www.revistaft.com.br

Revista FT | ISSN 1678-0817 | v. 30, n. 164, 2026 | DOI: 10.69849/h4m4wr31

Reconstrução da identidade feminina após violência doméstica: processos de ressignificação à luz da terapia cognitivo-comportamental

Reconstructing female identity after domestic violence: processes of re-signification in light of cognitive-behavioral therapy

Nária Clores Rocha dos Santos
Tayla de Paula Galvão da Silva
Niziane Andrade Picanço

Resumo

A violência doméstica constitui um grave problema de saúde pública e uma violação de direitos humanos, com repercussão na saúde psíquica e na construção da identidade feminina. Entre seus possíveis efeitos estão o sentimento de culpa e medo, desvalorização, dependência emocional, redução da autoestima e prejuízo à autonomia. O objetivo geral deste estudo foi analisar como mulheres que vivenciaram violência doméstica ressignificam aspectos de sua identidade ao longo do processo de reconstrução psicológica. No específico, identificar impactos psicológicos decorrentes da vivência de violência doméstica em mulheres; investigar as crenças e os significados atribuídos pelas mulheres à violência doméstica vivenciada e analisar os processos de ressignificação envolvidos na reconstrução da identidade feminina após a violência doméstica, considerando a articulação entre impactos psicológicos, crenças e os significados atribuídos a essa experiência. Tratou-se de uma pesquisa qualitativa, de natureza exploratória-descritiva, realizada por meio de revisão bibliográfica, sobre a violência doméstica e a identidade feminina, considerando os processos de ressignificação e reconstrução psicológica. Como resultado, a violência doméstica ocasiona impactos, como ansiedade, depressão, transtorno de estresse pós-traumático, isolamento social e crenças sobre si negativas, os quais prejudicam a autonomia e a autoeficácia das mulheres. Entretanto, a ressignificação e a reconstrução da identidade podem ser favorecidas pelo acolhimento, pela escuta qualificada e pelo acompanhamento psicoterapêutico, bem como pelos acessos aos órgãos e serviços de proteção à mulher, como a Delegacia da Mulher, a Casa da Mulher e centros de referência social. Conclui-se que a violência doméstica provoca impactos significativos na identidade feminina e na saúde psíquica das mulheres, evidenciando a necessidade de intervenções que articulem proteção legal e atenção aos aspectos do sofrimento psicológico.

Palavras-chave: Violência doméstica; Identidade feminina; Terapia Cognitivo-Comportamental.

Abstract

Domestic violence constitutes a serious public health issue and a human rights violation, with repercussions for psychological well-being and the construction of female identity. Its potential effects include feelings of guilt and fear, devaluation, emotional dependency, diminished self-esteem, and compromised autonomy. The general objective was to analyze how women who have experienced domestic violence reframe aspects of their identity throughout the process of psychological reconstruction. Specifically, the study aimed to identify the psychological impacts resulting

from domestic violence; investigate the beliefs and meanings women attribute to the violence they experienced; and analyze the processes of reframing involved in the reconstruction of female identity following such violence, while considering the interplay between psychological impacts, beliefs, and the meanings assigned to the experience. This qualitative, exploratory-descriptive study was conducted through a literature review on domestic violence and female identity, focusing on processes of reframing and psychological reconstruction. The findings indicate that domestic violence leads to consequences such as anxiety, depression, post-traumatic stress disorder, social isolation, and negative self-perceptions, all of which impair women's autonomy and self-efficacy. However, the reframing and reconstruction of identity can be fostered through supportive environments, attentive listening, and psychotherapeutic care, as well as through access to specialized protection services—such as women's police stations, women's support centers, and social service hubs. It is concluded that domestic violence has a significant impact on female identity and psychological well-being, highlighting the need for interventions that integrate legal protection with attention to the psychological suffering experienced.
Keywords: Domestic violence; Female identity; Cognitive-Behavioral Therapy.

1 INTRODUÇÃO

O presente estudo tem como tema a reconstrução da identidade feminina após a vivência de violência doméstica, com enfoque nos processos de ressignificação à luz da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC). Buscou-se compreender como mulheres que sofreram violência doméstica podem reconstruir-se nos aspectos de sua identidade e alcançar condições de bem-estar psicológico.

A violência doméstica contra a mulher pode se manifestar de diferentes formas, como a violência física, psicológica, sexual, moral e patrimonial, ocorrendo no âmbito doméstico, familiar, ou nas relações íntimas de afeto. A violência contra a mulher pode apresentar diferentes níveis de gravidade, desde agressões psicológicas e outras formas de violência até situações que colocam sua vida em risco. Nesse cenário, os registros de tentativas de feminicídio e feminicídio contribuem para compreender a gravidade desta problemática no contexto brasileiro (Brasil, 2006).

No Brasil, os dados do Sistema Nacional de Informações de Segurança Pública (SINESP) apontam que, entre janeiro e setembro de 2026, foram registradas 1.082 vítimas de feminicídio, representando uma redução de 4,50% em comparação com o mesmo período de 2025. Entretanto, as tentativas de feminicídio apresentaram um aumento de 10,38%, totalizando 3.350 vítimas no mesmo período. Somados, os dois indicadores totalizam 4.432 vítimas, com variação positiva de 6,33% em relação a 2025. Esses dados evidenciam a gravidade da violência contra a mulher no contexto brasileiro (SINESP, 2026).

Os dados apresentados demonstram a necessidade de atenção contínua à violência contra a mulher no contexto brasileiro, reforçando a importância de políticas públicas voltadas à

prevenção, à proteção e ao enfrentamento da violência de gênero e doméstica. Nesse sentido, destaca-se a Lei nº 11.340, de 7 de agosto de 2006, conhecida como Lei Maria da Penha, que estabelece mecanismos para coibir e prevenir a violência doméstica e familiar contra a mulher (Brasil, 2006).

Deste modo, fatores psicológicos, sociais, culturais, financeiros e estruturais podem dificultar o rompimento do ciclo da violência. O medo de represálias, as ameaças do agressor, a dependência, a ausência de uma rede de apoio e os vínculos emocionais estabelecidos na relação podem contribuir para a permanência da mulher em situação de violência. Além disso, experiências recorrentes de humilhação e desvalorização podem comprometer sua autoestima e favorecer o fortalecimento de crenças negativas sobre si mesma, intensificando o sofrimento psicológico.

Diante disso, a reconstrução da identidade no pós-violência doméstica é complexa e envolve a ressignificação de vivências e a reorganização de aspectos cognitivos e emocionais. Nesse contexto, a Terapia Cognitivo-Comportamental apresenta-se relevante, possibilitando a identificação de pensamentos e crenças disfuncionais, a regulação emocional e o desenvolvimento de estratégias de enfrentamento mais adaptativas, que favorecem o fortalecimento da autonomia e da autoestima (Beck, 2014).

Nesse sentido, o objetivo geral deste estudo foi compreender, por meio da análise da literatura científica, como mulheres que vivenciaram violência doméstica ressignificam aspectos de sua identidade no processo de reconstrução psicológica, sob a perspectiva da Terapia Cognitivo-Comportamental, e como objetivos específicos, buscou-se identificar impactos psicológicos decorrentes da vivência de violência doméstica em mulheres; investigar as crenças e os significados atribuídos pelas mulheres à violência doméstica vivenciada e analisar os processos de ressignificação envolvidos na reconstrução da identidade feminina após a violência doméstica, considerando a articulação entre impactos psicológicos, crenças e os significados atribuídos a essa experiência.

Dessa forma, a pesquisa parte do problema: como a literatura científica descreve o processo de ressignificação e reconstrução da identidade de mulheres que vivenciaram violência doméstica, à luz da Terapia Cognitivo-Comportamental?

2. METODOLOGIA

O presente estudo é uma revisão bibliográfica narrativa, de abordagem qualitativa e caráter exploratório-descritivo, realizada com o propósito de reunir, discutir e interpretar produções científicas e teóricas relacionadas à reconstrução da identidade feminina após a experiência de violência doméstica considerando os processos de ressignificação e as contribuições da Terapia Cognitiva-Comportamental. Optou-se pela utilização de pressupostos teóricos em substituição às hipóteses.

O estudo visa compreender fenômenos subjetivos relacionados à reconstrução da identidade feminina após a convivência com violência doméstica. Conforme Minayo (2014), a abordagem qualitativa busca compreender os significados, sentidos e interpretações atribuídos aos fenômenos sociais. Desse modo, a presente pesquisa utiliza produções científicas como fontes de conhecimento, buscando compreender como a literatura aborda os impactos da violência doméstica na identidade feminina no processo de ressignificação psicológica, considerando as contribuições da Terapia Cognitivo-Comportamental.

Para a realização da pesquisa, foram buscadas produções científicas disponíveis em bases de dados acadêmicas, como SciELO, Scribd, PePSIC, Google Acadêmico e periódicos da área da Psicologia, além de livros, revistas, dissertações, teses e obras clássicas relacionadas à temática proposta.

A coleta de dados se deu por levantamento bibliográfico, no período de fevereiro a novembro de 2026. Foram incluídos estudos que abordassem impactos psicológicos, autoestima, identidade, crenças, autonomia ou processos de ressignificação, bem como as contribuições da TCC, quando pertinentes aos objetivos do estudo. Foram considerados artigos científicos, livros, dissertações, teses e pesquisas acadêmicas, além de obras clássicas pertinentes ao referencial teórico, independentemente do período de publicação, quando sua inclusão fosse justificada.

Foram excluídos os estudos que não apresentavam informações metodológicas suficientes para a avaliação, que não estavam relacionados à temática ou que não atendiam aos objetivos da presente pesquisa. Também foram excluídas produções cuja fundamentação teórica não apresentava consistência suficiente para contribuir com a análise proposta.

A análise do material foi realizada com base nas etapas propostas por Bardin (2016). Inicialmente, no pré-análise, procedeu-se à leitura exploratória e à organização das obras selecionadas, buscando identificar sua pertinência em relação aos objetivos da pesquisa. Na etapa de exploração do material, foram identificados e agrupados conteúdos relacionados aos impactos

psicológicos da violência doméstica, às repercussões na identidade feminina, às crenças e aos processos de ressignificação, bem como às contribuições da Terapia Cognitivo-Comportamental. Por fim, no tratamento dos resultados e na interpretação, foram analisadas as convergências e divergências entre os autores, articulando os achados ao referencial teórico adotado.

Após o processo de levantamento, seleção e leitura das produções, foram utilizadas 44 obras pertinentes aos objetivos do estudo. Esse conjunto foi organizado considerando a relevância temática e a contribuição teórica e científica para a compreensão da violência doméstica, seus impactos psicológicos, as repercussões na identidade feminina e os processos de ressignificação. As obras selecionadas foram examinadas considerando os conteúdos relacionados aos objetivos da pesquisa e articuladas ao referencial teórico da Terapia Cognitivo-Comportamental.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

3.1 Violência doméstica contra mulher: conceitos e implicações

A violência doméstica contra a mulher configura-se como um fenômeno complexo e multifatorial, que envolve relações de poder historicamente construídas e sustentadas por desigualdades de gênero, perpetuadas até os dias atuais. De acordo com a Lei nº 11.340/2006, conhecida como Lei Maria da Penha, considera-se violência doméstica qualquer ação ou omissão baseada no gênero que cause morte, lesão, sofrimento físico, sexual ou psicológico, bem como dano moral ou patrimonial (Brasil, 2006). Nesse sentido, a violência doméstica ultrapassa as dimensões físicas, afetando significativamente a saúde mental, emocional e social das mulheres.

Nesse contexto, a violência manifesta-se também na forma psicológica, moral, sexual, física e patrimonial, atingindo profundamente a integridade da mulher. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2013), mulheres em situação de violência apresentam maior vulnerabilidade ao desenvolvimento de transtornos mentais, como depressão, ansiedade e transtorno de estresse pós-traumático.

Dessa maneira, compreender a violência doméstica exige considerar não apenas as agressões visíveis, mas também aquelas que ocorrem de forma silenciosa e progressiva, comprometendo a autoestima, a autonomia e a percepção que a mulher desenvolve sobre si mesma. Nos estudos de Santos *et al.* (2024), considera-se que a desvalorização da autoestima

pode estar presente nas dinâmicas de violência contra mulher, sendo acompanhada por outras manifestações abusivas.

Parte das mulheres desconhece os tipos de violência, o que pode dificultar o reconhecimento das situações vivenciadas. Geralmente, os agressores são maridos, companheiros, namorados ou ex-parceiros, tornando a situação ainda mais complexa em razão dos vínculos afetivos, dos sentimentos e das relações estabelecidas ao longo da convivência. Nesse sentido Henriques *et al.* (2025), afirma que o agressor se utiliza da manipulação, humilhação, ameaças, controle e desvalorização para comprometer a confiança da mulher em si mesma, favorecendo sentimento de culpa, inferioridade e incapacidade.

Com o tempo, essa prática pode contribuir para o enfraquecimento da autoestima e para a dificuldade de reconhecer a situação de violência, fazendo com que algumas mulheres permaneçam em relações abusivas. Entretanto, o silêncio e a dificuldade de romper esses vínculos não devem ser compreendidos como responsabilidades da vítima, mas devem ser considerados os fatores emocionais, sociais e econômicos que podem dificultar o rompimento da situação de violência (Santos *et al*, 2024).

Reconhecer-se em uma situação de violência implica compreender as manifestações abusivas, identificar os direitos assegurados e perceber quando a relação está sendo marcada por comportamento de controle, humilhação, misoginia e agressão.

Conforme Espinosa *et al. (*2024), a violência contra a mulher pode ocorrer em diferentes contextos relacionais, envolvendo cônjuges, ex-companheiros, familiares e outros indivíduos que estabeleçam relação marcada pela desigualdade de gênero, pelo controle e pela violação de direitos. Essas experiências podem produzir impactos significativos na saúde física e mental, comprometendo a segurança, a autonomia e a dignidade da mulher.

As repercussões da violência também podem manifestar-se por meio do sofrimento psicológico, envolvendo sentimentos de vergonha, medo, culpa, desvalorização pessoal e descrença na própria capacidade de tomar decisões. Mulheres atingidas pela violência podem apresentar prejuízos à autoestima, ideação suicida, depressão, fobias, insônia, crises de angústia e dificuldades relacionadas à vivência sexual, entre outras manifestações, conforme apontado por

(Brasil, 2005). Essas consequências podem variar de acordo com as experiências, intensidade e a duração da violência, bem como os recursos de enfrentamento e apoio disponíveis.

A violência psicológica, por sua vez, pode ocorrer de maneira não evidente, o que contribui para que, em muitos casos, não seja identificada ou reconhecida socialmente, permanecendo velada (Santos *et al*, 2024). Além disso, as repercussões emocionais de experiências traumáticas e situações prolongadas de estresse podem estar associadas a manifestações físicas e a problemas crônicos de saúde, como alterações cardiovasculares, hipertensão arterial, problemas intestinais e fibromialgia, entre outras condições apontadas por Lourenço *et al*, (2020).

Dessa forma, compreende-se que a violência pode comprometer diferentes dimensões da saúde da mulher, evidenciando a necessidade de atenção integral às suas consequências.

Sob a perspectiva da Terapia Cognitiva-comportamental, essas experiências podem repercutir na maneira como a mulher interpreta a si mesma, suas relações e suas possibilidades de autonomia. Conforme Beck (2014), o modelo cognitivo postula que os pensamentos e interpretações influenciam as emoções e os comportamentos, e em situação de sofrimento psicológico, podem ocorrer intensificações de pensamentos automáticos negativos que tendem a se intensificar. Como afirma Petersen (2019), experiências de violência podem favorecer pensamentos relacionados à culpa, inferioridade, desamparo e incapacidade, comprometendo a autoestima e a percepção de valor pessoal.

A compreensão dessas repercussões torna-se relevante para analisar o processo de ressignificação e reconstrução da identidade feminina, especialmente quando a mulher passa a reconhecer os prejuízos vivenciados e a construir novas perspectivas sobre si mesma.

Além dos impactos individuais, segundo Salmoria e Scheer (2026), a violência doméstica também envolve barreiras sociais e institucionais que podem dificultar a busca por ajuda. Quando a mulher procura órgãos competentes e não se sente acolhida, seu sofrimento se intensifica, pois, além de expor sua situação, permanece com o receio de ser submetida a preconceitos ainda presentes na sociedade.

Nesse contexto, um dos maiores desafios dos órgãos públicos consiste em garantir um acolhimento digno, humanizado e respeitoso oferecendo escuta qualificada e evitando práticas que reforcem a culpabilização ou a revitimização das mulheres em situação de violência (Lira *et al.*, 2022).

Assim, muitas mulheres sentem vergonha de expor a violência que sofrem e optam pelo silêncio para evitar julgamentos, constrangimentos ou novas situações de exposição. Nesse contexto, os serviços de saúde desempenham um papel importante no acolhimento, na identificação e no acompanhamento dos casos de violência. A Lei nº 10.778/2003 estabelece a notificação compulsória dos casos de violência contra a mulher atendidos em serviços de saúde públicos ou privados, contribuindo para o reconhecimento da violência como questão de saúde pública e para a produção de informações que subsidiem ações de prevenção, assistência e proteção (Brasil, 2003).

Conforme afirma Bini *et al.* (2025), a violência contra a mulher constitui um problema de saúde pública, considerando a magnitude, sua repercussão e sua relação com as desigualdades de gênero e a violação de direitos. Nesse sentido, o atendimento inicial às mulheres em situação de violência deve pautar-se pelo acolhimento, pela escuta e pela validação de suas experiências, reconhecendo a singularidade de cada trajetória e evitando que suas vivências sejam reduzidas a procedimentos burocráticos ou meras estatísticas.

A violência, assim como as questões de gênero, atravessa diferentes grupos sociais e manifesta-se em contextos diversos, de maneira explícita ou velada. Conforme destacam Habigzang *et al.* (2019), a opressão doméstica está relacionada a uma construção social que não se restringe a uma única realidade ou grupo específico. Embora tenham ocorrido avanços nas conquistas dos direitos das mulheres, as desigualdades de gênero ainda se fazem presentes, especialmente na distribuição das responsabilidades domésticas e no cuidado com os filhos.

De acordo com Hennington (2025), muitas mulheres continuam enfrentando a sobrecarga decorrente da dupla jornada ou tripla jornada de trabalho, enquanto mães solos frequentemente assumem sozinhas a responsabilidade que deveria ser compartilhada. Essas condições podem ampliar as vulnerabilidades sociais e econômicas, dificultando o acesso a recursos de proteção e a construção de condições favoráveis à autonomia.

3.2 Impactos psicológicos da violência doméstica

A violência doméstica pode provocar impactos significativos na saúde mental das mulheres, comprometendo a capacidade de estabelecer relações de confiança e de manter vínculos emocionais saudáveis. Entre as principais consequências psicológicas, destacam-se depressão, medo, vergonha, ansiedade, pânico, estresse pós-traumático, hipervigilância, baixa autoestima, isolamento social, dependência emocional, distúrbios do sono e da alimentação, além de comportamentos autodestrutivos (Oliveira, 2026).

Essas repercussões podem comprometer diferentes dimensões da vida da mulher, especialmente quando as experiências de violência ocorrem de maneira contínua. A Organização Mundial da Saúde (OMS, 2013) destaca a associação entre a violência contra a mulher e problemas de saúde mental, como depressão, ansiedade e transtorno de estresse pós-traumático. Nesse sentido, Herman (1992) aponta que experiências de sofrimento intenso e contínuo, podem desencadear prejuízos à saúde mental e à percepção da própria identidade, comprometendo a maneira como a mulher compreende a si mesma e o mundo.

No contexto da violência doméstica, essas experiências podem contribuir para o desenvolvimento ou fortalecimento de crenças disfuncionais relacionadas à culpa, à inadequação e à incapacidade, interferindo na maneira como a mulher compreende a si mesma e suas possibilidades de mudança. Essas repercussões também são identificadas em estudos realizados com mulheres que vivenciaram situações de violência.

Em estudo desenvolvido na cidade do Recife, Pernambuco, Mendonça e Ludermir (2017) investigaram a associação entre violência por parceiros íntimos e a ocorrência de transtornos mentais comuns em mulheres. A pesquisa, realizada com 390 participantes, identificou que 44,6% das mulheres que relataram violência nos últimos 12 meses apresentaram esses transtornos. As autoras também observaram que a violência psicológica esteve associada aos transtornos mentais comuns, mesmo quando não acompanhada de agressões físicas ou sexuais.

Esses resultados reforçam a importância de considerar os impactos da violência psicológica na saúde mental das mulheres. O enfrentamento da violência doméstica exige respostas que ultrapassem a responsabilização do agressor. Conforme Salmoria e Scheer (2026),

medidas como acolhimento psicológico, orientação jurídica e as campanhas de conscientização são importantes, mas não garantem, isoladamente, o atendimento às necessidades básicas das mulheres, conforme evidenciado pelas demandas das participantes da pesquisa.

Na região Sul do Brasil, Oliveira *et al*. (2021) realizaram um estudo com 971 mulheres residentes na zona rural do Rio Grande do Sul, com o objetivo de investigar a violência psicológica praticada por parceiros íntimos. Os resultados apontaram que 17,2% das participantes relataram ter vivenciado violência psicológica ao longo da vida. Além disso, as mulheres com diagnóstico de depressão apresentaram maior prevalência desse tipo de violência, evidenciando uma associação importante entre a violência psicológica e a saúde mental feminina. Dessa forma, os estudos demonstram que as agressões não precisam ser físicas para produzir consequências significativas na vida emocional das mulheres.

Ao relacionar os estudos de Mendonça e Ludemir (2017) e Oliveira et al. (2021), observa-se que ambos evidenciaram a associação entre a violência psicológica e os prejuízos à saúde mental feminina, demonstrando que as consequências da violência doméstica não se restringem às agressões físicas.

Além dos impactos psicológicos, a violência contra a mulher apresenta repercussões sociais e pode atingir sua integridade física e até mesmo sua vida. De acordo com os dados do Sistema Nacional de Informações de Segurança Pública (SINESP), entre janeiro e setembro de 2026, o Brasil registrou 1.082 vítimas de feminicídio, representando uma redução de 4,5% em comparação com o mesmo período de 2025. Em contrapartida, as tentativas de feminicídio totalizaram 3.350 vítimas, um aumento de aproximadamente 10,4% em relação ao período anterior (SINESP, 2026). Embora os registros de feminicídio consumados tenham apresentado redução, o crescimento das tentativas evidencia a persistência da violência de gênero e reforça a necessidade de medidas de prevenção, proteção e acolhimento às mulheres.

Mesmo com ações de conscientização e divulgação de informações sobre violência contra a mulher, as vítimas ainda enfrentam dificuldades para denunciar as agressões sofridas, seja por medo, vergonha ou falta de informação. Nesse sentido, Silva *et al.* (2026) aponta que os índices de tentativas de feminicídio e feminicídio contra mulheres permanecem preocupantes no Brasil, evidenciando os desafios ainda existentes no enfrentamento da violência. Além disso, a ausência

de uma rede de apoio pode dificultar o rompimento da relação abusiva, contribuindo para a permanência da mulher em situações de vulnerabilidade.

Conforme Beck (2022), dificuldades no processamento de informações positivas podem contribuir para a construção de uma percepção distorcida de si mesma. Essa percepção, associada a fatores culturais e à pressão social, pode afetar profundamente a identidade feminina, levando algumas mulheres a se sentirem incapazes de romper sozinhas com a relação abusiva. É importante considerar, entretanto, que essa dificuldade não está relacionada apenas às crenças e percepções individuais, mas também às ameaças, à dependência financeira e às condições sociais que podem limitar as possibilidades de rompimento. Nesse contexto, a presença de uma rede de apoio ativa e sólida pode favorecer o enfrentamento dessas situações e contribuir para o fortalecimento emocional.

Para além dos indicadores estatísticos e das repercussões sociais, é necessário compreender como as experiências de violência podem interferir nos pensamentos, nas emoções e nos comportamentos das mulheres. Nesse contexto, a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) oferece uma perspectiva para compreender as interpretações e crenças constituídas a partir das experiências vivenciadas. Conforme Beck (2014), o modelo cognitivo considera que os pensamentos automáticos influenciam as respostas emocionais e comportamentais dos indivíduos.

Assim, no contexto da violência doméstica, podem surgir pensamentos relacionados ao medo, à culpa, à desvalorização pessoal e à percepção de incapacidade, os quais podem interferir na maneira como a mulher percebe a si mesma e suas possibilidades de mudança. No processo terapêutico da TCC, busca-se identificar pensamentos automáticos e crenças que influenciam a interpretação das situações, as emoções, os comportamentos e as reações fisiológicas.

Por meio da avaliação de evidências, da identificação de alternativas e da análise das consequências dos pensamentos, a pessoa pode desenvolver interpretações mais realistas, flexíveis e funcionais, favorecendo a redução do sofrimento emocional, a diminuição da ativação ansiosa e o desenvolvimento de comportamentos alinhados aos seus objetivos.

Logo, Lopes *et al.* (2022) aponta que as consequências da violência podem interferir na compreensão das crenças relacionadas à violência conjugal, sendo importante considerar outros

aspectos envolvidos nesse processo, como as características da personalidade. As sequelas da violência podem se manifestar de diferentes formas e, em muitos casos, ser silenciadas ou interpretadas como características da própria personalidade.

Dessa maneira, algumas mulheres podem passar a compreender atitudes de indiferença, humilhação e violência como parte das relações afetivas. Entretanto, ao reconhecerem os prejuízos provocados em sua saúde emocional, podem começar a identificar a relação entre o sofrimento psicológico e as experiências abusivas vivenciadas ao longo do tempo.

Segundo Martins *et al*. (2021), entre as consequências psicológicas frequentemente associadas à violência estão os sintomas depressivos, o isolamento social, o estresse pós-traumático e as alterações nos pensamentos e comportamentos. Embora algumas dessas manifestações possam apresentar características semelhantes, sua identificação exige uma avaliação cuidadosa, evitando interpretações simplificadas que desconsiderem a complexidade das experiências traumáticas vivenciadas.

Dessa forma, os impactos psicológicos da violência doméstica não se limitam ao sofrimento emocional, podendo comprometer a autoestima, a percepção de si mesma e a maneira como a mulher interpreta suas relações e experiências. Nesse contexto, torna-se importante compreender como as crenças e os significados construídos ao longo da vivência da violência podem influenciar a identidade feminina e suas possibilidades de reconstrução psicológica (Dourado; Noronha, 2014). De acordo com o estudo de Habigzang, Petersen e Maciel (2019), a violência não se restringe a uma determinada etnia, cor ou classe social, e as mulheres em situação de violência podem apresentar maior vulnerabilidade ao desenvolvimento de transtornos psicológicos. Assim, ações integrais de acompanhamento psicológico podem contribuir para o enfrentamento e o rompimento do ciclo da violência, por meio da identificação das situações vivenciadas, da aprendizagem de estratégias de enfrentamento, da elaboração das experiências traumáticas e do desenvolvimento de comportamentos de proteção.

Dessa maneira, o acompanhamento psicológico pode favorecer o fortalecimento da autoestima, da autonomia e do bem-estar emocional, contribuindo para que a mulher reconheça suas potencialidades e desenvolva novas formas de compreender a si mesma e suas experiências. Portanto, compreender os impactos psicológicos da violência doméstica é fundamental para

analisar os processos de ressignificação e reconstrução da identidade feminina, considerando que esse processo envolve não apenas a superação do sofrimento, mas também a possibilidade de construir novos significados, fortalecer a autonomia e desenvolver novas perspectivas de vida.

3.3 Crenças e significados atribuídos à vivência da violência doméstica sob a perspectiva da Terapia Cognitivo-Comportamental

A vivência da violência doméstica pode comprometer a perspectiva de uma vida saudável, fazendo com que mulheres que passam por essas experiências enfrentem dificuldades para reconstruir suas vidas, reconhecer a si mesmas e atribuir novos significados ao futuro. Isso ocorre porque suas interpretações sobre si mesmas, sobre os outros e sobre o mundo podem ser profundamente influenciadas pelas experiências de violência.

Nesse sentido, Herman (1992) contribui para a compreensão de que a recuperação de experiências traumáticas envolve não apenas o enfrentamento do sofrimento, mas também a reconstrução da segurança, dos vínculos e da percepção de si. Considerando a dimensão cognitiva do empoderamento feminino, apresentada por Salmoria e Scheer (2026), sob essa perspectiva, a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) constitui uma abordagem psicológica fundamentada na compreensão de que a maneira como o indivíduo interpreta a si mesmo, os outros e o mundo está relacionada com as suas estruturas cognitivas, especialmente as crenças.

Dessa forma, o reconhecimento das relações abusivas pode integrar o processo de questionamento de crenças relacionadas à culpa, à incapacidade e à desvalorização pessoal que influenciam as respostas emocionais e comportamentais. Segundo Beck (2022), as pessoas interpretam acontecimentos a partir de crenças e esquemas cognitivos que influenciam suas respostas emocionais e comportamentais. Essas crenças são constituídas ao longo da vida, por meio das experiências pessoais, e representam um nível mais profundo da cognição, exercendo papel importante na maneira como o indivíduo percebe a si mesmo e interpreta suas vivências.

No contexto da violência doméstica, experiências recorrentes de humilhação, desvalorização e ameaças podem contribuir para o desenvolvimento ou fortalecimento de crenças relacionadas ao desamor, à incapacidade e ao desvalor (Beck, 2022). Essas crenças podem influenciar a maneira como a mulher interpreta as agressões, levando-a, em alguns casos, a

atribuir a si mesma a responsabilidade pela violência sofrida. Prosenewicz (2021) também aborda essa culpabilização, permitindo compreender que os significados atribuídos às experiências de violência podem interferir na percepção de si, na autoestima e nas respostas emocionais e comportamentais.

Em pesquisa realizada com 40 mulheres em situação de violência por parceiro íntimo, Algarves, Cardoso e Paim (2023) identificaram maior ativação de esquemas iniciais desadaptativos relacionados ao abandono, à desconfiança, à vulnerabilidade, ao auto sacrifício, ao negativismo e à inibição emocional. Esses resultados contribuem para a compreensão das crenças e interpretações presentes nas experiências dessas mulheres, especialmente no que se refere à percepção de segurança, às relações interpessoais e à expressão das próprias necessidades. Sob a perspectiva cognitivo-comportamental, esses achados permitem discutir como determinados padrões de interpretação podem estar associados à maneira como a mulher percebe a si mesma e seus relacionamentos. Entretanto, é importante considerar que as crenças não se aplicam isoladamente a violência vivenciada, uma vez que fatores sociais, econômicos e relações de poder também influenciam essas experiências.

Na perspectiva da Terapia Cognitivo-Comportamental, a identificação e a avaliação de pensamentos automáticos e crenças disfuncionais podem contribuir para que a mulher questione interpretações relacionadas à culpa, à incapacidade e à desvalorização. Conforme Beck (2022), o processo terapêutico busca favorecer interpretações alternativas e mais funcionais, considerando as experiências e dificuldades apresentadas pela paciente. Dessa forma, a intervenção pode auxiliar na compreensão dos significados atribuídos à violência, sem desconsiderar os fatores sociais que influenciam essas experiências.

De acordo com Habigzang, Petersen e Maciel (2019), entre as estratégias utilizadas nesse processo, destaca-se a psicoeducação, que pode favorecer a compreensão da mulher sobre sua situação, a identificação dos impactos da violência e reconhecimento dos problemas decorrentes dessa experiência. Segundo Beck (2014), mais do que fornece informações, essa ferramenta busca apresentar estratégias que auxiliem na identificação e na compreensão dos pensamentos automáticos e das crenças disfuncionais, favorecendo o desenvolvimento de interpretações mais adaptativas.

Associada à reestruturação cognitiva e ao questionamento socrático, a psicoeducação favorece a análise da realidade vivenciada pela mulher, auxiliando-a a identificar padrões de relacionamento prejudiciais e a desenvolver uma compreensão mais saudável de si mesma e de suas relações. Nesse processo, técnicas voltadas à atenção plena e ao cuidado emocional podem contribuir para a construção de uma vida mais equilibrada, coerente com seus valores e necessidades.

Outra possibilidade de intervenção está relacionada à autocompaixão. Segundo Neff (2022), essa prática consiste em tratar a si mesma com humanidade e acolhimento, reconhecendo suas emoções, pensamentos e experiências sem julgamentos excessivos. A gentileza consigo mesma, que envolve acolhimento, autocuidado e respeito, permite reconhecer os sentimentos sem atribuir a si própria a culpa pela violência sofrida.

Além disso, o senso de humanidade comum possibilita compreender que as dificuldades, as dores e os desafios fazem parte da experiência humana, e não vivenciada de maneira isolada. Esse reconhecimento pode favorecer a conexão com outras pessoas, fortalecer o sentimento de pertencimento e contribuir para uma postura mais acolhedora diante das próprias vivências, sejam elas relacionadas a violência ou a outras experiências da vida.

Apesar dos impactos provocados pela violência, as mulheres podem desenvolver diferentes formas de resistência e enfrentamento para romper o ciclo da violência e reconstruir suas vidas. Nesse sentido, os relatos analisados por Silva (2024) evidenciam que esse processo envolve o reconhecimento da própria capacidade de agir e tomar decisões, bem como a busca por autonomia e ressignificação de suas experiências vivenciadas. Entretanto, a reconstrução da identidade e dos projetos de vida ocorre de maneira singular, respeitando a história, as condições e o tempo de cada mulher.

Diante disso, algumas intervenções tornam-se fundamentais para contribuir para a melhora da qualidade de vida de mulheres vítimas de violência. Segundo Ribeiro (2022), o trauma pode desencadear sintomas associados ao estresse pós-traumático, como depressão, tristeza profunda, raiva, medo e ansiedade.

Nesse contexto, os serviços de apoio social, como o Centro de Referência de Assistência Social (CRAS) e as Unidades Básicas de Saúde (UBS), além do acompanhamento

psicoterapêutico, incluindo a Terapia Cognitiva-Comportamental, podem contribuir para a recuperação e a ressignificação das experiências vivenciadas. Em alguns casos, o tratamento medicamentoso também pode ser necessário, conforme avaliação de profissionais habilitados, para o manejo de sintomas físicos e psicológicos.

Assim, a articulação entre o acompanhamento psicológico, os serviços de apoio social e os demais cuidados necessários pode favorecer o processo de recuperação, respeitando as necessidades, as condições e o tempo de cada mulher. Sob essa perspectiva, segundo Habigzang, Petersen e Maciel (2019), a Terapia Cognitivo-Comportamental podem contribuir para a identificação e a flexibilização de crenças negativas construídas ou fortalecidas durante a vivência da violência, possibilitando novas formas de interpretar as experiências e de perceber a si mesma. Esse processo pode favorecer o fortalecimento da autoestima, da autonomia e da capacidade de construir novos projetos de vida, elementos importantes para a reconstrução da identidade feminina.

Diante disso, compreender as crenças e os significados atribuídos pelas mulheres às experiências de violência doméstica é fundamental para analisar como essas vivências podem influenciar sua percepção de si mesma, suas emoções e seus comportamentos. Sob a perspectiva da TCC, o reconhecimento dessas interpretações pode contribuir para a compreensão dos impactos psicológicos da violência e das possibilidades de ressignificação, considerando as particularidades da trajetória de cada mulher.

3.4 Ressignificação e reconstrução da identidade feminina após a violência doméstica

A reconstrução da identidade feminina após a violência doméstica constitui um processo complexo, que não se limita à superação de impactos psicológicos ou à modificação de pensamentos e crenças. Envolve também a maneira como a mulher passa a compreender a si mesma, reconhecer suas capacidades, estabelecer relações e construir novas perspectivas de vida. Nesse contexto, a ressignificação não significa esquecer ou justificar a violência sofrida, mas possibilitar a construção de novos significados sobre as experiências vivenciadas, sem que elas determinem exclusivamente a maneira como a mulher percebe a si mesma (Pereira *et al.,* 2025).

Em uma pesquisa realizada com seis mulheres que romperam relacionamentos violentos, Silva (2024) identificou que as trajetórias de reconstrução pessoal e social são influenciadas pelas experiências de violência, pelas relações de poder e pelas possibilidades de apoio social e institucional.

Esse processo pode contribuir para a reconstrução de aspectos da identidade feminina, envolvendo o reconhecimento de suas potencialidades, o fortalecimento da autoestima e da autonomia, bem como a construção de novas perspectivas de vida. Conforme Silva (2024), essas trajetórias são singulares, pois cada mulher vivencia a violência e desenvolve suas possibilidades de enfrentamento de acordo com sua história e suas condições de vida.

Nesse percurso, o rompimento da relação violenta não representa, necessariamente, o encerramento do processo de reconstrução da identidade. Em pesquisa qualitativa realizada com 28 mulheres sobreviventes de violência por parceiros íntimos, Leitão (2014) identificou que a reconstrução envolve diferentes momentos, desde a permanência na relação até a decisão de saída e a reorganização da vida.

Nessa fase inicial, a mulher pode apresentar dificuldade para reconhecer violência, submeter-se às vontades do agressor e atribuir a si mesma a responsabilidade do comportamento dele. Posteriormente, pode desenvolver o desejo de romper a relação e estabelecer uma separação emocional e física. Contudo, mesmo após o afastamento, surgem desafios relacionados à continuidade da violência, à monoparentalidade e à falta de suporte social. Na fase de (re)equilíbrio, as experiências de autonomia podem contribuir para o fortalecimento da autoconfiança e para a redefinição da identidade.

A autora também evidencia que essa transição não ocorre de maneira linear, mas envolve um percurso prolongado de reconstrução dos significados e do sentido de si. Dessa forma, a ressignificação das experiências de violência está relacionada não apenas à maneira como a mulher interpreta sua história, mas também às possibilidades concretas de reconstruir sua vida, exercer sua autonomia e estabelecer novas perspectivas sobre si mesma (Leitão, 2014).

Essa compreensão também pode ser observada na pesquisa de Borges e Gonçalves (2017), que, ao analisarem as narrativas de três mulheres que vivenciaram violência praticada por

parceiros íntimos, identificaram que o reconhecimento da violência e a construção de novos significados sobre essas experiências podem ocorrer em momentos distintos.

Uma das participantes, identificada como Simone, relatou que somente cerca de dois anos após o término do relacionamento conseguiu compreender a violência vivenciada. Posteriormente, passou a valorizar sua liberdade de expressão e a participar de movimentos feministas, atribuindo novos significados à própria trajetória. Esses resultados demonstram que a ressignificação não se limita ao reconhecimento das agressões ou ao rompimento da relação, mas também envolve mudanças na maneira como a mulher se posiciona diante das relações e reconhece seu direito de expressar suas próprias vontades.

Assim, a reconstrução da identidade feminina pode envolver a recuperação de aspectos de sua identidade que foram silenciados ou desvalorizados durante a relação violenta. Ao relacionar os estudos de Leitão (2014) e Borges e Gonçalves (2017), compreende-se que esse processo pode continuar mesmo após o término do relacionamento, exigindo tempo, apoio e condições que favoreçam a reorganização da vida.

Nesse contexto, a psicoterapia pode contribuir para a compreensão das experiências vivenciadas e para o fortalecimento emocional, sendo compreendida como parte de um processo mais amplo, que também envolve proteção, apoio e transformações nas condições de vida. Sob essa perspectiva, a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) pode favorecer a identificação e a flexibilização de crenças disfuncionais relacionadas à culpa, à incapacidade e à desvalorização, auxiliando a mulher a desenvolver interpretações mais realistas e funcionais acerca de suas experiências. Conforme Beck (2022), as crenças influenciam a maneira como os indivíduos interpretam os acontecimentos e respondem emocional e comportamentalmente a eles.

Dessa forma, o trabalho terapêutico pode contribuir para que a mulher questione percepções negativas construídas ou fortalecidas durante a vivência da violência e desenvolva novas formas de compreender a si mesma e suas possibilidades de vida. Ferreira *et al.* (2025), ao abordar os impactos do trauma, destaca a importância da continuidade do acompanhamento e do cuidado, de modo a evitar que a mulher permaneça submetida a pensamentos e comportamentos que desqualificam seu processo de reconstrução pessoal.

Nesse sentido, a intervenção psicológica pode favorecer o reconhecimento de padrões de relacionamento prejudiciais e a construção de novas perspectivas sobre si mesma. Entretanto, é importante considerar que a reconstrução da identidade não depende exclusivamente da intervenção psicológica, pois também envolve condições sociais, culturais e econômicas que influenciam a autonomia feminina.

Além do acompanhamento psicoterapêutico, o apoio social e institucional constitui um recurso importante para o rompimento do ciclo da violência. Silva (2024) destaca que a decisão de sair de um relacionamento abusivo pode ser atravessada por conflitos internos, dificuldades e pela necessidade de apoio de pessoas e instituições. Familiares, amigos, filhos, membros de grupos religiosos, espaços de trabalho e estudo, serviços de acolhimento e órgãos públicos podem compor essa rede de apoio.

Dessa maneira, o enfrentamento da violência não deve ser compreendido como uma decisão exclusivamente individual, uma vez que as condições de segurança, proteção e suporte disponíveis podem influenciar as possibilidades de rompimento e reconstrução da vida.

Nesse sentido, torna-se fundamental criar e fortalecer políticas públicas voltadas à proteção e à preservação da vida das mulheres em situação de violência. Salmoria e Scheer (2026) destacam a importância do acolhimento e do suporte social, especialmente diante de situações em que a dependência financeira e as responsabilidades familiares podem dificultar o afastamento do agressor e favorecer o retorno ao ciclo de abuso. Portanto, as ações de proteção precisam considerar não apenas a interrupção imediata das agressões, mas também as condições necessárias para que a mulher possa manter sua segurança e reconstruir sua autonomia.

No Brasil, o enfrentamento da violência doméstica e familiar contra a mulher está previsto na Lei Maria da Penha, que estabelece diretrizes para a implementação de políticas públicas articuladas entre União, estados, Distrito Federal e municípios, conforme seu artigo 8º (Brasil, 2006). Além disso, o Decreto nº 11.431/2023 instituiu o Programa Mulher Viver sem Violência, com a finalidade de integrar e ampliar os serviços especializados de atendimento às mulheres em situação de violência (Brasil, 2023).

Nesse contexto, o Ligue 180 oferece orientações e encaminhamentos à rede de proteção, enquanto a Casa da Mulher Brasileira e os Centros de Referência de Atendimento à Mulher

(CRAM) disponibilizam diferentes formas de apoio, incluindo assistência psicossocial e orientação jurídica (Ministério das Mulheres, 2026).

Esses serviços desempenham papel importante na garantia de direitos, na proteção e no fortalecimento da autonomia feminina. Entretanto, sua atuação não garante, por si só, a reconstrução da identidade, mas pode proporcionar condições para que a mulher reorganize sua vida, tenha acesso à proteção e construa novas perspectivas para o futuro.

No âmbito da assistência social, os Centros de Referência de Assistência Social (CRAS) e os Centros de Referência Especializados de Assistência Social (CREAS) também podem contribuir para o acolhimento, a orientação e os encaminhamentos necessários, conforme suas respectivas atribuições. A articulação desses serviços com as políticas de saúde, segurança pública e justiça pode ampliar o acesso à proteção social e aos direitos das mulheres.

Apesar da existência de legislações e serviços especializados, o enfrentamento da violência exige ações contínuas e articuladas. Conforme Machado *et al.* (2026), a prevenção e o combate à violência de gênero requerem integração entre estados e municípios, além de políticas públicas que fortaleçam os serviços especializados e garantam os direitos das mulheres. Marcon *et al.* (2025) também destacam a importância da integração entre diferentes setores, da capacitação dos profissionais e da implementação de estratégias eficazes para o atendimento integral.

Dessa forma, as legislações representam conquistas importantes, mas precisam ser acompanhadas de ações que enfrentem a naturalização da violência e as desigualdades de gênero presentes na sociedade. Além das medidas de proteção, as ações educativas desempenham papel importante na prevenção e no enfrentamento da violência doméstica. Nunes *et al.* (2025) destacam a necessidade de desenvolver ações educativas que contribuam para combater a reprodução de concepções machistas e patriarcais presentes na sociedade contemporânea.

Nesse sentido, campanhas de conscientização realizadas em espaços de saúde, como as Unidades Básicas de Saúde (UBS), podem contribuir para que as mulheres reconheçam seus direitos e identifiquem possibilidades de apoio. Pereira (2025) também ressalta a importância das estratégias de enfrentamento como forma de mobilizar as redes de apoio e minimizar os efeitos da violência.

Outra possibilidade de acolhimento está relacionada aos círculos reflexivos e de convivência, que promovem espaços nos quais as mulheres podem expressar sentimentos de medo, tristeza e insegurança, compartilhar experiências e fortalecer-se mutuamente. Essas iniciativas podem favorecer a ressignificação das vivências, o desenvolvimento de novas estratégias de enfrentamento e a reconstrução da autonomia, contribuindo para a redução do isolamento e para o fortalecimento dos vínculos sociais.

Conforme Oliveira (2026), o enfrentamento da violência doméstica envolve estratégias de prevenção, acolhimento e proteção, além do fortalecimento da rede de apoio familiar e social. Entretanto, para que a mulher consiga permanecer afastada da relação violenta, é necessário que as ações de proteção sejam acompanhadas de condições concretas de autonomia. Nesse sentido, Salmoria e Scheer (2026) destacam a importância de políticas públicas intersetoriais que articulem justiça, assistência social, saúde, segurança pública, empregabilidade, qualificação profissional, inserção no mercado de trabalho e acesso a creches e escolas para os filhos. Essas medidas podem contribuir para reduzir as dificuldades econômicas e familiares que comprometem a possibilidade de reconstrução da vida após a violência.

No município de Santarém, Pará, a rede de proteção às mulheres em situação de violência conta com serviços como o Centro Maria do Pará, a Delegacia Especializada de Atendimento à Mulher (DEAM), a Defensoria Pública e o Ministério Público, além dos serviços de assistência social e saúde. Araújo (2023) destaca a atuação de instituições voltadas ao acolhimento e à garantia de direitos dessas mulheres.

Esses equipamentos atuam em diferentes dimensões do enfrentamento à violência, oferecendo possibilidades de acolhimento, orientação e acesso aos direitos. Além disso, serviços como os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) podem integrar a rede de cuidado em saúde mental, conforme as necessidades identificadas. A articulação entre essas instituições pode contribuir para a proteção, o fortalecimento da autonomia e a construção de novas perspectivas de vida.

Entretanto, a efetividade da rede de proteção depende não apenas da existência dos serviços, mas também da qualidade do atendimento oferecido. Bini *et al.* (2025) ressaltam a importância de práticas institucionais fundamentadas no respeito, na escuta qualificada e na

atenção às ameaças relatadas pelas mulheres. Muitas mulheres podem sentir vergonha e medo de procurar ajuda, especialmente quando apresentam a saúde física e psicológica comprometida.

Por isso, o acolhimento precisa considerar suas necessidades e garantir atendimento digno e humanizado. A busca por delegacias e a realização de denúncias não devem ser compreendidas como tentativas de testar a eficácia das leis, mas como formas de reivindicar direitos e buscar proteção.

Diante dessas considerações, compreende-se que a reconstrução da identidade feminina após a violência doméstica não ocorre de maneira imediata ou exclusivamente no âmbito psicológico. Mesmo quando a mulher reconhece a violência vivenciada e passa a questionar crenças relacionadas à culpa, à desvalorização e à incapacidade, sua autonomia pode continuar comprometida por fatores como dependência financeira, ameaças do agressor, ausência de apoio e desigualdades de gênero.

Assim, a ressignificação envolve tanto mudanças na interpretação das experiências vividas quanto possibilidades concretas de reorganizar a vida, estabelecer relações mais saudáveis e construir novos projetos de futuro. Sob essa perspectiva, a contribuição da TCC, associada à rede de apoio e às políticas públicas, pode favorecer o fortalecimento da autoestima, da autonomia e o processo da reconstrução da identidade feminina.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com o desenvolvimento desta pesquisa, foi possível compreender que a violência doméstica contra a mulher se manifesta de diferentes formas, por meio de agressões físicas, intimidações, violência sexual, perseguições, controle de suas decisões e situações de humilhação pública. Essas práticas também podem comprometer a saúde física e psicológica da mulher, afetando sua autoestima, dignidade, autonomia e seus vínculos familiares e sociais.

Entre os impactos psicológicos identificados na literatura, destacam-se sintomas de ansiedade, depressão, medo, sofrimento emocional e estresse pós-traumático, além da construção ou fortalecimento de crenças negativas sobre si mesma. Essas experiências podem interferir na maneira como a mulher compreende sua própria identidade e suas possibilidades de vida.

No que se refere às crenças e aos significados atribuídos à violência, compreende-se que experiências recorrentes de humilhação, ameaças e desvalorização podem contribuir para que algumas mulheres desenvolvam percepções relacionadas à culpa, à incapacidade e ao desvalor. Dessa forma, comportamentos abusivos podem ser interpretados como demonstrações de cuidado ou proteção, enquanto a responsabilidade pelas agressões pode ser atribuída à própria mulher. Sob a perspectiva da Terapia Cognitivo-Comportamental, essas interpretações estão relacionadas às crenças construídas ou fortalecidas ao longo das experiências vivenciadas, influenciando suas emoções, comportamentos e percepção de si.

Nesse contexto, a reconstrução da identidade feminina envolve um processo gradual de ressignificação das experiências de violência, possibilitando à mulher desenvolver novas formas de compreender sua trajetória, reconhecer suas potencialidades e fortalecer sua autoestima e autonomia. Conforme os estudos analisados, esse processo não ocorre de maneira linear ou imediata, pois envolve mudanças na percepção de si mesma, nas relações sociais e nas condições concretas de reorganização da vida.

A Terapia Cognitivo-Comportamental pode contribuir nesse percurso por meio da identificação e da flexibilização de pensamentos automáticos e crenças disfuncionais relacionadas às experiências de violência. Estratégias como a reestruturação cognitiva, o questionamento socrático e a psicoeducação podem favorecer interpretações mais funcionais sobre si mesmas e sobre suas possibilidades futuras. Entretanto, a intervenção psicológica deve ser compreendida como parte de um processo mais amplo de reconstrução, que envolve aspectos sociais, culturais, econômicos e ao acesso aos direitos e às redes de proteção.

Além do acompanhamento psicológico, a pesquisa evidenciou a importância das redes de apoio e das políticas públicas de proteção. A dependência financeira, as ameaças do agressor, a fragilidade dos vínculos sociais e as desigualdades de gênero podem dificultar o rompimento do ciclo de violência e a reconstrução da autonomia. Dessa forma, o acolhimento, a escuta qualificada e a articulação entre os serviços de saúde, assistência social, segurança pública e justiça constituem recursos importantes para a proteção e o fortalecimento das mulheres.

Portanto, conclui-se que a reconstrução da identidade feminina após a violência doméstica envolve aspectos psicológicos, sociais, culturais e econômicos. A ressignificação das

experiências pode contribuir para que a mulher deixe de compreender sua trajetória exclusivamente a partir da violência sofrida, reconhecendo suas capacidades e construindo novas perspectivas de vida. Contudo, esse processo não depende apenas de mudanças individuais ou da intervenção terapêutica, sendo necessário considerar as condições de segurança, apoio e garantia de direitos que possibilitem sua autonomia e a reconstrução de seus projetos de vida.

5. REFERÊNCIAS

ALGARVES, Cleonice Pereira; CARDOSO, Bruno Luiz Avelino; PAIM, Kelly. **Esquemas iniciais desadaptativos de mulheres em situação de violência por parceiro íntimo. Revista Brasileira de Terapias Cognitivas**, v. 19, n. 2, 2023. DOI: http://www.rbtc.org.br/detalhe_artigo.asp?id=381 . Disponível em: https://www.rbtc.org.br/como_citar.asp?id=381 Acesso em: 19 de novembro de 2026.

ARAUJO, Anna Clara; CRISTOFORO, Stephanie Cortez; VIERA, Marisa Bel Rebelo; BRANCO, Roberta Priscila da Costa. **Psicologia e a proteção social às mulheres ribeirinhas vítimas de violência doméstica na Amazônia: pesquisa social. Revista PET Interdisciplinar e Programa Conexões de Saberes On-Line**, v. 7, n. 1, p. 5-18, 2023. DOI: http://dx.doi.org/10.18542/rcs.v7i1.18007 Disponível em: https://periodicos.ufpa.br/index.php/conexoesdesaberes/article/view/18007/12012 Acesso em: 11 de outubro de 2026.

BARDIN, Laurence. **-Análise de conteúdo**/ Laurence Bardin; tradução Luís Antero Relo, August 10 Pinheiro. São Paulo: Edições 70, 2016. 3ª reimpr. Da 1ª edição de 2016. Disponível em: https://pt.scribd.com/document/881558062/31-Bardin-2016-Livro-Ana-lise-de-Conteu-do-3-reimpressa-o Acesso em: 13 de abril de 2026.

BECK, Judith S. **Terapia cognitivo-comportamental: teoria e prática.** [recurso eletrônico] / Judith S. Beck; tradução: Sandra Maria Mallmann da Rosa**; revisão técnica: Paulo Knapp**. – 3. ed. – Porto Alegre: Artmed, 2022. Disponível em: https://ia801600.us.archive.org/30/items/terapia-cognitivo-comportamental-teoria-e-pratica-by-judith-s-beck-z-liborg/Terapia%20cognitivo-comportamental%20teoria%20e%20pra%CC%81tica%20by%20Judith%20S%20Beck%20z-liborg.pdf Acesso em: 13 de abril de 2026.

BINI, M. C. N., et al. **Violência contra a mulher: uma revisão sistemática da literatura na perspectiva da psicologia. Gerais, Rev. Internet**. Psicol. vol.16 no.2 Belo Horizonte 2023 Pub. 12-maio-2025. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-82202023000200008 Doi: https://doi.org/10.36298/gerais202316e19787Acesso em 13 de abril de 2026.

BORGES, Érika Nunes de Medeiros Ferreira; GONÇALVES, Eliane. **Sujeição e agência em situações de violência contra as mulheres: trajetórias de superação e ressignificação. Ciências Sociais Unisinos**, São Leopoldo, v. 53, n. 1, p. 119-127, 2017 DOI: https://doi.org/

10.4013/csu.2017.53.1.12 Disponível em: https://revistas.unisinos.br/index.php/ciencias_sociais/article/view/csu.2017.53.1.12 Acesso em 16 de março de 2026.

BRASIL. **Lei nº 11.340, de 7 de agosto de 2006**. **Dispõe sobre mecanismos para coibir a violência doméstica e familiar contra a mulher** (Lei Maria da Penha). Diário Oficial da União, Brasília, DF, 8 ago. 2006. Disponível em:https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2004-2006/2006/lei/l11340.htm. Acesso em 16 de março de 2026.

BRASIL. **Lei nº 10.778, de 24 de novembro de 2003. Estabelece a notificação compulsória, no território nacional, do caso de violência contra a mulher que for atendida em serviços de saúde públicos ou privados**. Brasília, 24 de novembro de 2003; 182º da Independência e 115º da República. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/l10.778.htm. Acesso em 07 de outubro de 2026.

BRASIL. **Ministério das Mulheres. Casa da Mulher Brasileira. Brasília, DF: Ministério das Mulheres**, 2023. Disponível em:https://www.gov.br/mulheres/pt-br/acesso-a-informacao/acoes-e-programas/programa-mulher-viver-sem-violencia?utm_source. Acesso em: 13 jun. 2026.

BRASIL. **Ministério das Mulheres. Ligue 180 – Central de Atendimento à Mulher. Brasília**, DF, 2026. Disponível em: https://www.gov.br/mulheres/pt-br/ligue180?utm_source Acesso em: 13 jun. 2026.

BRASIL. **Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Impacto da violência na saúde dos brasileiros / Ministério da Saúde, Secretaria de Vigilância em Saúde**. – Brasília: Ministério da Saúde, 2005. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/impacto_violencia.pdf?utm_source Acesso em: 13 jun. 2026.

BRASIL. **Presidência da República. Decreto nº 11.431, de 8 de março de 2023. Institui o Programa Mulher Viver sem Violência. Brasília,** DF, 2023. Disponível em: https://planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2023-2026/2023/decreto/d11431.htm?utm_ source . Acesso em: 13 jun. 2026.

DOURADO, Suzana de Magalhães; NORONHA, Ceci Vilar. **A face marcada: as múltiplas implicações da vitimização feminina nas relações amorosas. Physis: Revista de Saúde Coletiva,** Rio de Janeiro, v. 24, n. 2, p. 623-643, 2014. DOI: https://doi.org/10.1590/S0103-73312014000200016 Disponível em https://www.scielosp.org/article/physis/2014.v24n2/623-643/pt/ . Acesso em 25 de outubro de 2026.

ESPINOSA, A. G. da S., Marinho, I. A. C., & Mesquita, V. S. de M. (2024). **Contribuições da terapia cognitivo comportamental no atendimento às mulheres vítimas de violência doméstica.** ***Episteme Transversalis***, *15*(1), 213–226. https://doi.org/10.64892/et.v15i1.3246. Disponível em: https://revista.ugb.edu.br/episteme/article/view/3246. Acesso em 07 de abril de 2026.

HABIGZANG, L. F., *et al.* **Terapia Cognitivo-Comportamental para Mulheres que Sofreram Violência por seus Parceiros íntimos: Estudos de Casos Múltiplos. Ciências Psicológicas**, 13(2), 149 – 264. (2019). Doi: https://doi.org/10.22235/cp.v13i2.1882. 10.22235/cp. v13i2.1882.

Disponível em https://revistas.ucu.edu.uy/index.php/cienciaspsicologicas/article/view/1882/1854 Acesso em 04 de junho de 2026.

HENNINGTON, Élida Azevedo. **O trabalho de cuidados na agenda da saúde: invisibilidade, sobrecarga e desgaste de mulheres trabalhadoras. Saúde em debate,** Rio de Janeiro, v. 49, número especial 2, 2025.https://doi.org/10.1590/2358-28982025E210430P Disponível em: https://www.scielo.br/j/sdeb/a/kVRh8yL6Vb6GPYJGkwRDxDm/?format=pdf&lang=pt&ilang=pt_BR Acesso em: 18 de novembro de 2026.

HENRIQUES. Catarina Gordiano Paes, Rosa, Edinete Maria, Vargas, Elisa Avellar Merçon- **Violência emocional intrafamiliar: uma análise bioecológica das repercussões da violência durante o curso de vida. Psicologia USP**, 2025, volume 36, e230188. Artigo • Psicol. USP 36 • 2025 • Doi: https://doi.org/10.1590/0103-6564e230188 Disponível em: https://www.scielo.br/j/pusp/a/67mWv8bMNMbyLWFYhW4PHgq/?format=pdf&lang=pt&ilang=pt_BR Acesso em 18 de Novembro de 2026.

HERMAN, J. L., 1942– **Trauma e recuperação: as consequências da violência: do abuso doméstico ao terrorismo político / Judith Lewis Herman**; tradução de Leonardo Castilhone. São Paulo: Versos, 2025.Disponível em:https://pt.scribd.com/document/959110968/trauma-e-recuperacao-judith-herman-zlibrary?_gl=1*urkp46*_up*mq..*_ga*nja5nzawmdm0lje3oda3nzu5ndu.*_ga_z4zc50ded6*cze3oda3nzu5ndqkbzekzzekdde3oda3nzu5ndqkajywjgwwjggw*_ga_8kz8bv0p5w*cze3oda3nzu5ndqkbzekzzekdde3oda3nzu5ndQkajYwJGwwJGgw Acesso em: 12 de abril de 2026.

LEITÃO, Maria Neto da Cruz. **Mulheres sobreviventes de violência exercida por parceiros íntimos – a difícil transição para a autonomia**. https://doi.org/10.1590/S0080-623420140000600002. Rev. esc. enferm. USP 48 (spe) • Ago 2014.Disponível em:https://www.scielo.br/j/reeusp/a/t6LKzzTxS5fWWSG4YFChxcB/?lang=pt&utm_source Acesso em: 15 de novembro de 2026.

LIRA, Kalline Flávia Silva de; CASTRO, Ricardo Vieira Alves de. **Percepções de Profissionais da Saúde sobre Violência contra as Mulheres. Revista Psicologia e Saúde, Campo Grande**, v. 14, n. 1, p. 107–122, 2022. DOI: 10.20435/pssa. v14i1.1524. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2177-093X2022000100009 Acesso em: 7 nov. 2026.

LOURENÇO, Lélio Moura; COSTA, Dayane Pereira. **Violência entre Parceiros Íntimos e as Implicações para a Saúde da Mulher. Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia**, 13(1), 2020, e130109. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-82202020000100010&lng=pt&nrm=iso. Doi: https://doi.org/10.36298/gerais2020130109 . Acesso em 11 de maio de 2026.

LOPES, B. J., *et al*. **Crenças sobre a violência conjugal: uma explicação a partir dos valores humanos.** ***Act. Psi*** [online]. 2022, vol.36, n.133, pp.13-26. ISSN 2215-3535. Doi: https://doi.org/10.15517/ap.v36i133.43460
Disponível em: https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2215-35352022000200013 Acesso em 07 de abril de 2026.

MACHADO, Dinair Ferreira, et al.-. **Violência contra a mulher e tentativas de suicídio: expressões da letalidade patriarcal**. Gender-based violence and suicide attempts: expressions of patriarchal lethality. Serv. Soc. Soc., São Paulo, v. 149(3), e-66284515, 2026. Disponível em: https://doi.org/10.1590/0101-6628.515. Acesso em 11 de maio de 2026.

MARCON, S.S, Balestre ME, da Silva MEP, Logullo VV, Izepato AFS, da Costa RF, et al. **O entrelaçar entre o presente e o passado: relatos de mulheres sobre violência. Cogitare Enferm.** Disponível em: [https://www.scielo.br/j/cenf/a/CzXtNqNwtfgTgrrkp7GKs8r/?ilang=pt_BR&lang=pt&utm_source]. 2025 [cited "insert year, month and day"];30:e100994pt. Available from: https://doi.org/10.1590/ce.v30i0.100994pt Acesso em: 08 de outubro de 2026

MARTINS, G. B., et al. **A violência doméstica contra mulheres: contribuição da Terapia Cognitivo-Comportamental na intervenção. Id on Line Revista Multidisciplinar e de Psicologia**, v. 14, n. 54, p. 104-116, fev. 2021. https://doi.org/10.14295/idonline.v15i54.2951 Disponível em: https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/2951. Acesso em: 7 de abril de 2026.

MENDONÇA, Marcela Franklin Salvador de; LUDERMIR, **Ana Bernarda. Intimate partner violence and incidence of common mental disorder. Revista de Saúde Pública,** v. 51, 2017. Disponível em:https://www.scielo.br/j/rsp/a/pz3g38HCG5nG94pxpks7z4B/?lang=en. DOI: https://doi.org/10.1590/S1518-8787.2017051006912 Acesso em: 12 de outubro de 2026.

MINAYO, M. C. S. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde**. 14. ed. São Paulo: Hucitec, 2014. Disponível em: https://pt.scribd.com/document/584246427/Livro-O-DESAFIO-DO-CONHECIMENTO-ATUALIZADO-Minayo-2014 Acesso em 13 de março de 2026.

MINISTÉRIO DAS MULHERES, **Ministério da Justiça e Segurança Pública. Monitoramento Nacional da Violência contra a Mulher.** DOI: Disponível em: https://www.gov.br/mj/pt-br/assuntos/noticias/numero-de-feminicidios-cai-no-brasil-nos-primeiros-sete-meses-de-2026 Acesso em: 21 de setembro de 2026.

NEFF, Kristin. **Autocompaixão feroz: como as mulheres podem fazer uso da bondade para se manifestar livremente, reivindicar seu poder e prosperar**. Tradução: Beatriz Marcante Flores. 1. ed. [S. l.]: Lúcida Letra, 2022. 416 p. Disponível em: https://pt.scribd.com/document/748216714/Kristin-Neff-Autocompaixao-Feroz-Traducao-Gts#page=21. Acesso em: 29 de outubro de 2026.

NUNES, A. L. C. N., et al. **Impactos psicológicos da violência doméstica em mulheres. Revista Brasileira de Estudos Jurídicos, Montes Claros**, v. 19, n. 1, jan./jul. 2025 v. 19 n. 1 (2025): Dossiê - Cidadania plural: direitos das diversidades, inclusão social e justiça (parte I).Disponível em: https://portalunifipmoc.emnuvens.com.br/rbej/article/view/193 . Acesso em 07 de abril de 2026.

OLIVEIRA, Andrea Silveira Lourenço Aguiar de; MOREIRA, Laísa Rodrigues; MEUCCI, Rodrigo Dalke; PALUDO, Simone dos Santos. **Violência psicológica contra a mulher praticada por parceiro íntimo: estudo transversal em uma área rural do Rio Grande do Sul. Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v. 30, n. 4, 2021.Disponível em: https://www.scielo.br/j/ress/a/b7tzrCw3RHKdxcmh6vc4jtP/?lang=pt DOI: https://doi.org/10.1590/S1679-49742021000400017 Acesso em: 12 de outubro de 2026.

OLIVEIRA, Danielle Cavalcante de, 2026. **Violência doméstica contra a mulher: impactos psicológicos e mecanismos de enfrentamento à violência.** Disponível em: https://femperj.org.br/wp-content/uploads/2026/02/DANIELLE-CAVALCANTE-DE-OLIVEIRA-MOD-III.pdf . Acesso em:10 de outubro de 2026.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Estimativas globais e regionais da violência contra as mulheres: prevalência e efeitos na saúde da violência por parceiro íntimo e da violência sexual praticada por não parceiros. Genebra: Organização Mundial da Saúde**, 2013. Disponível em: https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women Acesso em 12 de março de 2026.

PETERSEN, Mariana Gomes Ferreira; Zamora, Júlia Carvalho; Fermann, Ilana Luiz; Crestani, Pâmela Letícia; Habigzang. Luísa Fernanda. **Psicoterapia cognitivo-comportamental para mulheres em situação de violência doméstica: revisão sistemática. Psic. Clin.,** Rio de Janeiro, vol. 31, n.1, p. 145 – 165, jan-abr/2019. Versão impressa ISSN 0103-5665 Versão online ISSN 1980-5438. Doi https://doi.org/10.33208/PC1980-5438v0031n01A07 Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/pdf/pc/v31n1/08.pdf Acesso em: 19 de novembro de 2026

PEREIRA de Matos, A. S.; VIEIRA PINTO, N.; SILVA, A. R. da; LIMA, P. R. F. FROTA, M. A. **Reflexões biográficas como trajetória de (re)significação da violência contra a mulher. Revista Brasileira de Pesquisa (Auto)biográfica**, *[S. l.]*, v. 10, n. 25, p. e 1255, 2025. DOI: 10.31892/rbp a2525-426X.2025.v 10.n 25. e 1255. Disponível em: https://revistas.uneb.br/rbpab/article/view/16346 . Acesso em: 8 nov. 2026. Disponível em: https://revistas.uneb.br/rbpab/article/view/16346 Acesso em: 31 out. 2026.

PROSENEWICZ, Ivania; MADEIRA, Lígia Mori. **Violência doméstica e familiar: análise das Representações Sociais em Rondônia. Revista Brasileira de Segurança Pública**, *[S. l.]*, v. 15, n. 1, p. 22–39, 2021.DOI:https://doi.org/10.31060/rbsp.2021.v15.n1.1139. Disponível em: https://revista.forumseguranca.org.br/rbsp/article/view/1139 . Acesso em: 19 nov. 2026.

RIBEIRO, J. B., Mendonça, S. de A., & Pinho, A. C. (2022). **Correlação Da Violência Contra A Mulher E O Desencadeamento Do Transtorno De Estresse Pós-Traumático.** ***Educação E Saúde: Fundamentos E Desafios*****,** *2*(3), 95–105. v. 2 n. 3 (2022): Educação e Saúde: fundamentos e desafios Disponível em: https://uniptan.emnuvens.com.br/educacaoesaude/article/view/594. Acesso em: 10 de novembro de 20226.

SALMORIA, Henning Camila; SCHEER, Taís de Paula. **Independência econômica da mulher como ferramenta para quebra do ciclo da violência doméstica e familiar. Revista CNJ,**

Brasília, v. 10, n. 1, p. 121–136, 2026. DOI: 10.54829/revista cnj. v10i1.969. Disponível em: https://www.cnj.jus.br/ojs/revista-cnj/article/view/969 Acesso em: 16 nov. 2026.

SANTOS, R. C. S., *et al.* **Os impactos psicológicos em mulheres vítimas de violência doméstica: o papel da psicologia na intervenção.** Cuadernos de educação e desenvolvimento, Portugal, v.16, n.11, p. 01-18, 2024, 9 coloca a responsabilidade de "satisfazer" o marido sobre a mulher. Receipt of originals: 09/27/2024. Acceptance for publication: 10/18/2024. Disponível em: https://ojs.cuadernoseducacion.com/ojs/index.php/ced/article/view/6231DOI: https://doi.org/10.55905/cuadv16n11-021Acesso em 04 de junho de 2026.

SILVA, Alessandra Pereira da; OLIVEIRA, Vanessa Elias de. **Instituições judiciais e movimentos sociais: interações para o combate à violência contra a mulher. Cadernos Gestão Pública e Cidadania**, São Paulo, v. 31, n. 2, p. e 94518, 2026. DOI: 10.12660/cgpc. v31.n2.94518. Disponível em: https://periodicos.fgv.br/cgpc/article/view/94518.Acesso em 13 de maio de 2026.

SILVA, Elcione da Silva e. **Violências e narrativas: trajetórias de mulheres que romperam com o relacionamento íntimo violento. Orientadora**: Telma Amaral Gonçalves. 2024. 110 f. Dissertação (Mestrado em Sociologia e Antropologia) - Instituto de Filosofia de Ciências Humanas, Universidade Federal do Pará, Belém, 2024. Disponível em: https://repositorio.ufpa.br/handle/2011/16685 . Acesso em: 10 de novembro de 2026.

SINESP, **Sistema Nacional de Informações de Segurança Pública. Desenvolvido por COADE/ CGEA/ DGI/ SENASP**. Unidade responsável CEST/CGEA/ DGI/ SENASP. Período de janeiro de 2015 a setembro de 2026, Ministério da Justiça e Segurança Pública. Fontes: Dados informados pelos estados, Distrito Federal, PR e PRF. Disponível em: https://app.powerbi.com/view?r=eyJrIjoiYThmMDBkNTYtOGU0Zi00MjUxLWJiMzAtZjFlMmYzYTgwOTBlIiwidCI6ImViMDkwNDIwLTQ0NGMtNDNmNy05MWYyLTRiOGRhNmJmZThlMSJ9. Acesso em: 21 de setembro de 2026.