulheres e violência doméstica (Convenção de Istambul), Artigo 3, disponível em: https://rm.coe.int/168008482e

[8] Convenção do Conselho da Europa sobre a prevenção e combate à violência contra as mulheres e violência doméstica (Convenção de Istambul), Artigo 3, disponível em: https://rm.coe.int/168008482e

estatisticamente, o número desses casos é muito menor em comparação com as mulheres, mas não deve ser negligenciado.

Fonte: European Council, *What is gender-based violence?* Conselho Europeu, *O que é violência baseada no género?*

Violência Doméstica

A violência doméstica inclui todos os atos de violência física, sexual, psicológica e econômica que ocorrem dentro da família, unidade doméstica ou entre parceiros/as íntimos/as. Estes podem ser infligidos por ex-cônjuges ou atuais, mesmo quando não compartilham a mesma residência. 22% de todas as mulheres que têm (ou tiveram) algum/a parceiro/a já sofreram violência física e/ou sexual por parte dele/a desde os 15 anos de idade.

Assédio Sexual

O assédio sexual inclui conduta verbal, física indesejadas ou outra conduta não verbal de natureza sexual com o propósito ou efeito de violar a dignidade de uma pessoa. Entre 45% e 55% das mulheres na UE sofreram assédio sexual desde os 15 anos de idade. A legislação da UE define assédio sexual e proíbe a sua prática (Comissão Europeia)[9].

Formas de violência baseada no género

A VG pode tomar várias formas:

Física: Formas típicas de violência física são espancamento, estrangulamento, empurrão e uso de armas. Na UE, 31% das mulheres sofreram um ou mais atos de violência física desde os 15 anos.

Sexual: inclui atos sexuais, tentativas de obter ato sexual, atos de tráfico ou atos dirigidos contra a sexualidade de uma pessoa sem o consentimento desta. Estima-se que uma em cada 20 mulheres (5%) foi estuprada em países da UE desde os 15 anos.

Psicológico: inclui comportamentos psicologicamente abusivos, como controle, coerção, violência econômica e chantagem. 43% das mulheres nos 28 países da UE sofreram alguma forma de violência psicológica por parte de um/a parceiro/a íntimo/a (Comissão Europeia)[10].

Regulamentos da UE contra a violência baseada no género

Segundo o Instituto Europeu para a Igualdade de Género (EIGE), "todos os Estados-Membros da UE aprovaram os principais instrumentos de direitos humanos, que os obrigam a combater a violência contra as mulheres como uma violação dos direitos humanos e como uma forma específica de violência relacionada com o género, ligada à discriminação das mulheres. Isto implica a obrigação dos Estados-Membros de pôr termo à impunidade e proibir toda a

[9] Obtido em: https://ec.europa.eu/info/policies/justice-and-fundamental-rights/gender-equality/gender-based-violence/what-gender-based-violence_en
[10] Idem.

violência, de tomar medidas para a prevenir, de proporcionar protecção adequada às sobreviventes e de assegurar reparação.

A UE apoia uma maior protecção das mulheres através da legislação não vinculativa - *soft law* - comunicações, recomendações, etc, proporcionando princípios orientadores, intercâmbio de boas práticas e reforço de capacidades.

A Comissão Europeia aborda explicitamente a violência contra as mulheres através de vários instrumentos políticos, principalmente a Estratégia para a Igualdade entre Mulheres e Homens 2010-2015 (*Strategy for Equality between Women and Men 2010-2015*) que segue a Carta das Mulheres (2010) e o roteiro *Roadmap for Equality between women and men* 2006-2010. Em maio de 2011, a Comissão propôs um novo pacote legislativo para garantir um nível mínimo de direitos, proteção, apoio e acesso à justiça das vítimas.

Em conformidade com a Carta das Mulheres, que prevê a criação de um quadro político abrangente e eficaz para combater a violência baseada no género, as propostas da Comissão Europeia resultaram em importantes atos vinculativos.

Quadro legal regulatório

<u>Grécia</u>

Violência por parceiro íntimo

Na Grécia, "violência doméstica" é a prática dos crimes contra um membro da família (artigos 6, 7, 8 e 9 deste acto e artigos 299 e 311 do Código Penal):

- Lesão física doméstica
- Violência e ameaça doméstica ilegal
- Estupro e abuso
- Abuso sexual
- Homicídio culposo
- Homicídio doloso

Fonte legal: *Act 3500/2006*

Estupro

O uso de violência física ou ameaça pela pessoa A para forçar a pessoa B a ter relações sexuais ou outros actos obscenos ou tolerância a eles.

Fonte legal: Código Penal, Artigo 336

Agressão sexual (excluindo estupro)

Gestos obscenos ou sugestões sobre atos obscenos que ofendem brutalmente a dignidade de outra pessoa no campo da vida sexual

Fonte legal: Código Penal, artigos 337 e 338

Assédio sexual

Quando ocorrer qualquer forma de conduta indesejada, verbal, não verbal ou física de natureza sexual, com propósito ou efeito de violação da dignidade dessa pessoa, em particular na criação de um ambiente intimidador, hostil, degradante, humilhante ou ofensivo.

Fonte legal: Lei 3896 de 2010

Perseguição

Observações:

Não existe uma definição legal para *stalking*, nem legislação relevante (no entanto a vítima pode ser protegida por outras disposições legais, por exemplo, disposições relativas a ameaças).

Fonte: Instituto Europeu para Igualdade de Género: Definições Legais nos Estados-Membros da UE, disponível em https://eige.europa.eu/gender-based-violence/regulatory-and-legal-framework/legal-definitions-in-the -eu? c [] = GR

Portugal

Violência Doméstica

Em Portugal, não existe um crime específico designado por "violência baseada no género" ou "violência do parceiro íntimo". O crime estabelecido na lei portuguesa é a **violência doméstica**. No entanto, tanto o preâmbulo como a redacção da Lei 112/2009, de 16 de Setembro e também no Art. 152 do Código Penal, reconhece-se que o VD está principalmente nas relações do parceiro íntimo no presente ou no passado, dentro ou fora da coabitação, mas não se restringe a eles. Abaixo da definição exacta no PT CC.

De acordo com o Código Penal, comete violência doméstica:

“1 - Quem, de modo reiterado ou não, infligir maus tratos físicos ou psíquicos, incluindo castigos corporais, privações da liberdade e ofensas sexuais:

a) Ao cônjuge ou ex-cônjuge;

b) A pessoa de outro ou do mesmo sexo com quem o agente mantenha ou tenha mantido uma relação de namoro ou uma relação análoga à dos cônjuges, ainda que sem coabitação;

c) A progenitor de descendente comum em 1.º grau; ou

d) A **pessoa particularmente indefesa**, nomeadamente em razão da idade, **deficiência**, doença, gravidez ou dependência económica, que com ele coabite;

(...)

3 - Se dos factos previstos no n.º 1 resultar:

a) Ofensa à integridade física grave, o agente é punido com pena de prisão de dois a oito anos;

b) A morte, o agente é punido com pena de prisão de três a dez anos.

Fonte Legal: Código Penal, Artigo 152

Violação

Como definido no Código Penal Português, o crime de estupro é quando:

“Violação

TEXTO

1 - Quem constranger outra pessoa a:

a) Praticar consigo ou com outrem cópula, coito anal ou coito oral; ou

b) Praticar atos de introdução vaginal, anal ou oral de partes do corpo ou objetos;

é punido com pena de prisão de um a seis anos.

2 - Quem, por meio de violência, ameaça grave, ou depois de, para esse fim, a ter tornado inconsciente ou posto na impossibilidade de resistir, constranger outra pessoa:

a) A sofrer ou a praticar, consigo ou com outrem, cópula, coito anal ou coito oral; ou

b) A sofrer introdução vaginal ou anal de partes do corpo ou objectos;

é punido com pena de prisão de três a dez anos.

3 - Para efeitos do disposto no n.º 1, entende-se como constrangimento qualquer meio, não previsto no número anterior, empregue para a prática dos atos referidos nas respetivas alíneas a) e b) contra a vontade cognoscível da vítima.”

Fonte legal: Código Penal, Artigo 164.

Coacção Sexual

“1 - Quem, por meio de violência, ameaça grave, ou depois de, para esse fim, a ter tornado inconsciente ou posto na impossibilidade de resistir, constranger outra pessoa a sofrer ou a praticar, consigo ou com outrem, acto sexual de relevo é punido com pena de prisão de 1 a 8 anos.

2 - Quem, por meio não compreendido no número anterior, constranger outra pessoa a sofrer ou a praticar ato sexual de relevo, consigo ou com outrem, é punido com pena de prisão até 5 anos.”

Fonte Legal: Código Penal, Artigo 163.

Importunação Sexual

Na lei portuguesa, o assédio sexual não é criminalizado. É estabelecido apenas como contravenção grave no Código de Trabalho. No Código Penal, a criminalização é apenas de alguns atos que podem “perturbar” uma pessoa:

> “Quem importunar outra pessoa, praticando perante ela atos de carácter exibicionista, formulando propostas de teor sexual ou constrangendo-a a contacto de natureza sexual, é punido com pena de prisão até 1 ano ou com pena de multa até 120 dias, se pena mais grave lhe não couber por força de outra disposição legal.”

Fonte Legal: Código do Trabalho, Artigo 29; Código Criminal; Lei 19/2013 de 20 de fevereiro, artigo 170

Fonte: Instituto Europeu para a Igualdade de Género: Definições Legais nos Estados-Membros da UE, disponível em: https://eige.europa.eu/gender-based-violence/regulatory-and-legal-framework/legal-definitions-in-the -eu? c [] = PT

<u>Espanha</u>

Violência por Parceiro Íntimo

Artigo 1. (Lei Orgânica 1/2004 de 28 de dezembro sobre Medidas Integradas de Proteção contra a Violência de Género)

Objectivo da Lei

1. O objectivo desta Lei é combater à violência exercida contra as mulheres por seus atuais ou ex-cônjuges ou por homens com quem mantenham ou tenham mantido relações afetivas análogas, com ou sem coabitação, como expressão de discriminação, da situação de desigualdade e as relações de poder prevalecentes entre os sexos.

2. A presente Lei estabelece medidas de proteção integradas cujo objetivo é prevenir, punir e erradicar esta violência e prestar assistência às suas vítimas.

3. A violência de género a que esta Lei se refere abrange todos os atos de violência física e psicológica, incluindo ofensas contra a liberdade sexual, ameaças, coerção e a privação arbitrária de liberdade".

Fonte legal: Lei Orgânica 1/2004 de 28 de dezembro sobre Medidas Integradas de Proteção contra a Violência de Género

Violação

Quando a agressão sexual consistir em penetração vaginal, anal ou oral, ou inserção de partes do corpo ou objectos em qualquer um dos dos dois primeiros orifícios, o agressor será condenado por estupro com pena de reclusão de seis a doze anos.

Fonte legal: Código Penal, Artigo 179.

Agressão sexual (excluindo estupro)

Quem ofender a liberdade sexual de outra pessoa, com uso de violência ou intimidação, é punido por agressão sexual com pena de prisão de um a cinco anos.

Fonte legal: Código Penal, Artigo 178

Assédio sexual

Quem solicitar favores de natureza sexual, para si ou para terceiros, no âmbito de uma relação de trabalho contínua ou habitual, de ensino ou de prestação de serviços, e por tal conduta causar à vítima uma situação objectiva e seriamente intimidante, hostil ou humilhante, será condenado por assédio sexual e punido com uma pena de prisão de três a cinco meses ou com uma multa de seis a dez meses.

Fonte Legal: Código Penal, Artigo 184

Perseguição

Em Espanha, o termo perseguição (*stalking*) não está definido, mas existe o termo "assédio físico", que significa quem infligir um tratamento degradante a outra pessoa, lesando gravemente a sua integridade moral, é punido/a com com uma pena de prisão de seis meses a dois anos.

Fonte legal: Código Penal, 173, 1

Fonte: Instituto Europeu para a Igualdade de Género: Definições Legais nos Estados-Membros da UE, disponível em: https://eige.europa.eu/gender-based-violence/regulatory-and-legal-framework/legal-definitions-in-the -eu? c [] = ES

2. CONSCIÊNCIA DA NORMALIZAÇÃO DAS NORMAS SOCIAIS DE HOMENS E MULHERES QUE PODEM SE TORNAR DV / G-BV.

De acordo com a definição dada pela Organização Mundial da Saúde, “normas culturais e sociais são regras ou expectativas de comportamento dentro de um grupo cultural ou social específico. Muitas vezes não ditas, essas normas oferecem padrões sociais de comportamento apropriado e inapropriado, governando o que é (e não é) aceitável e coordenando nossas interações com os outros. As normas culturais e sociais persistem na sociedade devido à preferência dos indivíduos por se conformar, dada a expectativa de que outros também se conformem. Uma variedade de pressões externas e internas são consideradas para manter as normas culturais e sociais. Assim, os indivíduos são desencorajados a violar as normas pela ameaça de desaprovação social ou punição e sentimentos de culpa e de vergonha que resultam da internalização das normas.

As normas culturais e sociais não correspondem necessariamente às atitudes de um indivíduo (sentimentos positivos ou negativos em relação a um objeto ou ideia) e crenças (percepções de que certas premissas são verdadeiras), embora possam influenciar essas atitudes e crenças se as normas forem internalizadas. As normas culturais e sociais também variam amplamente; portanto, o comportamento aceitável para um grupo social, bando ou cultura pode não ser tolerado por outro”[11].

Nem todas as normas culturais e sociais são a favor da discriminação e/ou violência. Na maioria dos países do mundo e também na UE, incluindo os países participantes deste projeto, existem normas sociais e culturais que favorecem a igualdade, o respeito e a equidade. Isso também fica evidente na legislação - discriminação e violência não são permitidas e, na maioria das vezes, foram criminalizadas nas últimas décadas.
Consequentemente, as normas culturais e sociais não estão unificadas, por vezes, são divergentes, em outras são contraditórias.

Tanto as normas culturais como as sociaisa favor e contra a igualdade e o respeito coexistem na sociedade. E são as relações de poder nos grupos - casal, família, comunidade que fazem a diferença para o (des)equilíbrio entre igualdade e respeito, de modo a abrir o caminho para a violência.

Embora a violência exista devido a relações de poder desiguais, para a capacitação podemos identificar algumas normas culturais e sociais que contribuem para o apoio a diferentes tipos de violência[12]:

Normas culturais e sociais que contribuem para diferentes tipos de violência

[11] Obtido em: Organização Mundial de Saúde Mudança de normas culturais e sociais que apoiam o comportamento violento, disponível em:
https://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/norms.pdf
[12] Fonte: Organização Mundial de Saúde Mudança de normas culturais e sociais que apoiam o comportamento violento.

Maus tratos à criança

- As raparigas são menos valorizadas na sociedade do que os rapazes e algumas pessoas consideram que os rapazes têm mais potencial social e económico.
- As crianças são submetidas ao poder do pai que tem o poder da vida e da morte sobre seus/suas filhos/as.
- O castigo físico é uma parte aceitável ou normal da criação de uma criança.
- As comunidades aderem a práticas culturais tradicionais prejudiciais, como o casamento infantil.

Violência por parceiro íntimo

- Um homem tem o direito de afirmar o poder sobre uma mulher e é socialmente superior.
- Um homem tem o direito de "corrigir" ou disciplinar o comportamento feminino.
- A liberdade de uma mulher deve ser restringida.
- A violência física é uma forma aceitável de resolver conflitos dentro de uma relação.
- Uma mulher é responsável por fazer um casamento funcionar.
- A violência do parceiro íntimo é vergonhosa e a denúncia de abuso é desrespeitosa.
- O divórcio é vergonhoso.
- A violência pode ocorrer ou porque as demandas financeiras não são atendidas, ou por causa dela.
- A honra de um homem está ligada ao comportamento sexual de uma mulher. Aqui, qualquer desvio das normas sexuais envergonha toda a família.

Suicídio e automutilação

- Os problemas de saúde mental são embaraçosos e vergonhosos, o que desencoraja as pessoas a procurarem ajuda.
- Indivíduos em diferentes grupos sociais dentro da sociedade não são tolerados - por exemplo, homossexuais.

Violência Sexual

- Sexo é um direito do homem no casamento.
- As raparigas são responsáveis por controlar os impulsos sexuais do homem.
- A violência sexual é uma forma aceitável de colocar as mulheres em seus lugares de submissão aos desejos alheios ou de puni-las.
- A atividade sexual (incluindo estupro) é um marcador de masculinidade.
- Sexo e sexualidade são assuntos tabu.
- A violência sexual, como o estupro, é vergonhosa para a vítima, o que impede a revelação.

Violência Juvenil

- Denunciar a violência ou bullying juvenil é inaceitável.
- A violência é uma forma aceitável de resolver conflitos.

Violência Comunitária

- Intolerância cultural, aversão intensa e criação de estereótipos sobre grupos marcados como “diferentes”, subalternizados e/ou excluídos (por ex., violência xenofóbica, violência racista, violência homofóbica e violência classista contra pessoas pobres).

Fonte: Organização Mundial de Saúde. Mudanças das normas culturais e sociais que apoiam o comportamento violento.

A perspectiva da deficiência

De acordo com a Action on Disability and Development International (ADD), cerca de uma em cada cinco mulheres em todo o mundo é uma mulher com alguma deficiência. Para as mulheres com deficiência, a violência baseada no género é muitas vezes agravada pela discriminação baseada na deficiência.

As mulheres com deficiência são frequentemente consideradas fracas, sem valor e, em alguns casos, sub-humanas por suas sociedades - e, por isso, enfrentam um risco maior de violência doméstica e sexual.

A interseção entre deficiência e violência baseada no género é particularmente preocupante porque algumas formas de violência contra mulheres com deficiência permaneceram invisíveis e não foram reconhecidas como violência baseada no género devido à discriminação por deficiência.

Mulheres com deficiência em todo o mundo experimentam níveis muito mais altos de violência física, sexual e psicológica, por períodos mais longos e com piores impactos físico e mental do que mulheres sem deficiência.

Os principais fatores que contribuem para a efetivação da violência contra mulheres e meninas com deficiência são:

Atitudes patriarcais: Atitudes em relação às mulheres nas sociedades patriarcais combinadas com atitudes em relação à deficiência.

Discriminação e Opressão: Devido às relações de poder desiguais e à discriminação e o controle sobre meninas e mulheres com deficiência podem estar numa situação em que não têm condições de se defender ou de buscar apoio. Às vezes, elas também sofrem outras formas de violência, por ex. isolamento social.

Dificuldade no acesso aos serviços: Em alguns países ou comunidades, os serviços não são acessíveis porque há falta de conscientização sobre os direitos das pessoas com deficiência, incluindo pessoas com DI.

[1] World Health Organization Changing cultural and social norms supportive of violent behavior, available from: https://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/norms.pdf

[2] ADD International (Action on Disability and Development), disability and gender-based violence. ADD International's approach, Learning paper, available from: https://add.org.uk/sites/default/files/Gender_Based_Violence_Learning_Paper.pdf

3. FERRAMENTAS DE PREVENÇÃO: REFORÇAR AS CAPACIDADES E OS RECURSOS PARA O DESENVOLVIMENTO INTEGRAL DE MULHERES COM DEFICIÊNCIA.

INTRODUÇÃO

Alguns princípios devem ser tidos em conta antes da implementação de qualquer programa ou actividade destinada a prevenir e intervir junto das pessoas vítimas de violência baseada no género, incluindo as pessoas com identificação.

Em primeiro lugar, é crucial assegurar a protecção e a segurança das pessoas envolvidas. Esta tem de ser a prioridade da nossa intervenção. Se a violência for conhecida, a vítima/vivente deve ser apoiada por profissionais especializados, por exemplo, encaminhada para centros de aconselhamento para mulheres/pessoas vítimas de violência baseada no género. Os programas de intervenção ou prevenção só devem ser estabelecidos depois de a segurança e protecção estarem asseguradas. Isto deve ser feito tanto nos locais onde as actividades têm lugar como para garantir que, após as actividades, os participantes tenham um local seguro para se deslocarem.

Quando os programas ou actividades devem ser implementados com mulheres em geral e ou mulheres/pessoas com identificação, pode acontecer que, entre os participantes, uma pessoa ou um grupo de pessoas seja ou seja vítima de VBG e ainda não se saiba. Assim, o segundo princípio é manter os programas e actividades em geral, abordando os tópicos como conhecimento geral e abstracto para informação dos participantes. Os facilitadores devem estar preparados para o facto de algumas pessoas poderem revelar a sua situação, informando que ele/ela está a viver numa situação de violência. Para isso, os facilitadores precisam de um plano prévio para o que fazer em tal caso.

O terceiro princípio é a relevância e o ajuste dos tópicos, atividades, linguagem e dinâmica para os participantes com os quais trabalharemos. Os programas, oficinas de treinamento e atividades devem ser selecionados para serem adequados ao grupo, tanto em termos de habilidades intelectuais quanto de qualificações educacionais. Assim, será necessário ter em conta que, ao abordar pessoas com ID, os materiais e actividades devem ser correctamente adaptados para que sejam cognitivamente acessíveis.

Do ponto de vista da erradicação da violência contra a mulher, sua prevenção deve desempenhar um papel fundamental.

Graças a uma expansão da nossa consciência da realidade das mulheres com DI, passamos a perceber uma realidade alarmante sobre a prevalência e extensão da violência de gênero em nossas sociedades e, em particular, contra as mulheres com deficiência (E. Castellanos, 2020).

As estratégias para prevenir a violência contra as mulheres podem ser implementadas a partir de cinco perspectivas diferentes :

- **Prevenção Universal:** são campanhas de sensibilização pública sobre igualdade de género, direito das mulheres, de pessoas LGBTQIA +, migrantes e pessoas com deficiência (s);

- **Prevenção primária**: educação sistemática destinada à erradicação das desigualdades, da discriminação e da violência contra as mulheres, antes desta ocorrer.

- **Prevenção secundária**: centrada na atenção imediata, bem como intervenções a longo prazo, apoio e acompanhamento (psicológico, legal e/ou social) às mulheres depois de ter sofrido algum tipo de violência, visando a proteção e a segurança da vítima bem como o apoio para recuperar e retomar o controle da sua vida, incluindo os meios - recursos simbólicos e materiais - para (re)construir a vida dela e dos/as filhos/as sem violência ;

- **Prevenção terciária**: ocorre quando o risco de morte ou violência grave é avaliado como médio ou alto; está também focado inicialmente em garantir a proteção e a segurança da vítima/sobrevivente - por medidas judiciais emitidas para proibir o agressor de abordar a vítima (incluindo prisão preventiva) ou para garantir um local seguro (abrigo) para a vítima; aborda também intervenções de longo prazo, garantindo apoio e acompanhamento jurídico e/ou psicológico e social;

- **Prevenção Quaternária:** é o acompanhamento da sustentabilidade do projeto de não-violência para saber se a/s pessoa/s tem meio/s para prosseguir construindo uma vida sem violência.

Para desenvolver estratégias eficazes para a prevenção da violência contra as mulheres com deficiência intelectual, temos primeiro de abordar as bases que originam tal violência. Uma das causas que precipita a violência contra as mulheres, com ou sem deficiência, é a construção social de diferentes papéis de gênero. Esses papéis são atribuídos de forma desigual, criando relações de poder desiguais.

Tendo em vista que a construção social de funções se desenvolve desde a infância e é mantida ao longo da vida adulta, é lógico pensar que se queremos uma estratégia de prevenção transversal, é preciso alargá-la a toda a população, sem deixar ninguém de fora da estratégia devido à género, idade ou deficiência. Caso contrário, corremos o risco de não efetuar uma abordagem abrangente da situação, que permitiria manter as conquistas ao longo do tempo. Será necessário adaptar as ferramentas a cada setor da população com o qual vamos trabalhar.

Nesta secção, vamos orientar a intervenção para a prevenção para as mulheres com deficiência intelectual.

Entendemos que a forma mais completa de fornecer ferramentas de prevenção às mulheres com deficiência intelectual é por meio da aplicação de programas e oficinas que giram em torno do problema social da violência contra as mulheres e da promoção de maior autonomia e independência econômica e pessoal.

Depois, serão propostas estratégias no domínio da prevenção primária, promovendo educação em conceitos como o género, o amor e as relações de poder. “A forma como estes conceitos são percebidos, compreendidos e internalizados pode determinar radicalmente a presença e a intensidade do comportamento de violência” (Boira, S., 2016).

Serão também propostos instrumentos para promover a independência laboral e procurar evitar relações de poder desiguais entre as mulheres com deficiência intelectual e aqueles/as com quem se relacionam através da extensão econômica.

3.1. IMPLEMENTAÇÃO DE WORKSHOPS E PROGRAMAS DE FORMAÇÃO ESPECÍFICOS PARA A PREVENÇÃO DA VIOLÊNCIA CONTRA MULHERES COM DI

Os programas a serem desenvolvidos serão detalhados na tentativa de seguir uma ordem que permita explicar as razões da aplicação de programas específicos a certos sectores da população.

3.1.1 OFICINAS DE TREINAMENTO COM MULHERES ADOLESCENTES COM DEFICIÊNCIA INTELECTUAL

Se queremos desconstruir papéis de género desigualmente estabelecidos, temos de agir a nível intergeracional. Isto significa começar a fornecer ferramentas de prevenção especificamente da adolescência, momento em que a própria identidade é desenvolvida.
As evidências sugerem que a implementação de formação e *workshops* nas escolas reduz o risco de infligir ou de sofrer violência de género (Díaz-Aguado, MJ, 2021)

Para desconstruir e prevenir o desenvolvimento de comportamentos violentos contra as mulheres com DI, é necessário formar jovens com ou sem DI na igualdade de gênero.Isto

permitir-lhes-á familiarizar-se com as dinâmicas que constroem e provocam este tipo de violência, a fim de as corrigir.

Para o efeito, propõem-se os seguintes workshops de formação dirigidos a jovens adolescentes:

- Construção social de papéis de género e promoção da igualdade de género.
- Identificação de situações de violência contra as mulheres, ciclo de violência.
- Educação e promoção da saúde sexual baseada na igualdade.
- Relações de género saudáveis em casais.
- Relações de género saudáveis dentro da família.
- Relações de género através de tecnologias de informação e comunicação.

Para implementar estes workshops de formação, será necessário ter em conta que, ao dirigir-se a pessoas com DI, os cursos devem ser devidamente adaptados para os tornar cognitivamente acessíveis.

3.1.2 PROGRAMAS DE TREINAMENTO E OFICINAS PARA MULHERES JOVENS ADULTOS COM DI.

Outra estratégia para a prevenção da violência contra as mulheres com DI é proporcionar-lhes independência económica, profissional e pessoal, quebrando possíveis estereótipos e dependências desalinhadas de terceiros, sejam eles parceiros, familiares ou cuidadores.

Para isso, são propostos os seguintes programas e workshops, adaptados para jovens adultos/as com DI, e centrados no grupos etários chave para a inserção laboral:

- Workshop sobre dependência económica e pessoal no campo da violência contra as mulheres com identificação.
- Programa de orientação de emprego para mulheres com identificação.
- Workshop informativo sobre programas de formação para mulheres com ID para ganhar autonomia.

Todos os workshops devem ser implementados em espaços seguros e com a garantia anterior de proteção e segurança dos participantes, sejam ou não vítimas, antes e depois das atividades. É também crucial que sejam implementados por profissionais especializados na área da prevenção de VBG (ou VD, VS) ou em parceria com um profissional especializado, num local seguro e protegido, por exemplo, um centro de aconselhamento para vítimas de VBG.

No que se refere à **prevenção secundária**, será fundamental considerar as características das mulheres com DI; deve ser dada atenção especial à eliminação de possíveis barreiras de comunicação e à compreensão do que acontece num ambiente hospitalar e em situações de emergência, a fim de evitar uma possível re-vitimização. Seria desejável que cada mulher fosse acompanhada por um facilitador para fornecer sempre explicações em linguagem simples adaptada ao seu nível cognitivo, utilizando as ferramentas de comunicação necessárias à pessoa em questão.

A **prevenção terciária** desempenha um papel fundamental como elemento de apoio integral à mulher, não só para sua recuperação, mas também como via para a garantia de sua autonomia e de seus plenos direitos, desde que asseguradas a sua proteção e segurança.

Seguindo as recomendações do estudo de Castellanos (2020), na implementação de atividades de prevenção da violência contra a mulher com DI, será necessário considerar aspetos que podem se entrelaçar com a própria DI e incidir sobre quem apresenta maior vulnerabilidade dentro deste grupo: mulheres com DI que vivem em áreas rurais, que são imigrantes, e precisam de mais apoio.

REFERÊNCIAS

Boira, S. (2016). Violencia de Género: Guía práctica para las entidades locales. (famcp ediciones, Ed.). https://www.aragon.es/documents/20127/674325/violencia_guia.pdf/7702d766-99ec-74d7-ccc4-eef518a93565

Castellanos, E. & Federación de Mujeres Progresistas. (2020). Mujer, discapacidad y violencia de género - Delegación del Gobierno contra la Violencia de Género. Recuperado de https://violenciagenero.igualdad.gob.es/violenciaEnCifras/estudios/investigaciones/2020/estudios/vgeneroImg.htm

DÍAZ-AGUADO, M. J., MARTÍNEZ, R., MARTÍN, J., & FALCÓN, L. (2021). La situación de la violencia contra las mujeres en la adolescencia en España. Delegación del Gobierno Contra la Violencia de Género. Ministerio de Igualdad., 125. Recovered from https://violenciagenero.igualdad.gob.es/violenciaEnCifras/estudios/investigaciones/2021/pdfs/Estudio_ViolenciaEnLaAdolescencia.pdf

2. PROMOÇÃO DA AUTONOMIA PARA FORTALECER UMA IDENTIDADE POSITIVA

Tendo em vista que é primordial assegurar a proteção e segurança das vítimas de violência com DI, impedindo o acesso do agressor à vítima e acionando assistência e proteção necessárias em cada caso é que podemos abordar sobre a promoção da auto-estima.

As relações humanas positivas e comportamento adequado e amoroso têm a sua origem em pessoas com fortes sentimentos de auto-estima (Satir, 2002). Esta premissa é que atua como um guia nesta secção e a que justifica que o trabalho sobre auto-estima é tão importante para profissionais em contacto com vítimas que vivenciam a DI.

Autoestima é definida como o valor que cada pessoa atribui a si mesma, às suas ações e às suas habilidades. É a capacidade de pensar positivamente sobre si mesmo, uma motivação para experimentar nas áreas da vida, para enfrentar os desafios com confiança (Martínez, Aurora, 2021).

A autoestima, entre outras coisas, é a opinião que as pessoas têm sobre a sua identidade, o que repercute nos comportamentos que desenvolvem (Martínez, 2021).Por

outro lado, a autoestima determina o desenvolvimento pessoal de uma forma significativa. O grau de autoestima alcançado dependerá do desenvolvimento na aprendizagem, nos relacionamentos e nas atividades do seu dia-a-dia (Bueno, 2018). É aqui que surge a relação íntima entre autonomia e autoestima. Se o grau de desempenho nas atividades da vida diária não for bom, essa pessoa terá o desenvolvimento da autoestima prejudicado. Porém, o nível de sucesso no desempenho não depende totalmente do indivíduo. Parte da equação está relacionada às condições da pessoa e à tarefa ou comportamento que ela deve realizar. Assim, a autoestima também está relacionada à capacidade dos outros e das instituições de respeitar a diversidade humana e o estabelecimento de condições de igualdade, ou seja, sem discriminação e opressão.

A autoestima tem sido um conceito amplamente estudado, e há até escalas validadas disponíveis para medi-lo (Rosemberg, 1965). Juntamente com esta análise da autoestima, foram desenvolvidas técnicas eficazes para melhorá-la, trabalhá-la e alcançar melhores pontuações na balança, o que levaria a um aumento da satisfação das pessoas.

Tomar consciência de aspetos que podem ou não ser mudados em si mesmo a naqueles que o/a rodeiam é a primeira linha de ação sobre a autoestima. Isto não deve ser confundido com o efeito da autoestima sobre a autonomia, onde a baixa autoestima faz com que as pessoas não confiem em suas habilidades e, por outro lado, a alta autoestima faz com que as pessoas confiem em suas possibilidades. Além disso, a autoestima também está relacionada ao conhecimento sobre os direitos e as possibilidades. Ter consciência das causas das dificuldades, saber como as relações sociais e de poder afetam as condições de vida é uma forma eficaz de melhorar a autoestima no sentido de que entendemos que o fracasso não foi culpa somente do indivíduo.

Diante de uma situação de violência ou abuso, a mulher precisa se sentir segura para ter a possibilidade de exercer sua autonomia. É importante lembrar que a anulação e destruição da autoestima é uma das consequências do abuso. Cada vítima analisa a sua situação e decide qual a melhor opção de acordo com seus valores, desejos e interesses. A autonomia resistente pode ser um mecanismo de ajuda que irá melhorar a autoestima, mas também pode ser um fator de risco em um relacionamento abusivo se as condições para o exercício da autonomia não forem estabelecidas.

Alguns/mas autores/as podem argumentar que os baixos níveis de autonomia representam um risco adicional para as mulheres em situação de abuso. Os baixos níveis de autonomia fazem com que a busca de soluções seja sempre realizada fora de si (Zori, 2017), porém, para as vítimas de violência, discriminação e opressão é fundmental a busca de ajuda e de força coletiva de nossas possibilidades individuais.

Trabalhar a autonomia significa que a mulher pode vivenciar de forma positiva sua própria atuação. Isso será melhor alcançado com o acompanhamento de um profissional especializado e dentro de grupos, coletivos que possam compartilhar suas experiências, subjetividades, desejos e planos de ação.

Segundo o Instituto Superior de Estudos Sociais e Sócio-sanitários (2020), a autonomia não deve ser trabalhada exclusivamente a partir da realização das atividades e da socialização. A autonomia deve ser trabalhada a partir do desenvolvimento da capacidade de

autopercepção positiva, da concepção de que as pessoas são capazes de decidir por si e de que as decisões tomadas serão respeitadas e devemos agregar a necessidade do trabalho em sociedade para a realização dos direitos humanos para todos e do estabelecimento de condições simbólicas e materiais para que a (s) pessoa (s) vivam em liberdade.

Para se alcançar o aumento da autonomia da mulher com deficiência, deve-se levar em consideração: seu desempenho nas atividades cotidianas, a socialização e a capacidade de pensar positivamente sobre si mesma, bem como suas condições sociais e individuais, objetivas e subjetivas.

Trabalhar no conceito de DI é o primeiro passo para aumentar a autonomia. Descobrir que a deficiência intelectual surge na relação entre a pessoa e seu ambiente (AAIDD, 2011) muitas vezes é libertador. Reduzir a culpa, injustiça, e promover a conscientização sobre as relações sociais pode fornecer as condições para um novo autoconceito. Mulheres com DI que entendem a definição de DI desenvolverão uma atitude diferente em relação a si mesmas.

Por um lado, entendendo o que é DI, uma mulher com DI será capaz de desenvolver um autoconceito adequado, desde que outros conhecimentos também sejam fornecidos, tais como sobre os seus direitos e sobre os serviços aos quais podem ter acesso para buscar ajuda. O construto teórico de DI pode oferecer uma boa oportunidade para explicar às vítimas com DI quais as limitações que têm em sua autonomia. Mas também é importante mostrar a elas quais são suas qualidades e capacidades.

Por outro lado, há o trabalho com a UNCRPD 2006. Do preâmbulo ao último de seus artigos, representam oportunidades de formação para mulheres com DI. Um dos princípios desta Convenção (Artigo 3) é “o respeito pela dignidade inerente, a autonomia individual, incluindo a liberdade de tomar as próprias decisões, e a independência dos indivíduos”.

O conhecimento da existência de uma convenção de direitos oferece identidade de grupo para PDI e estimula a conquista de direitos. Algo, sem dúvida, de grande importância na prevenção e apoio às vítimas com DI.

As atividades de promoção de uma vida independente são recursos relativamente comuns entre as entidades que trabalham com PDI. O incentivo à participação nesses recursos será importante para os workshops do projeto ATHENA.

A autonomia de um/a PDI é muito melhorada através destes serviços, onde dispõem de recursos e tempo limitados no ATHENA. É por isso que explorar com as participantes do workshop os serviços de vida independente que existem em seu ambiente é importante.

Caso alguma das participantes já esteja a utilizar um recurso deste tipo, haverá uma oportunidade de trabalho no workshop. Poderá expor às outras participantes as atividades que realiza no recurso e, sobretudo, poderá explorar as emoções que vivenciam à medida que aumenta o seu desempenho, a sua autonomia. Isso estimulará os demais participantes do workshop ATHENA a buscar recursos para uma vida independente.

Tendo a construção social da deficiência como aspecto central para trabalharmos com PDIS, admitimos que a deficiência não pode ser vista estritamente como uma qualidade presente no organismo da pessoa ou no seu comportamento, determinada por características objetivamente presentes num dado quadro clínico de deficiência, mas é necessário incluir as reações de outras pessoas, as interpretações, as crenças e os estigmas de quem convive e da sociedade em geral como parte integrante e crucial do fenômeno.

Por isso, tem-se que o ambiente familiar pode desempenhar um papel essencial na construção da autonomia de PDIS (Saavedra, 2020), se pudermos garantir que a(s) relações com tais elemento(s) não sejam abusivas. O mesmo acontece com as outras relações importantes em torno das mulheres com DI. Em muitas ocasiões, essas pessoas poderão assistir aos workshops ATHENA. Deve-se trabalhar com as pessoas que compõem o ciclo relacional dessas mulheres, as visões que as outras pessoas têm sobre PDIS e debater sobre quais crenças podem estar limitando-as e sobre quais podem estar favorecendo o processo de autonomia dessas mulheres.

A superproteção é um fenômeno comum entre as famílias de PDIs (González e Gonzalo, 2014). A qual é baseada em crenças sociais e estigmas acerca das pessoas com deficiência, de modo que parentes, por buscar prestar suporte acabam por limitar o desenvolvimento da autonomia de mulheres com DI.

É por isso que trabalhar as percepções das pessoas que convivem com PDIs e com a construção social sobre ser mulher com deficiência intelectual e as atitudes que partem disso é importante se quisermos desenvolver a autonomia delas. O uso do transporte público é um exemplo claro disso. Os profissionais que trabalham diretamente com as PDI frequentemente encontram casos em que existem capacidades suficientes para serem autônomos no transporte, mas o medo das famílias cria uma barreira que impede a autonomia neste momento.

A superproteção pode ser tratada a partir do trabalho com a UNCRPD. As famílias devem descobrir os direitos que devem respeitar, incentivar e ajudar a conquistar nas PDI.

Outro aspeto importante do trabalho de autonomia é a tomada de decisões. A estrutura do *workshop* ATHENA representa uma grande oportunidade para isso. Com a bateria de atividades práticas descritas no manual, podem ser oferecidas alternativas às mulheres participantes, permitindo-lhes decidir sobre sua própria formação.

Isto deve ser trabalhado em outros ambientes e com mais frequência. Mas o *workshop* ATHENA deve tornar-se um espaço de aprendizagem onde a autodeterminação das vítimas é aprimorada.

Um mapa de apoio, por vezes também designado como "mapa da rede de apoio social", é uma boa atividade que relaciona a autonomia com a necessidade de procurar ajuda profissional para a prevenção (em todos os níveis) de abuso contra mulheres com DI. O Modelo de Apoio (The Support Model) é um aspeto fundamental para a autodeterminação de pessoas com Deficiência Intelectual(ANFAS, 2020). Envolve o estabelecimento de um sistema de apoio que melhora a qualidade de vida e também melhora os níveis e percepções

de autonomia. Em todo este sistema, os/as PDI devem ser colocados no centro. As pessoas com DI devem ser o centro, o ponto focal dentro deste sistema.

O desenvolvimento de um mapa de apoio terá repercussões benéficas. A expressão de que a própria pessoa está no centro de um sistema é positiva para ela, melhora sua autoestima.

A localização das pessoas que prestam apoio dá aos participantes do *workshop* uma lista atualizada de profissionais que podem ser úteis e de serviços a aceder, se necessário. Mais especificamente, ajuda-os a identificar onde pedir ajuda de forma mais eficaz, onde expor dúvidas, qual a pessoa mais indicada para atender cada uma das suas necessidades.

Ao partilhar os mapas de apoio entre os participantes, surgem sinergias positivas. Por exemplo, eles podem ajudar uns aos outros a completar mapas com mais eficiência. As estruturas dos mapas serão semelhantes entre todas as mulheres com DI, para que possam completar-se e aprender com o conhecimento partilhado.

Também oferece a possibilidade de inovar. Por exemplo, se alguma das participantes fizer terapia psicológica, isso pode estimular suas companheiras a utilizarem esse tipo de recurso.

A autonomia, tal como acima descrita, pode ser desenvolvida focalizando-se nas capacidades das mulheres com DI. Para isso, em primeiro lugar, é necessário um conhecimento aprofundado do que são capazes de fazer, dado o seu grau de deficiência ou as dificuldades cognitivas ou comportamentais, nas atividades diárias e nas questões de determinação ou no desenvolvimento pessoal, bem como conhecer suas condições familiares, sociais e individuais. Isto ajuda o formador a avaliar o que pode ou não fazer para decidir no lugar dos participantes, proporcionando possibilidades para suas próprias decisões.

Em segundo lugar, seus gostos e preferências devem ser levados em consideração. Isso ajudará a usá-los para motivar ou reforçar quando forem excedidos seus objetivos.

Decida pequenas coisas. Levantar gradativamente várias opções, tendo em conta cada caso, para que tenham a possibilidade de escolher tanto nas suas atividades diárias como noutros aspectos como atividades de lazer, por exemplo. Dêem-lhes alguma flexibilidade e liberdade para tomar as suas próprias decisões.

Os workshops ATHENA devem dar confiança. A técnica de reforço verbal deve ser usada. Isso oferece aspectos benéficos. É por isso que expressões como: “Você fez muito bem”, “Parabéns” e "Estamos muito orgulhosos de você” devem ser utilizadas com muita frequência durante o *workshop*.

5. Como enfrentar uma situação de violência de género e de violéncia doméstica

Lidar com situações de violência de género, nomeadamente violência doméstica contra as mulheres, é comum aos profissionais envolvidos em serviços de apoio. No entanto, em alguns casos, a violência e a vitimização não são tão evidentes à primeira vista e os profissionais precisam estar preparados para identificar os sinais silenciosos que emergem do contato com as vítimas, bem como os principais fatores de risco que podem aumentar as chances de as mulheres vivenciarem violência doméstica.

No que diz respeito às mulheres com deficiência intelectual (DI), é também importante considerar os efeitos da interseccionalidade nas experiências das mulheres e estar ciente de que suas deficiências desempenham um papel essencial na experiência dessa vitimização. A fim de fornecer elementos-chave para os profissionais que lidam com a violência baseado no gênero e violência doméstica perpetrada contra pessoas com DI, alguns conceitos / elementos devem ser considerados quando entram em contacto com as vítimas, de acordo com os seguintes tópicos:

1) Valores: respeito, empatia e validação das experiências da vítima

Experimentar a vitimização pode ser uma experiência muito traumática, ainda mais quando a violência é perpetrada no contexto de relações domésticas ou privadas. Procurar ajuda profissional é um ato de coragem para as vítimas e as suas experiências devem ser validadas por profissionais de todos os sectores, nomeadamente aqueles que trabalham nos serviços de "primeira linha", reconhecendo que "em termos das suas necessidades de recuperação, os sobreviventes devem ser considerados como um grupo heterogéneo" (Macy et al, 2018, p.29).

Por isso, é particularmente importante criar espaços seguros para as vítimas, onde se sintam plenamente respeitadas e devidamente apoiadas ao longo do processo. Assim, é importante que os profissionais tenham em conta que, além de respeitarem e validarem as experiências vividas e partilhadas pelas vítimas, devem também agir com empatia. Empatia "(…) envolve uma compreensão de experiências, preocupações e perspetivas de outra pessoa, combinada com a capacidade de comunicar esse entendimento" (Hojat, 2009, p. 412).

Além disso, os profissionais que lidam com as vítimas devem ter em conta que, para a maioria deles, os serviços de apoio são os únicos locais onde podem solicitar ajuda. O primeiro contacto pode afetar a decisão das vítimas em aceitar o apoio, e esta decisão irá certamente afetar suas vidas de várias formas, levando a graves consequências. Ao lidar com pessoas com DI, estes valores precisam de ser ainda mais reforçados e os profissionais precisam de garantir que as vítimas compreendam corretamente a sua intenção, utilizando uma abordagem adequada a cada situação.

2) Sinais de violência

Apesar do mito comum, a violência baseada no género, especificamente a violência doméstica, nem sempre é facilmente visível. A vitimização emocional, psicológica, social e financeira é muito prevalente, especialmente entre as mulheres. As consequências de tais formas de violência podem variar entre diferentes pessoas. É importante considerar que as pessoas com DI, nomeadamente as mulheres, estão expostas a um risco acrescido de vitimização, especialmente se os actuais ou antigos parceiros íntimos não respeitarem os direitos de outras pessoas, incluindo os de seus/suas parceiro/as. As estratégias comuns de controlo e manipulação das vítimas são ainda menos visíveis porque se interseccionam com a discriminação e a exclusão por grande parte da sociedade. Assim, os profissionais devem estar preparados para reconhecer os sinais silenciosos de violência e aumentar a proteção das vítimas durante o processo de apoio. Isto é especialmente importante porque a violência doméstica tende a aumentar, o que significa que o perpetrador tende a infligir formas cada vez mais graves de violência à vítima, que podem culminar na morte. A VG em

relacionamentos com o/a parceiro/a íntimo podem ser definidos como um ciclo (Walker, 1979) que é frequentemente repetido e intensificado para muitas mulheres em relações abusivas.

Figura 1: Ciclo da Violência, adaptado de Walker, 1989

A primeira fase deste ciclo é quando a tensão na relação aumenta e, com ela, aumenta também o risco de violência. Normalmente, nesta fase, o agressor utiliza estratégias de poder para controlar a vítima. A segunda fase é geralmente a fase em que muitas vítimas percebem a violência. Nessa fase, ocorre uma explosão, manifestação mais evidente de violência que às vezes faz com que muitas vítimas procurem por ajuda. A terceira fase é a fase da lua de mel, na qual o agressor geralmente tenta se reconectar com a vítima, desculpando-se e prometendo mudanças. E é precisamente neste momento que um novo ciclo pode começar, uma vez que nesta fase de lua-de-mel, as vítimas tendem a perdoar e dar outra chance ao agressor (afinal, aprendemos que devemos dar a todos/as uma segunda chance). Esta é também uma fase que tende a ser cada vez mais curta,causando episódios repetidos e mais graves de violência. É importante ter em conta que para as vítimas de violência com DI, reconhecer esse ciclo e buscar ajuda pode ser um desafio ainda mais difícil, uma vez que são um grupo especialmente vulnerável devido à sua condição.

3) Abordagem interseccional e sensível ao género

Embora homens e mulheres possam experimentar a violência doméstica, esta forma de violência afeta desproporcionadamente as mulheres em todo o mundo, e é uma questão de género baseada no domínio patriarcal sobre as mulheres que ainda está em vigor nas nossas sociedades. Por isso, os profissionais devem considerar a adoção de uma abordagem sensível ao género que possa orientar o seu desempenho profissional, porque a violência doméstica não é um fenómeno neutro em termos de género. Uma melhor compreensão de tais formas de violência provém de um reconhecimento profundo das desigualdades com que as mulheres se deparam, especialmente aquelas com DI. Embora as mulheres com

deficiência experimentem muitas das mesmas formas de violência que todas as mulheres experimentam, quando o género e a deficiência se cruzam, a violência assume formas específicas e resulta em consequências específicas que têm de ser compreendidas e analisadas. Os serviços de apoio devem estar preparados para lidar com essa diversidade e dar as respostas certas a cada vítima, considerando cada individualidade. Assim, uma equipa multidisciplinar pode estar mais bem preparada para enfrentar situações de violência do que profissionais individuais. As ações multidisciplinares e coordenadas com serviços de apoio a pessoas com Deficiência Intelectual são eficazes quando se trata de prestar apoio a estas vítimas de violência, uma vez que cada grau e tipo de incapacidade pode resultar em diferentes ações de diferentes profissionais, com base na análise individual de casos. Todos os funcionários dos diferentes sectores deveriam ter formação especial para lidar com vítimas vulneráveis de violência de género e violência doméstica. A formação específica permitirá aos profissionais estarem mais bem preparados para lidar com situações mais diversas, sem preconceitos ou equívocos, aplicando uma abordagem sensível ao género e interseccional.

4) Garantir a segurança das vítimas

Quando uma vítima pede ajuda, os profissionais dos serviços de apoio devem estar preparados para garantir a sua segurança em todos os casos e em todas as circunstâncias. A segurança da vítima é obrigatória. Por esta razão, devem ser planeadas ações coordenadas, envolvendo cada serviço envolvido na assistência às vítimas, como os sectores da saúde, sociais e de cuidados, bem como as forças policiais. Os profissionais devem ser preparados e especializados em protocolos específicos (de acordo com cada país). É importante avaliar o risco em cada caso, utilizando ferramentas de avaliação de risco com precisão (quando disponíveis, dependendo do país).

No entanto, o risco é uma condição muito complexa, e os profissionais devem estar cientes de que a melhor análise de avaliação de risco é feita por um profissional bem preparado e proativo, que pode identificar os riscos mesmo quando esses riscos não são tão evidentes, considerando sempre que as ferramentas quantitativas são instrumentos válidos, mas não suficientes. Em cada caso, deve ser adotada uma abordagem holística em diálogo com as vítimas, a fim de corrigir atos com as vítimas. No que diz respeito aos instrumentos de avaliação de riscos, é importante também considerar que, na maioria dos casos, esses instrumentos são adaptados para serem utilizados com identificação das vítimas. E esta é uma limitação importante de tais instrumentos porque se este aspeto essencial da individualidade da vítima não for considerado, os resultados podem ser comprometidos, e a ferramenta falha no seu propósito.

A criação de um plano de segurança para vítimas com DI pode ser um desafio, considerando as vulnerabilidades da vítima. Segundo Cathy Hoog (2004), entre outros elementos, é importante considerar que:

1. "(...) Os esforços de planeamento da segurança devem considerar a forma como os abusadores poderiam tirar partido de barreiras que impedem a vítima de recorrer a serviços de violência doméstica ou outros serviços.

2. Os esforços de planeamento da segurança devem considerar possíveis problemas de incapacidade do abusador ou de outros membros da família e como isso afeta as estratégias de planeamento de segurança da vítima.

3. Os planos de segurança devem ser revistos e atualizados periodicamente à medida que a situação da vítima muda.

4. Os materiais de planeamento de segurança devem ser apresentados em linguagem clara, com um intérprete, se aplicável, e os materiais devem estar disponíveis em formatos alternativos. (...)

5. Os esforços de planeamento da segurança devem incluir o conhecimento de dispositivos adaptativos para pessoas com deficiência e informações atualizadas sobre os recursos sobre novas tecnologias para melhorar a segurança.

6. O pessoal deve receber formação contínua para discutir questões levantadas no planeamento da segurança das vítimas com deficiência para melhorar as competências". (Hoog, 2004, p. 3) Por último, os profissionais também devem estar cientes de:

- Quadro jurídico sobre a violência de género e a violência doméstica em vigor no seu país;

- Prazos especiais aplicados no seu país, nomeadamente em casos de violência

doméstica;

- Procedimentos específicos definidos pelas leis nacionais a adotar em casos de violência doméstica.

5. Trabalhar a autoestima e a autoconsciência

1) Na intervenção de combate à violência baseada no género, a **prioridade** é garantir a proteção e a segurança da vítima. As outras dimensões da intervenção têm de esperar até que a pessoa esteja segura e fora do alcance do agressor. Aumentar a autoestima e a auto-consciência deve ser uma prioridade secundária, depois de a vítima estar segura e protegida.

A intervenção para aumentar a autoestima e a auto-consciência pode aumentar o risco para a vítima. Só deve ser feito se for assegurada a proteção e a segurança. .

2) 2) O crime foi cometido pelo agressor, o que significa que cada processo de vitimização, cada histórico pessoal de violência determinará o próximo passo na intervenção. A história da vitimização e a história pessoal da pessoa sujeita à violência baseada no género constituem a base para decidir se devem ou não trabalhar no aumento da autoestima e da auto-consciência em qualquer momento da intervenção.
3) 3) Qualquer intervenção com a vítima tem de contemplar os direitos das vítimas e considerações éticas (Kelly et al 2019). Além da segurança e proteção, as vítimas têm direito à autodeterminação. O respeito pela autodeterminação da vítima é muito importante no processo. Isto significa que podem ou não querer uma intervenção psicológica, incluindo o aumento da autoestima e da auto-consciência. De acordo com a Convenção de Istambul e a Diretiva Europeia dos Direitos das Vítimas, uma vez assegurada a proteção e a segurança, a intervenção deve visar a capacitação da vítima, um empoderamento emancipatório, o que significa que o Estado ou os seus serviços representativos têm de garantir que as vítimas têm os recursos necessários para tomar decisões sobre as suas vidas (Magalhães e al., 2019).

   Uma vez contemplados esses aspectos, e caso a vítima esteja disposta, o profissional pode focar a intervenção no aumento da autoestima e autoconsciência.

Compreender o papel da autoestima e da autoconsciência nas vítimas de VG com/sem DI é fundamental para construir uma concepção sobre como essas dimensões podem ser aumentadas para o benefício exclusivo da vítima, desde que tenha recursos simbólicos e materiais para exercer sua autonomia. O denominador comum aqui é o eu. No entanto, o eu não existe sem os outros. A percepção de *si mesmo/a* é grandemente afetada pela avaliação auto-feita da mesma e tal avaliação é frequentemente construída com base em influências internas e externas. Desenvolve-se gradualmente e representa a essência de um indivíduo, estabelecendo o palco para o nível da sua identidade, autoestima e auto-consciência.

Em vários estudos científicos, Barbara (2002) refere-se a sobreviventes com DI, vítimas de exploração sexual. Estas não possuem memórias claras das ocorrências, o que é compartilhado com as vítimas de violência sexual e VG sem DI. Tais ocorrências têm graves consequências sobre a saúde das vítimas com DI. Elas demonstram baixos níveis de autoestima, depressão e sentimento de culpa. Além disso, o estigma associado ao conceito de deficiência aumenta o descaso para com as vítimas e, consequentemente, a manutenção em sigilo e a vergonha. Os profissionais associam rapidamente os eventos à deficiência da vítima, definindo-os negativamente e deixando-os à mercê de sua *"anormalidade"* desde a primeira infância.

Durante a infância e a adolescência, as pessoas com DI são frequentemente vítimas de várias formas de violência, incluindo perpetradas pelos seus pares. Isso pode levar a problemas comportamentais e episódios de raiva, outras vezes isolamento. Infelizmente, por vezes, educadores e tutores não sabem interpretar esses sinais e não identificam a violência. Quando chegam à idade adulta, as pessoas com DI são um grupo particularmente vulnerável a diferentes tipos de abuso, o que, por sua vez, contribui para o desenvolvimento de autopercepções negativas, baixa autoestima e / ou distúrbios emocionais e comportamentais (Pandy, 2012)

~~Por vários anos, movimentos foram criados para empoderar pessoas com identidade , para proteger seus direitos. O objetivo é fortalecer suas habilidades individuais, permitindo-lhes levar uma vida independente e autodeterminada, lutando contra a discriminação. Se as pessoas com DI são fortalecidas em suas habilidades e autoexpressão, isso levará a indivíduos propensos e aptos a se fazerem aceitos na sociedade e a tornarem seus direitos respeitáveis (Bárbara, B.2002).~~

Em casos de violência de género, é frequente observar que a percepção do *self* da vítima é significativamente abalada e depravada.

→ Comparando com pessoas sem deficiência, adultos com deficiência são mais vulneráveis à experiência de:

- violência por parceiro íntimo
- agressão sexual
- violência física

→ Em casos de pessoas com doenças mentais, elas têm quase quatro vezes mais chances de serem vítimas

→ Cerca de seis por cento das pessoas com DI foram vítimas de abusos no ano passado, enquanto 25 por cento das pessoas com doenças mentais sofreram abusos.

Os/As profissionais que atendem vítimas de VD e VG devem ter estruturas, treinamento de pessoal, procedimentos e serviços específicos para acomodar as vítimas portadoras de DI e devem trabalhar em cooperação com profissionais que trabalham em serviços de apoio a pessoas com DI. Devem estar cientes de que muitas deficiências não podem ser identificadas visualmente, e os dispositivos de triagem usados por profissionais de saúde, advogados das vítimas e provedores de serviços devem perguntar especificamente sobre as deficiências que as vítimas de violência perpetrada por parceiro íntimo (VPI) podem ter. Além disso, devem adotar as abordagens e as estratégias de intervenção e envolver, sempre que possível, cuidadores/as e/ou as pessoas que possam contribuir para a defesa de seus direitos e identificação precoce de sinais de abuso e de violência (Hart & Klein, 2013), depois de verificarem que nenhum deles é um agressor. Muitos serviços e organizações, especialmente devido à pandemia Covid, estão a conduzir cada vez mais o seu trabalho remotamente e podem não conseguir identificar adequadamente essas vítimas. Por outro lado, escolas e instituições que atuam com esta população, muitas vezes, vêem-nas como assexuados/as ou incapazes de fazer amizades de forma autônoma, propiciando uma falsa sensação de segurança para os profissionais como para cuidadores

Além disso, alguns casos de vítima da violência de género com ou sem DI são mais complexos, pois as vítimas nem mesmo têm consciência da vitimização. Após a vivência da violência (seja ela emocional, social, física, sexual, financeira e/ou perseguição), os níveis de autoestima e autoconsciência da vítima são prejudicados. São retirados da vítima padrões saudáveis de autopercepção que levam para um espiral de sentimentos e emoções negativas, tais como sentimentos de desamparo, medo, ansiedade, distanciamento, inferioridade (Walker & Knauer, 2011). Além disso, a violência silencia aqueles que são afetados por ela. Não só a vítima é levada ao isolamento, mas também, ela é deixada a ruminar sobre seus próprios pensamentos e conclusões sobre as experiências e lados sombrios que resultam disso. Tais eventos traumáticos, muitas vezes, levam à distorção dos níveis e dos padrões de autoestima e de autoconsciência da vítima (Walker & Knauer, 2011).

Autoestima é um trabalho em curso, maleável, sempre aberto a melhorias e mensurável (Demo, 1987)

Diferentes ferramentas podem ser usadas para avaliar autoestima:

(A) A escala de Rosenberg (ou a escala de autoestima ou escala de autoestima de Rosenberg) (1965) é o método mais familiar. A escala é considerada altamente consistente e fiável, e as pontuações apresentam alta correlação com outras medidas de autoestima e baixa correlação com medidas de depressão e ansiedade. Foi desenvolvida em 1965 e é composta por 10 itens classificados em uma escala de 1 (concordo fortemente) a 4 (discordo fortemente). Alguns dos itens são pontuados inversamente (2, 5, 6, 8 e 9) e a pontuação total pode ser calculada adicionando o total de pontos para uma medida global de autoestima.

(B) O segundo instrumento mais conhecido é o inventário de Autoestima de Coopersmith (1967/1981). É composto por 50 itens que respondem a afirmações com a seleção de “gostar de mim” ou não gostar de mim”.

Na extremidade oposta, existe outra ferramenta poderosa: autoconsciência. A melhor definição para esta dimensão baseia-se na Teoria da Autoconsciência, que afirma que o indivíduo e seus pensamentos são duas entidades separadas. O indivíduo é o observador dos seus próprios pensamentos (Duval & Wicklund, 1972). A teoria compõe dois resultados primários de comparação com os próprios padrões de precisão:

(a) alguém que “passa”, ou encontra alinhamento entre si e seus padrões;
(b) alguém “falha” ou encontra uma discrepância entre si mesmo e os padrões de alguém (Silvia & Duval, 2001)

A autoconsciência é a chave para saber como se pensa, sente e age/reage aos próprios pensamentos, sentimentos e ações, incentivando experiências positivas internas e externas. Esta constelação de competências é o que permite ao indivíduo reconhecer e regular as emoções em si mesmo e nos outros (Goleman, 2001). Para alcançar competências sociais saudáveis e níveis de autorregulação, é preciso trabalhar na autoconsciência.

Os/As profissionais têm um papel significativo em facilitar o aumento dos níveis de autoestima e autoconsciência das vítimas, seja ela vítima de VG e/ou com DI. Quando uma vítima compartilha seus pensamentos e sentimentos íntimos com um/a profissional e este/a responde com aceitação ao invés de julgamento ou correção, isso pode construir as bases de uma autoestima saudável para a vítima e o alicerce de uma relação de confiança que é crucial para a eficácia do longo caminho a seguir. Esta aceitação contínua e incondicional encoraja a vítima a repensar alguns dos seus pressupostos (autoestima) e chegar à conclusão de que, de facto, é uma questão de percepção, afinal (autoconsciência).

A aceitação da vítima pelo profissional pode servir de modelo para a vítima de como ela pode se aceitar. Ela pode apresentar a auto-estima como uma crença e não como um facto, e essas crenças são baseadas nas nossas experiências. Por meio de uma série de técnicas de intervenção, o profissional pode incentivar a vítima a mudar de padrões negativos de pensamento para padrões saudáveis de aceitação e para análise de suas condições. Esse processo é possível quando a vítima recebe as ferramentas para tomar consciência de suas experiências, percursos e das circunstâncias que a trouxeram até aqui, bem como o conhecimento sobre as condições que têm para cumprir seus próprios projetos. O processo deve ser devidamente adaptado às vítimas com DI em particular, tendo em vista a importância da presença de seus familiares e cuidadores. O círculo próximo deve aceitar a vítima, enquadrando a informação de tal forma que se torne compreensível para a vítima com DI (Taylor & Bogdan, 1989).

Mais importante ainda, o profissional pode aceitar a vítima por quem ele/a é e afirmar seus pensamentos e sentimentos como aceitáveis, em vez de criticá-la por eles. O profissional não precisa aprovar toda e qualquer ação da vítima, mas mostrar aceitação e aprovação de quem ela é no nível mais profundo. Essa postura terá um impacto positivo em sua própria crença em seu valor e valor como mulher. A terapia narrativa é a técnica mais adequada para identificar onde os sistemas de crenças da vítima estabeleceram seus alicerces. Essa terapia visa auxiliar os pacientes no processo de identificação de seus valores e habilidades. Proporciona à vítima o conhecimento de sua capacidade de viver esses valores para que possa enfrentar com eficácia os problemas atuais e futuros.

O trabalho psicológico deve ser realizado apenas por psicólogos especializados com experiência e treinamento na intervenção com vítimas. No quadro das deficiências psicossociais , podemos destacar algumas dicas práticas:

1. Pergunte à pessoa se ela deseja fazer um acompanhamento psicológico para aumentar a autoestima e a autoconsciência

2. Convide a vítima a fazer um inventário da auto-estima (pede-se à vítima que escreva 10 pontos fortes e 10 pontos fracos. Isso ajudará a vítima a começar a desenvolver uma concepção honesta e realista de si mesma);

3.Trabalhar a autoculpabilização: perpetradores/as tendem a culpar vítimas por sua violência; compartilhar o conhecimento sobre o processo de violência sexual e de violência perpetrada pelo parceiro íntimo proporcionará o reconhecimento de que o que aconteceu é uma estratégia comum de controle de perpetradores de violência;

4. Trabalhar a relação consigo mesma/o (depois de vivenciar a violência, as vítimas de VBG com / sem DI perdem a conexão com si mesmas e com o que as avalia como seres humanos. É uma jornada para se conhecer novamente);

5. Estar disposto a ajustar a autoimagem (lembrar à vítima que a vida é um trabalho em andamento e que o ser humano, se quiser, é capaz de grandes mudanças);

6. A promoção do compartilhamento das experiências das mulheres proporcionará uma matriz de compreensão de como a violência funciona e aumentará o pensamento sobre como enfrentar essas estratégias.

Em estados avançados de intervenção, outros profissionais recomendam reservar um tempo para praticar as afirmações. Dizer regularmente coisas positivas sobre si mesmo pode ajudar a vítima a aumentar sua confiança por meio de pensamentos e experiências de fracasso. O fracasso pode ser percebido como uma oportunidade de crescimento e de autoconhecimento, não necessariamente como um lembrete do que você não conseguiu.

Referências bibliográficas

Coopersmith, S. (1967). The antecedents of self-esteem. San Francisco: W. H. Freeman & Co.

Duval, T. S., & Wicklund, R. A. (1972). A theory of objective self-awareness. New York: Academic.

Goleman, D. (2001). Trabalhando com a inteligência emocional. Rio de Janeiro: Objetiva, 2001.

Grant, A. M., Franklin, J., & Langford, P. (2002). The Self-Reflection and Insight Scale: A new measure of private self-consciousness. Social Behavior and Personality: An international journal, 30(8), 821-836.

Julian Walker & Victoria Knauer (2011) Humiliation, self-esteem and violence, The Journal of Forensic Psychiatry & Psychology, 22:5, 724-741, DOI: 10.1080/14789949.2011.617542

Kelly, Liz; Meysen, Thomas; with Hagemann-White, Carol, Magalhães, Maria-José & Jalusic, Vlasta (2019) Transnational Foundations for Ethical Practice in Intervenção Against Violence Against Women and Child Abuse, in Hagemann-White (2019) Interventions against child abuse and violence against women: Ethics and culture in practice and policy, Berlin: Barbara Budrich, pp xx-xx.

Magahães, MJ; Turner, Jackie & Hagemann-White (2019) Empowerment and intervention: perspectives of survivors and professionals, in Hagemann-White (2019) Interventions against child abuse and violence against women: Ethics and culture in practice and policy, Berlin: Barbara Budrich, pp xx-xx.

Pandy, R. I., "Learning Disabilities and Self-Esteem" (2012). All Capstone Projects. 133. http://opus.govst.edu/capstones/133

Rosenberg, M. (1965). Society and the adolescent self-image. Princeton, NJ: Princeton University Press.

Silvia, P. J., & Duval, T. S. (2001). Predicting the interpersonal targets of self-serving attributions. Journal of Experimental Social Psychology.

Steven J. Taylor & Robert Bogdan (1989) On Accepting Relationships between People with Mental Retardation and Non-disabled People: Towards an Understanding of Acceptance, Disability, Handicap & Society, 4:1, 21-36, DOI: 10.1080/02674648966780021

Hojat, M. (2009). Ten approaches for enhancing empathy in health and human services cultures. Journal of Health and Human Services Administration, 31(4), 412–450.

Hoog, C. (2004). Model protocol on safety planning for domestic violence victims with disabilities. Seattle, WA: Abused Deaf Women's Advocacy Services for the Washington State Coalition Against Domestic Violence.

Macy, R. J., Martin, S. L., Nwabuzor Ogbonnaya, I., & Rizo, C. F. (2018). What do domestic violence and sexual assault service providers need to know about survivors to deliver services?. Violence against women, 24(1), 28-44.

Walker, L. E. (1979). The battered woman. New York: Harper & Row.

5. RECURSOS PARA ASSISTÊNCIA E PROTEÇÃO

a. NA GRÉCIA

O **Hotline 15900** é um serviço nacional que permite que mulheres vítimas de violência ou terceiros se comuniquem diretamente com uma agência de violência baseada em género. A linha é composta por psicólogos e sociólogos que prestam atendimento imediato a emergências e violências 24 horas por dia, 365 dias por ano. Ao mesmo tempo, há uma possibilidade de comunicação eletrônica de mulheres por meio do endereço de email: sos15900@isotita.gr (Fonte: https://womensos.gr/15900-24ori-tilefoniki-grammi/).

O Secretariado Geral para a Igualdade de Género *(GSGE)* opera **Centros de Aconselhamento** em todo o país, fornecendo informações gratuitas e serviços de aconselhamento às mulheres que os procuram.

Os Centros de Aconselhamento prestam serviços em relação a:

- informações sobre igualdade de género, violência e discriminação múltipla contra as mulheres,
- apoio social, psicológico, legal e de emprego (de uma perspectiva de género),
- encaminhamento ou acompanhamento - sempre que necessário - de mulheres em albergues, delegacias de polícia e promotores, tribunais, hospitais, centros de saúde, centros de saúde mental, entidades de previdência ou outros organismos de benefícios, promotores de emprego e empreendedorismo, proteção infantil e agências de apoio, etc.
- assistência judiciária, em cooperação com as associações jurídicas. Para obter mais informações, visite: https://womensos.gr/sumvouleutika-kentra-ggif/

Os **Centros de Aconselhamento do Governo Local** fornecem serviços localmente em todo o país.

Paralelamente, implementam ações de prevenção, informação e sensibilização da comunidade local. Para mais informações, por favor, visite: https://womensos.gr/symvouleutika_kentra_ota-2/

b. EM PORTUGAL

c. NA ESPANHA

II. ATIVIDADES PRÁTICAS

Módulo de Violência de género

As evidências sugerem que a implementação de formações e workshops nas escolas reduz o risco de infligir ou de sofrer violência de género (Díaz-Aguado, M. J., 2021).

Para desconstruir e prevenir o desenvolvimento de comportamentos violentos contra as mulheres com deficiência intelectual, é necessário formar jovens com ou sem DI em igualdade de género. Isto permitir-lhes-á familiarizar-se com as dinâmicas que constroem e provocam este tipo de violência a fim de as corrigir.

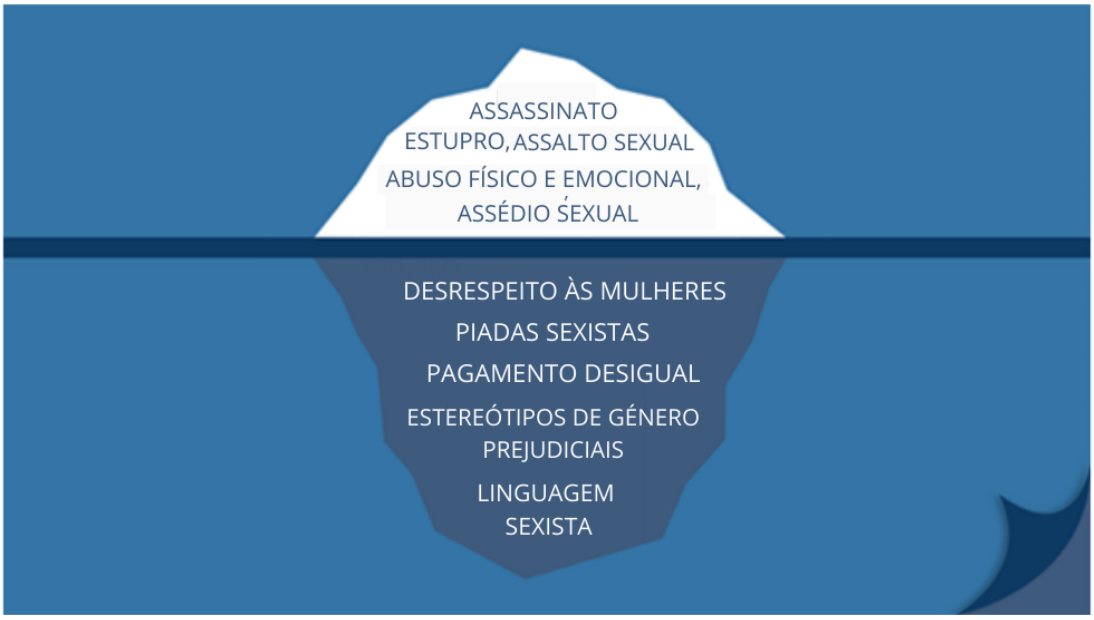
Para tanto, são propostas as seguintes oficinas de formação dirigidas a jovens adolescentes:

- Construção social de papéis de género e promoção da igualdade de género
- Identificação de situações de violência contra a mulher, o ciclo da violência.
- Educação e promoção da saúde sexual com base na igualdade.
- Relações de género saudáveis em casais.
- Relações de género saudáveis dentro da família.
- Relações de género por meio das tecnologias de informação e comunicação.
- Construção de novas masculinidades e promoção do envolvimento masculino na erradicação da violência contra a mulher.

Para a implementação dessas oficinas de treinamento, será necessário levar em consideração que, ao se dirigir a pessoas com DI, elas devem estar corretamente adaptadas para que sejam cognitivamente acessíveis.

1. <u>Dinâmica “Iceberg”</u>

- Objetivo: refletir sobre a própria concepção sobre o abuso
- Desenvolvimento de atividades: dividir os participantes em grupos. A cada grupo é dada uma imagem do iceberg e uma lista de palavras referentes a abusos. Cada grupo deve colocar cada palavra na imagem do iceberg, classificando cada ação como “Sem abuso” ou “Abuso visível / invisível-Abuso explícito / implícito”. Em seguida, a decisão tomada será defendida para os outros grupos. Lembre-se: “dependendo de como se concebe o abuso, será assim que se vê e o detecta”.
- Material: Desenho de iceberg e lista de palavras.



• Abuso psicológico •Chantagem emocional •Rejeição •Gritar •Insulto • Discriminação • Desprezo • Abuso físico • Violação de privacidade • Cuidado insuficiente • Culpar •Negligência • Abuso material / financeiro • Estupro • Violência de gênero • Desvalorizar • Limitação de oportunidades	• Humilhar • Abuso sexual • Ao controle • Abandono •Tocar e manusear sem permissão • Assassinato • Invisibilidade • Privação de direitos •Ignorar • Desinformação •Ameaçar • Sistemas de comunicação inadequados • Infantilizar • Impedir liberdade de ir e vir • Ambientes de difícil acesso

2. Casos práticos

• Objetivo: refletir e verificar quais as orientações de ação em vigor em caso de eventual abuso de uma pessoa com deficiência intelectual.

• Desenvolvimento da atividade: é apresentado um caso prático. Poucas informações são fornecidas inicialmente. Em diferentes grupos, devem refletir e ponderar quais as ações a seguir (a quem ligariam, com quem conversariam, como interviriam, o que perguntariam ...). Se os exemplos forem baseados em casos reais, então, em seguida haverá uma explicação de quais as intervenções que foram decretadas a partir do UAVDI (não há dados pessoais a serem dados, garantindo sempre o anonimato).

11 ANOS DE IDADE.
VIVE COM A MÃE E O PARCEIRO DESTA.
FREQUENTA A ESCOLA DE EDUCAÇÃO ESPECIAL. VERBALIZAÇÕES HÁ UMA SEMANA SOBRE ABUSO SEXUAL EFETUADO PELO PARCEIRO DA MÃE.

36 ANOS DE IDADE.
ELA VIVE COM SEUS PAIS SEM INCAPACIDADE LEGAL.
INDICADORES DESDE 1 MÊS.
CENTRO ESPECIAL DE EMPREGO.
VERBALIZAÇÕES SOBRE VIOLÊNCIA DE GÉNERO.

Módulo de ferramentas de prevenção.

1. Verbalização de interpretação de papeis

- Objectivo: praticar o diálogo, além da comunicação verbal e não verbal face à divulgação do abuso verbal sofrido por uma pessoa com deficiência intelectual.
- Desenvolvimento da atividade: dois/duas voluntários/as serão solicitados/as. Um/a desempenhará o papel da pessoa com DI que verbaliza o ato de abuso, e a outra pessoa terá de fazer as perguntas que considerar importante. O diálogo se deterá e refletirá sobre a importância de contextualizar a conversa em um ambiente seguro e de confiança, fazendo poucas perguntas abertas, favorecendo a narração livre.

2. Dinâmica “Desenvolvimento de atividades”.

- Objectivo: desenvolver possíveis actividades de prevenção de abusos.
- Desenvolvimento de atividades: explicam-se os diferentes módulos existentes no workshop de prevenção de abusos utilizados pelo ATHENA. Em diferentes grupos, os participantes devem pensar e desenvolver atividades que ensinariam em cada um dos módulos. No final, todas as atividades propostas são partilhadas, pelo que pode ser compilada uma lista de diferentes dinâmicas para trabalhar. Da mesma forma, dá-se uma explicação de quais as dinâmicas desenvolvemos no Workshop de prevenção realizado pelo ATHENA.

3. <u>Dinâmica Sexualidade e Deficiência Intelectual: realidade ou mito?</u>

- Objetivo: debater e reflectir sobre a sexualidade de pessoas com deficiências intelectuais
- Desenvolvimento de atividades: serão apresentadas diferentes frases que devem ser discutidas, debatendo se são realidade ou mito

    - Pessoas com DI não são seres sexuados
    - Pessoas com DI são indesejadas
    - Pessoas com DI podem fazer sexo?
    - Pessoas com DI têm coisas mais importantes para pensar do que sexo
    - Pessoas com DI não são sexualmente ativas
    - Pessoas com DI são sexualmente desinibidas
    - Pessoas institucionalizadas não devem fazer sexo
    - Pessoas com DI nunca serão agredidas sexualmente
    - Pessoas com DI não precisam de educação sexual
    - Pessoas com DI não percebem sobre sexualidade

<u>Atividade 1.</u>

Metas:

- Objectivo 1: Fornecer conhecimento às jovens adolescentes e mulheres adultas sobre a construção social de papeis de género e como influenciam as relações com

o/a parceiro/a e com a família, por vezes se manifestando-se como violência contra as mulheres, explicar especificamente o ciclo de violência.
- Objectivo 2: Questionar relações desiguais e estabelecer uma forma de interagir com base na igualdade e na não-violência.

Desenvolvimento da atividade:

- Primeira parte: Explicação teórica sobre a construção de papéis de género e como estas relações influenciam as relações de casal e de família, por vezes manifestando-se como violência contra as mulheres), especificamente explicação do ciclo da violência.
- Segunda parte: Realizar-se-á a Dinâmica 1. Serão apresentadas várias imagens de pessoas sem identificação do sexo, com os rostos escondidos nas imagens. Pediremos ao grupo que os/as descreva e tente adivinhar pela atividade que estão a realizar, se a pessoa é um homem ou uma mulher. Finalmente, vamos mostrar-lhe a imagem completa, revelando o rosto, e vamos refletir sobre as interpretações do grupo e a verdadeira identidade das pessoas.
- Terceira parte: Antes de concluir, mostrar exemplos por meio de imagens e/ou vídeos de situações atuais em que se reflectem uma construção desigual de papéis de géneros (esportes, brinquedos, ofícios, tarefas domésticas, etc) para discutir na turma sobre novos papéis de género mais equitativos.
- Quarta Parte: Realizar-se-á a Dinâmica 2: Mitos sobre a violência de género. Dividiremos a sala em três espaços. Colocaremos um pôster em cada:
  CONCORDO, NÃO CONCORDO, NÃO SEI
  Preparam-se diversas frases dentro de uma caixa. Em seguida, são retiradas as frases e lidas em voz alta. Os participantes levantar-se-ão e ficarão no espaço designado com o qual identificam a sua opinião. Analisaremos cada uma das frases e cada participante argumentará sua posição, paralelamente desconstruiremos cada um dos mitos sobre a violência baseada no género. Discute-se sobre cada um deles fornecendo informações suficientes para que os participantes possam identificar possíveis situações de abuso e de violência e sobre como agir perante tais ocorridos.
- Materiais: Apresentação digital, computador, projetor e fotos anexadas de pessoas realizando atividades da vida diária (para a segunda parte), podem ser fotocopiadas e uma cópia distribuída a cada participante. No caso de fazer a atividade online, podem ser cortadas, coladas e editadas a apresentação digital para que a atividade seja desenvolvida. Para a terceira parte, imagens retiradas dos bancos de imagens livres podem ser usadas para visualizar mais exemplos de papeis de géneros desiguais, Para a quarta parte, pode ser utilizada a imagem em anexo onde estão incluídas as frases inseridas na caixa.

Módulo sobre Autonomia

1. **Dinâmica "Minha carteira foi roubada**

- Objetivo: refletir sobre como atuamos junto às pessoas com deficiência intelectual.
- Desenvolvimento da atividade: surge a seguinte situação (adaptando-se ao tipo de profissional a quem a formação está a ser dada):

- "Imagine que vai a uma atividade de lazer e, em uma cafetaria, um/a dos/as usuários/as com DI diz que sua carteira foi roubada. O que você faria?"
  No final do debate, acrescente: Alguém já pensou em perguntar o que deseja fazer?

  A partir das intervenções dos participantes, analisa-se como, frequentemente, intervimos nas pessoas com deficiência intelectual a partir de uma postura paternalista, infantilizante, tutelar, ou seja, a tomar as decisões e atitudes por elas.

2. **Dinâmica "Como vemos as pessoas com deficiência intelectual?"**

- Objetivo: refletir sobre a forma como a deficiência intelectual é vista na sociedade atual.
- Desenvolvimento da atividade: a pergunta é feita e o grupo deve pensar e sugerir adjetivos que correspondam a "como vemos as pessoas com deficiência intelectual". Como são vistas as mulheres com deficiência intelectual? Como são vistos os homens com deficiência intelectual? O profissional irá anotá-los no quadro e discutir essa visão e concepção da deficiência intelectual.

WORKSHOP DE PREVENÇÃO DE ABUSO (para pessoas com Deficiência Intelectual)

Outra estratégia para a prevenção da violência contra as mulheres com DI é proporcionar-lhes independência econômica, profissional e pessoal, desconstruindo estereótipos e dependências de terceiros, sejam eles/as companheiros/as, parentes ou cuidadores/as. Para isso, são propostos os seguintes programas e workshops, adaptados para jovens adultos com DI, e focados nos grupos etários-chave para obtenção de emprego:

- Workshop sobre dependência econômica e pessoal no campo da violência contra as mulheres com DI.
- Programa de orientação profissional para mulheres com DI.
- Workshop informativo sobre programas de formação para a inserção profissional de mulheres com DI.

ACTIVIDADES PARA O WORKSHOP BÁSICO

- Objetivo para os participantes do Workshop Básico: adquirir conhecimentos sobre os conceitos mais básicos em relação ao abuso e como pedir ajuda.
- Conteúdo: partes do corpo (identificação das partes íntimas), conceito de abuso, reconhecimento de emoções básicas e orientação para a ação
- Recomendado para participantes de grande necessidades de suporte.

Módulo de violência de género

1. Atividade "Posso?"

- Objetivo: identificar situações que podem ser um risco.
- Desenvolvimento de atividades: propor diferentes cenários possíveis e questionar se é ou não correto realizar determinados comportamentos. Exemplos de situações:

"Quero beijar um menino/ menina de quem gosto" Posso?
"Eu quero me masturbar no parque." Posso?
"Quero segurar a mão do meu/minha professor/a." Posso?
"Sou um menino e quero entrar no balneário feminino." Posso?
"Eu gostaria de ser a namorada daquele rapaz." Posso?

Duas colunas serão desenhadas no quadro, uma com uma cruz vermelha e outra com um rosto sorridente verde. Dependendo se o ato está correto ou não, será colocado numa coluna ou noutra, para aprofundar as razões para classificá-lo como adequado ou não.

- Material: quadro-negro onde serão desenhadas duas colunas: no lado esquerdo desenhar uma cruz vermelha e no lado direito um rosto sorridente verde.

2. Atividade “Abraço, você quer?”

- Objetivo: responder de forma assertiva às situações levantadas, dependendo das preferências ou desejos de cada um.
- Desenvolvimento: sentam-se em um círculo. A pessoa que inicia (A) fala à sua direita (B) “isso é um abraço, você quer?”. Se B responder sim, (A) dá. (B) pergunta a (C) “isto é um beijo, você quer?” e (B) dá-lo a (C) se este disser que sim. “Esta é uma caressa na bochecha ou no ombro, você quer?” Se a pessoa (B) responder negativamente, a expressão não verbal será trabalhada (expressão facial enquanto ela diz “não”, expressão zangada). Funcionará para que a outra pessoa (A) aceite a recusa.

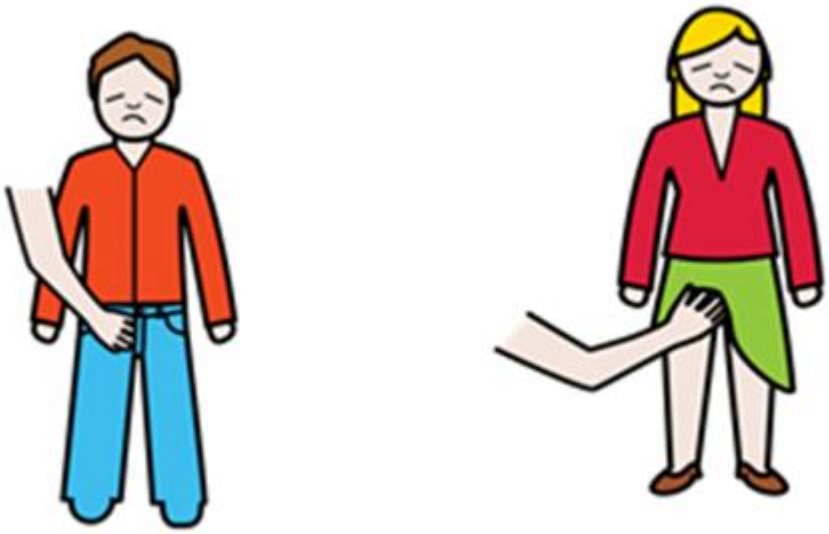
  Depois, partiremos para situações mais difíceis:
  - Em troca de dinheiro ou com insistência
  - Exigência de um profissional

Material: nenhum

- Recomendações: durante a pandemia, pode ser difícil realizar esta atividade. Pode ser adaptado com as medidas sanitárias correspondentes, ou colocar as perguntas e respondê-las, e fazer um “gesto de abraço” sem contacto físico.

3. Atividade “O que é abuso?”

- Objetivo: identificar comportamentos abusivos como negativos.
- Desenvolvimento: é explicado aos participantes que existem maus comportamentos de outras pessoas que podem nos prejudicar e fazer com que nos sintamos mal. Para descobrir quais são os comportamentos, são distribuídos diferentes pictogramas com imagens de abuso. Devem ser intercaladas com imagens de situações que não sejam de abuso (brincar com amigos/as, ir a um aniversário, ir à aula, ou ao centro, etc). Em pares, devem agrupar as situações em dois grupos: “Machuca-me” “Não me machuca”
- Materiais: pictogramas de “ Machuca-me” “Não me machuca”, pictogramas de diferentes situações (positivas e abusivas)



4. <u>Atividade “Diga NÃO!” (marionetas)</u>

- Objetivo: treinar comunicação assertiva e ferramentas de comunicação para dizer NÃO quando algo os/as incomoda ou se encontram numa possível situação de abuso.

- Desenvolvimento: a partir de bonecas ou marionetas, apresenta-se uma situação de abuso psicológico, físico e sexual (situação em que insultam ou gritam com alguém; onde batem em alguém ou onde beijam alguém sem pedir permissão). Também é possível apresentar situações do dia-a-dia que o/a profissional saiba que seu grupo não gosta (por exemplo: fazer cócegas, afagar alguém, tocar na cabeça). Em seguida, faz-se a reflexão sobre o que o/a protagonista pode fazer para impedir a situação. Algumas soluções são indicadas:
    - Diga NÃO!
    - Fuja
    - Peça ajuda
    - Grite

Dizer "NÃO!" em voz alta é praticado em pequenos grupos (isto deve ser acompanhado por um rosto zangado). Depois, os gritos são praticados entre os pequenos grupos (este deve ser acompanhado por um rosto zangado).

- Materiais necessários: bonecas ou marionetas.

5. <u>Atividade “Diga NÃO!” (cartões)</u>

- Objetivo: treinar comunicação assertiva e adquirir ferramentas de comunicação para dizer “NÃO” quando algo os incomoda ou se encontram numa possível situação de abuso.
- Desenvolvimento: refletir com o grupo e escrever nos diferentes cartões ações que eles/as não gostam de que façam a si (“insultarem-me, baterem-me, rirem-se de mim, que me façam cócegas…”). Eles/as escreverão em cartões diferentes e colocá-los-ão numa lata. Cada participante deve praticar dizendo "NÃO" a estas situações. Também podem praticar gritos (isto pode ser em pares, toda a classe ou em pequenos grupos)
- Materiais: folhas, papeis, lata.

<u>Módulo sobre Consciencialização</u>

1. <u>Atividade “Marionetas”</u>

- Objetivo: sensibilizar para a existência de “partes íntimas do corpo”.
- Desenvolvimento: enfatizar que nenhum profissional deve ver ou tocar partes íntimas de outra pessoa. Bonecas ou marionetas podem ser usadas para simular o seguinte diálogo:
    - [Laura e Juan no pátio]
    - Laura: Ei Juan, o médico pode ver o meu rabo?
    - Juan: Bem, depende. Se você vai ao médico porque está com dor no braço, não deveria ver sua bunda.
    - Laura: E se doer?
    - Juan: Se dói e você precisa de ajuda, sim.
    - Laura: Ok Juan! Ei, e ... um professor ou um monitor? Poderia me ver ou tocar minha vagina?
    - Juan: Não!
    - Laura: Você tem razão.
    - Juan: Tenho outra pergunta, Laura: Um parente? Um membro da família pode ver ou tocar meu pénis, por exemplo?
    - Laura: Não, Juan. Somente quando você precisar e não puder se lavar. Por exemplo, se você precisar de ajuda para limpar.

Após a simulação, haverá um debate sobre os diálogos e as cenas, refletindo sobre a importância dos limites em relação às partes íntimas do corpo e terceiros.

- Materiais: marionetas ou bonecas.

<u>Módulo de Ferramentas de Prevenção</u>

1. <u>Atividade de espelho</u>

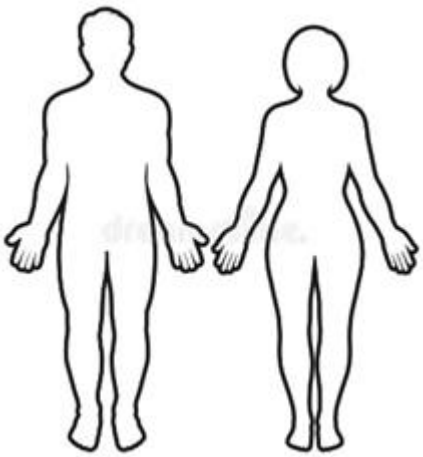
-Objetivo: identificar o próprio corpo e trabalhar a imagem corporal.
- Desenvolvimento: em frente a um espelho devem observar-se cuidadosamente, diferenciar e identificar cada uma das partes do corpo.
- Material: espelho

2. <u>Atiividade “Sensações corporais”</u>

- Objetivo: conhecer e possibilitar a consciência das sensações que experimentam a depender de cada área do corpo.

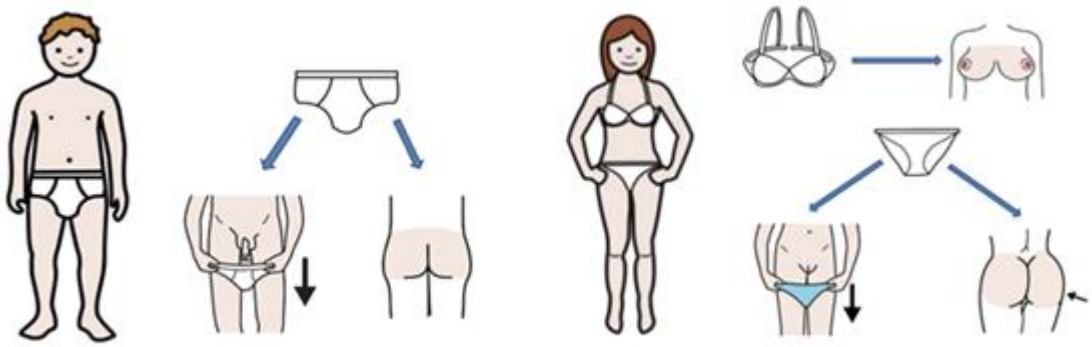
Desenvolvimento: com base num modelo em que a silhueta de um corpo adulto aparece desenhada, deve colorir cada área da mesma, usando as cores que quiser.

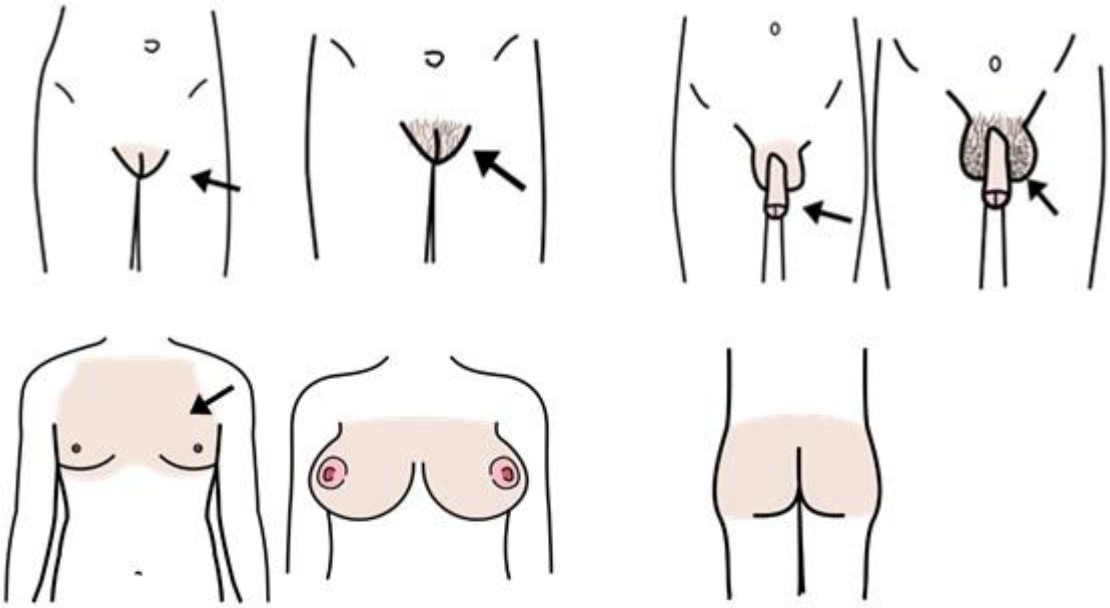
• Material: modelo com uma silhueta do corpo humano e lápis de coloração.



3. <u>Atividade “O que está debaixo da roupa interior de meninos e meninas?”</u>

- Objetivo: conhecer os órgãos genitais femininos e masculinos e diferenciar as partes íntimas de um homem e de uma mulher.
- Desenvolvimento da atividade: a cada participante são dadas duas imagens de um rapaz e uma rapariga com roupas interiores(o menino de cueca, a menina de cuecas e soutien). Separadamente, existem diferentes vinhetas com as partes do corpo de ambos: peito de homem, peito de mulher, vagina, pénis e fundo. Cada participante deve relacionar as partes aos corpos de homem e de mulher.
- Materiais: imagens do corpo de um rapaz e de uma rapariga com roupas interior; imagens de órgãos (peitos femininos, peitos masculinos, rabo, vagina e pênis). Cada participante deve colocar a parte que pertence respectivamente aos corpo de mulher e ao de homem.
- Materiais: tesouras, cola, tintas, marcadores.

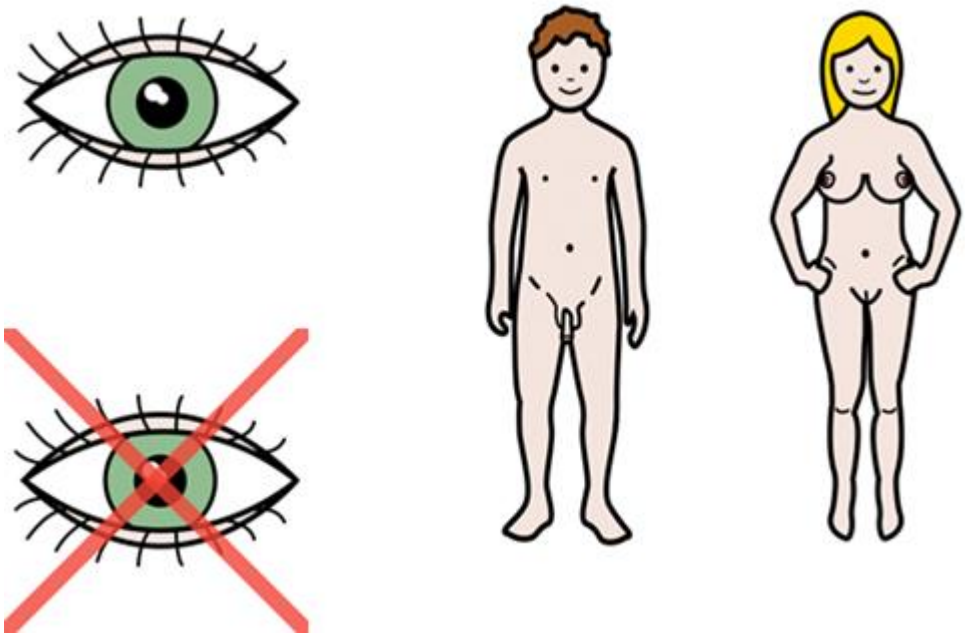




4. <u>Atividade “É visto ou não visto?”</u>

- Objetivo:conhecer as partes do corpo, incluindo as íntimas, e identificar se são visíveis a olho nu.
- Desenvolvimento: cada participante recebe pictogramas de corpos de mulheres e homens e pictogramas que remetem a “É visto / Não é visto”. O profissional deve apontar diferentes partes do corpo, e os participantes devem levantar ou apontar para o pictograma que consideram (visto / não visto) para identificar se é uma parte exposta do corpo (os outros podem ver facilmente) ou se é uma parte coberta (não é possível ver facilmente)

- Materiais: pictogramas de homem e mulher, pictogramas de partes do corpo, incluindo pénis, vagina, bunda, seios… etc. Pictogramas “Visto/ Não Visto”.



5. <u>Atividade “O corpo feminino e o corpo masculino”</u>

    - Objetivo: identificar as diferenças entre as partes íntimas de uma mulher e de homem.
    - Desenvolvimento da atividade: os participantes dividem-se em grupos de 3 pessoas. A cada membro do grupo é dada uma imagem de uma mulher e uma imagem de um homem (corpo inteiro, nu, mas sem as partes íntimas). Em seguida, distribua diferentes imagens das partes do corpo de uma mulher e de um homem para eles (estas partes do corpo devem incluir as íntimas, ou seja, peito, fundo, pénis e vagina). Mais tarde, o cartão é distribuído a cada grupo, no qual devem colar as diferentes partes do corpo de homens e mulheres.
    - Materiais necessários: várias imagens de um homem e uma mulher nus, cartões com as diferentes partes do corpo, incluindo as partes privadas; cartão, cola.
    - Recomendações: uma variante da atividade pode ser adicionar a tarefa de ligar cada parte do corpo com o seu nome correspondente usando setas.

6. <u>Atividade “O que posso fazer?”</u>

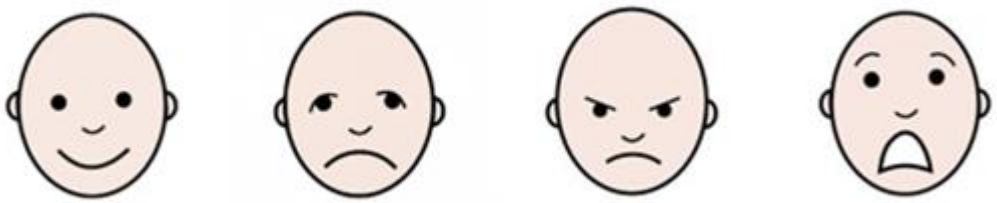
- Objetivo: conhecer as diretrizes básicas de ação contra o abuso.
- Desenvolvimento: explica-se a importância de pedir ajuda quando acontece algo que os faz sentir muito mal. Os/As professores/as terão de propor situações diferentes e em grupos terão que pensar sobre que fazer em cada uma das situações.Cada participante deve refletir e apontar quais diretrizes ele/a pode tomar se ocorrer uma situação abusiva. Você pode indicar qual profissional ou membro da família em particular para quem você pediria ajuda.

- Outra modalidade: em um primeiro momento pedir que os/as formandos/as escrevam casos vivenciados por si ou por terceiros e depois depositem em uma caixa. De seguida, em pares, cada par retira duas situações da caixa e discute possíveis formas de lidar. Em um terceiro momento, todas comentam e a/o formador/a pontua as saídas cabíveis às situações levantadas.
- Materiais necessários: nenhum

Módulo de Autonomia

1. Atividade "Rostos"

- Objectivo: identificar as emoções alegria, raiva, tristeza e medo.
- Desenvolvimento: serão distribuídos pictogramas com rostos que expressam as diferentes emoções e cartões com nomes dessas emoções serão distribuídos separadamente. Cada participante deve colocar cada nome da referida emoção com sua respetiva expressão.
- Materiais necessários: pictogramas de emoções e cartões com seus nomes.



2. "Vídeos de emoções"

- Objectivo: identificar as emoções alegria, raiva, tristeza e medo.
- Desenvolvimento: apresentar pequenos vídeos (no máximo meio minuto) nos quais diferentes emoções podem ser observadas em diferentes situações. No final do vídeo, os participantes serão questionados sobre o que acham que está acontecendo no vídeo e com que emoção associam. Uma variante dessa atividade pode ser perguntar mais tarde se essas emoções nos fazem sentir bem ou mal.
- Para aprofundar as reflexões desta atividade, sugere-se o questionamento sobre a quais sentimentos essas emoções podem estar relacionadas (por exemplo: tristeza relacionada com culpa…)

- Materiais necessários: vídeos que refletem as diferentes emoções.

Vídeo JOY (0-0'30 "):

https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=FYtreUIgk68

Vídeo SADNESS:

https://www.youtube.com/watch?v=7S8cMJzKlkQ

Vídeo ANGER (0'30 '' - 1'10 ''):

https://www.youtube.com/watch?v=-otsp6JmLlI

Vídeo FEAR: https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=PMiT94EeN_o

3. Atividade “Flor”

- Objetivo: conhecer e diferenciar as emoções básicas.
- Desenvolvimento: o desenho de uma flor com 6 pétalas será apresentado em um grande cartão . Em cada uma das pétalas aparecerão as emoções básicas e o “emoticon” ou desenho correspondente . Cada um deve nomear ou dar exemplos de coisas que refletem o que está escrito em cada pétala.
- Material: Cartão com flor de 6 pétalas com emoções básicas.

ATIVIDADES PARA O WORKSHOP AVANÇADO

- Objetivo do Workshop Avançado: adquirir conhecimentos e aprofundar conceitos mais complexos em relação ao abuso e diretrizes para ação.
- Conteúdos: Conceito e identificação da vítima, partes do corpo (identificação das partes íntimas), reconhecimento das emoções, conceito e tipos de abuso (psicológico, físico, sexual), abordar sobre o medo de falar sobre o abuso, segredos e tipos de segredo e orientações para a ação.
- Recomendado para participantes com poucas necessidades de apoio

1. Atividade “Histórias”

- Objetivo: identificar uma pessoa que esteja a ser vítima de algum tipo de abuso ou dano
- Desenvolvimento: o trabalho será feito em grupos de 4 ou 5 pessoas (podem haver menos, a depender das necessidades). As funções de “Secretário”, “Porta-voz”, “Polícia ou Xerife” e “Mediador” são distribuídas dentro de cada grupo. Em grupos, eles/as são convidados/as a escrever 3 histórias em que o/a protagonista é uma vítima, ou seja, alguém os está machucando de propósito. Em seguida, cada porta-voz é convidado a explicar em voz alta a história de seu grupo e justificar porque seu protagonista está sendo uma vítima.
- Material: papel e canetas.
- Recomendações: se necessário, pode haver um profissional a apoiar cada grupo ou aos grupos que precisam de mais apoio, a orientar a construção da história. Uma variante dessa atividade pode ser ter que escrever outra história onde o/a protagonista não é uma vítima e analisar as diferenças com base na definição.

2. Atividade “Silhuetas”

- Objetivo: identificar as diferenças entre genitais femininos e masculinos.
- Desenvolvimento: são solicitados um rapaz voluntário e uma rapariga voluntária. Os voluntários devem deitar no chão em cima do papel contínuo. Outros 2 colegas de

classes diferentes terão que desenhar com giz de cera de cores diferentes o contorno de seus colegas de classe deitado no papel contínuo.Desta forma, a silhueta de seus companheiros será desenhada no papel. A partir da silhueta vazia, serão divididos em grupos: um grupo deverá desenhar todas as partes do corpo que conhecem da mulher, na silhueta da mulher; o outro grupo fará o mesmo com as partes do corpo do homem. No final, cada grupo terá de listar todas as partes do corpo que desenhou na silhueta. Será discutido sobre quais partes homens e mulheres têm em comum e quais partes são diferentes.

- Materiais: papel, lápis de cor, marcadores, tinta, pincéis, aquarelas, tintas a dedo, etc.
- Recomendações: antes de iniciar a atividade, enfatize a importância de deixar o constrangimento fora da sala de aula!

3. <u>Atividade “O corpo muda”</u>

- Objetivo: estar atento/a às alterações físicas que o corpo humano sofre, que este é um processo natural.
- Desenvolvimento: é dado um modelo no qual nomeiam diferentes alterações no corpo. O aluno deve marcar com um X as modificações que tenha percebido em seu próprio corpo ou que considera corretas da lista.

- Material: template que dá nome a alterações no corpo humano.

4. <u>Actividade: Figuras em plasticina</u>

- Objetivo: reconhecer as partes do corpo humano.
- Desenvolvimento: a plasticina colorida é distribuída a cada aluno. Devem fazer dois corpos humanos em 2 figuras diferentes (o corpo de um homem e o corpo de uma mulher) usando a plasticina.
- Materiais: plasticina de diferentes cores.

5. <u>Actividade “Vídeo do Chá”</u>

- Objetivo: aprender o conceito de consentimento, debater e reflectir sobre a ideia.
- Desenvolvimento: o vídeo “Consentimento sexual explicado com Chá” (*"Sexual consent explained with Tea"*) é exibido em sala de aula. Posteriormente, os/as alunos/as são questionados/as sobre o que entenderam do vídeo, o que entendem sobre essa metáfora. Refletirão e debaterão com base no que é explicado no vídeo, Esta actividade é dirigida a grupos muito avançados na área.
- Material: https://www.youtube.com/watch?v=E4WTnJCMrH8

6. <u>Atividade “ Como me faz sentir?”</u>

- Objetivo: diferenciar emoções geradas por diferentes situações.
- Desenvolvimento: uma vez explicadas sobre as emoções básicas, serão propostos diferentes contextos para que expressem a emoção que a situação lhes transmite. Alguns dos cenários podem ser:
    - Como me sinto se tenho uma festa surpresa?
    - Como é que o abraço da minha mãe me faz sentir?

    - Como é que um estranho a me tocar no ombro me faz sentir?
    - Como é que me fazem sentir que me dêem a comida de que não gosto?
    - Como me sinto quando meu professor me repreende?
    - Como me sinto ao encontrar uma aranha na minha cama?
- Material: template de emoções básicas, fichas onde cada uma das situações aparece, template onde escrever os exemplos das situações, dependendo da emoção vivida.

7. <u>Atividade de “mimo”</u>

● Objetivo: formar expressões não verbais (corporais) para transmitir a rejeição de algo (isto é, dizer "NÃO").
● Desenvolvimento da atividade: em grupos, devem pensar numa história que terão de agir sem palavras (apenas com gestos). Nesta história deve haver uma personagem que tenta pedir algo (dinheiro, telemóvel, algumas notas, óculos de sol, etc.) e outra personagem que não quer entregá-lo. Terão tempo para ensaiar e depois vão apresentá-lo à aula. O resto dos seus colegas tentarão entender o que aconteceu na história e analisar como a pessoa que está a rejeitar disse não (tendo em conta a linguagem corporal).
● Materiais necessários: não são necessários materiais; no entanto, se os figurinos estivessem disponíveis na aula, poderiam ser adicionados a histórias e "teatro".

8. <u>Atividade “Jogo de papeis: aprender a dizer e a receber um NÃO”</u>

Objetivo: responder assertivamente às situações levantadas, dependendo das suas preferências ou desejos.
• Desenvolvimento de materiais: o trabalho será feito em pares. A pessoa que começa (A) vai perguntar algo da outra pessoa (B), que responderá negativamente. A expressão não-verbal (expressão facial enquanto diz "não", expressão zangada, etc.) será trabalhada. Funcionará para que a outra pessoa (B) aceite a recusa.
Possíveis situações:
· (A) pede (B) para tirar a camisa e (B) não quer
· (A) pede (B) para baixar as calças ou saia, e (B) não quer
· (A) pede (B) para enviar uma foto íntima pelo WhatsApp e (B) não quer
· (A) pede (B) para um abraço ou beijo e (B) não quer
Para adicionar mais dificuldade:
· (A) deve insistir
· (A) é um profissional do centro
• Material: nenhum

9. Atividade de brainstorming
• Objetivo: aprender a reagir ou dar respostas adequadas a diferentes cenários.
• Desenvolvimento material: colocar situações do dia-a-dia relacionadas com a sexualidade, por exemplo:
· "Um rapaz quer segurar-te a mão, mas não queres. No entanto, ele leva-o de qualquer maneira".
· "Alguém te pede para saires e não te apetece".

· "O teu namorado e namorada quer fazer sexo e tu não queres".
Como devemos reagir? Os participantes terão de dar ideias diferentes, escrevendo cada proposta no conselho de administração. Mais tarde haverá uma discussão sobre quais são as melhores. Esta atividade pode ser alargada pedindo diferentes exemplos de situações que normalmente enfrentam e o que sentem sobre elas. Estes sentimentos podem ser refletidos em cartão usando tintas temperadas e impressões de mãos.
• Material: quadro-negro, cartão, modelos coloridos para desenhar com as mãos

ATHENA

BEGIN

The content of this document represents the opinions of the authors only and is their sole responsibility. The European Commission accepts no responsibility for the use that may be made of any information contained herein.

Co-funded by
the European Union

www.athenabegin.org