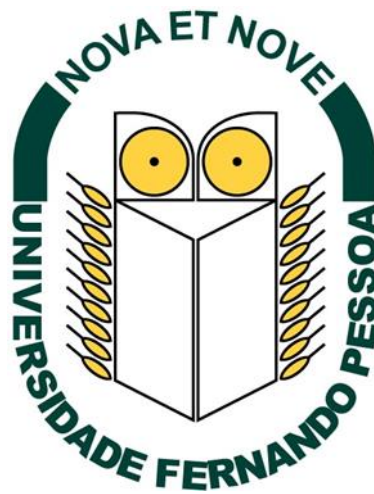


**Inês Mariana Marmelo Pinheiro**

**Vítimas de violência no namoro: dos fatores inerentes  
aos pedidos de ajuda**



**Universidade Fernando Pessoa**

**Faculdade de Ciências Sociais e Humanas**

**Porto, 2016**



**Inês Mariana Marmelo Pinheiro**

**Vítimas de violência no namoro: dos fatores inerentes  
aos pedidos de ajuda**



**Universidade Fernando Pessoa**

**Faculdade de Ciências Sociais e Humanas**

**Porto, 2016**

**Inês Mariana Marmelo Pinheiro**

**Vítimas de violência no namoro: dos fatores inerentes  
aos pedidos de ajuda**

---

**Inês Mariana Marmelo Pinheiro**

Projeto de Graduação apresentado à  
Universidade Fernando Pessoa como parte dos  
requisitos para obtenção do grau de  
Licenciatura em Criminologia, sob a orientação  
da Professora Doutora Sónia Caridade.

## **Resumo**

A investigação internacional e nacional na área da violência nas relações de namoro tem experimentado um crescimento notável durante os últimos anos. Contudo, tem-se ignorado o estudo da procura de ajuda das vítimas desta problemática. Neste sentido, o presente projeto apresenta uma proposta de investigação no domínio da violência nas relações de intimidade juvenis, procurando-se identificar as principais barreiras e elementos facilitadores do pedido de ajuda perante uma relação de namoro abusiva. Procedeu-se à elaboração de uma revisão da literatura, propondo-se a realização de um estudo quantitativo junto de alunos de idades compreendidas entre os 12 e os 17 anos das escolas do concelho da Trofa. O questionário será o método de recolha de informação seleccionado uma vez que permite a possibilidade de inquirir um grande número de pessoas. Relativamente aos resultados que se poderá obter com a implementação deste estudo, espera-se que a não denúncia de comportamentos abusivos numa relação de namoro se sobreponha à sua denúncia por vergonha e por ainda se considerar este crime como não gravoso. Nos casos em que é feita a denúncia/revelação prevê-se que as vítimas optem por uma divulgação informal, como os amigos. A finalizar, procedeu-se à descrição das limitações do estudo onde se procura ainda identificar pistas para uma investigação futura nesta área.

**Palavra-Chave:** Adolescência; violência no namoro; vitimação; pedido de ajuda.

## **Abstract**

Both national and international academic research regarding the subject of relationship violence has seen a great increase in recent years. However, the specific subject of help seeking in regard to the victims has been largely neglected. Like so, the present study proposes an investigation in the field of youth relationship violence, seeking to identify the main barriers and facilitators of help seeking for victims, mainly when faced with a critical situation of violence. To better understand this problematic, a literature review was conducted on this matter. Afterwards we propose a quantitative study with a sample composed of students between the ages of 12 and 17 years old, in the schools of the city of Trofa. The questionnaire was the chosen method to collect information, since it allows us to obtain a bigger sample. Regarding the expected results of this study, we might observe that the prevalence of help seeking behaviours among victims of relationship violence is low, this being largely explained by victim shaming (by the own victim or by someone else) and by attitudes of trivialization towards this particular type of crime, which in turn tend to undermine its consequences. In the cases that the victims adopt help seeking behaviours, by either pressing formal charges against the offender or by disclosing the incident to someone he/she trusts, we predict that victims will tend to prefer a more informal type approach. Lastly, we enumerated the limitations of the present study, as well as identified possible suggestions for a future investigation in this particular subject.

**Key – Words:** Adolescence; relationship violence; victimization; help seeking

## **Agradecimentos**

À Universidade Fernando Pessoa por todas as experiências inesquecíveis, bem como por todos recursos disponibilizados que tornaram possível este Projeto.

A todos os docentes do curso de Criminologia da Universidade Fernando Pessoa, que me acompanharam ao longo destes três anos, pelos ensinamentos, conselhos e força transmitidos enriquecendo-me tanto a nível académico como a nível pessoal.

À Professora Doutora Sónia Caridade, grande exemplo de sucesso, por toda a sua disponibilidade e prontidão, bem como por todos os esclarecimentos e apoios prestados. Agradeço toda a sua orientação e transmissão de sabedoria.

Aos meus pais por todo o amor e carinho incondicional que me mimosaram na minha vida, por todo o apoio e motivação em momentos de maior tensão e ansiedade e por acreditarem sempre nas minhas capacidades. Obrigada por todo o orgulho que sentem por mim. Espero ter conseguido alcançar, e se possível superar, as vossas expectativas e ser um motivo de orgulho para vós.

Ao meu colega de curso e grande amigo Rafael Vinha Valente, por todo o ânimo e ajuda prestada ao longo do meu percurso académico.

À minha amiga Maria Maciel, por todos os momentos partilhados durante este nosso percurso único e por todas as trocas de dúvidas e incentivo.

A todos os meus familiares, amigos e colegas que de alguma forma contribuíram para a realização deste sonho, dando sempre a força necessária para o concluir com o maior êxito.

Os meus sinceros agradecimentos.

“Para ser grande, sê inteiro: nada  
Teu exagera ou exclui.  
Sê todo em cada coisa. Põe quanto és  
No mínimo que fazes.  
Assim em cada lago a lua toda  
Brilha, porque alta vive.”

Ricardo Reis, *in Odes*

# Índice

1. Introdução.....	1
PARTE A – ENQUADRAMENTO TEÓRICO.....	3
2. Violência no namoro .....	4
2.1 Fase da adolescência e o namoro .....	4
2.2 Enquadramento conceptual e legal .....	5
2.3 Tipologias abusivas e a sua prevalência .....	7
2.4 Fatores de manutenção na relação abusiva .....	9
3. Estratégias para lidar com a violência: pedido de ajuda.....	11
3.1 Divulgação informal .....	13
3.2 Divulgação formal .....	14
PARTE B – ESTUDO EMPÍRICO .....	16
1. Objetivos geral e específicos .....	17
2. Metodologia.....	17
2.1. Participantes.....	18
2.2. Instrumentos.....	18
2.3. Procedimentos.....	19
3. Discussão de resultados .....	21
4. Conclusão .....	23
Referências .....	24
Anexos.....	29
Anexo I .....	30
Anexo II .....	35
Anexo III.....	36
Anexo IV.....	37

## 1. Introdução

O fenómeno da violência nas relações de intimidade não é uma problemática recente, contudo, em Portugal, somente a partir do início da década de 90 se começou a verificar uma maior consciencialização sobre a gravidade e dimensão da violência no namoro (Caridade & Machado, 2006).

A literatura científica que se ocupou do estudo da violência nas relações de intimidade, focou-se primordialmente em formas mais tradicionais e formais de relacionamento como o casamento e a união de facto, dando pouca visibilidade às relações de namoro. Este atraso na produção de conhecimentos científicos desta problemática deveu-se à pouca padronização da enunciação do conceito de violência no namoro e a sua operacionalização, à necessidade de consentimento dos pais dos jovens em estudo e à inexistência (na altura) de um estatuto legal e autónomo alusivo a este tipo de violência fora dos contextos maritais (Caridade & Machado, 2013).

Tanto a nível internacional como a nível nacional, são inúmeros os estudos que evidenciam percentagens significativas de vitimação e agressão nas relações de namoro juvenis, sendo a violência psicológica a mais subjetiva mas também a mais reportada.

Gonçalves (2010) refere que apesar dos jovens não aceitarem a ocorrência de violência no namoro, muitos consideram aceitável ou normal em algumas situações. Os comportamentos abusivos são desculpabilizados quando são atribuídos à impulsividade e descontrolo do agressor, quando este manifesta arrependimento, quando o abuso ocorre em contexto privado e por último, quando da violência não decorrem consequências físicas graves (Caridade, 2011).

Os rapazes tendem a justificar a violência exercidas pelas raparigas, por considerarem importante preservar a privacidade da relação e minoram a pequena violência (Machado, Matos, & Moreira, 2003), enquanto as raparigas parecem confundir ciúme e controlo com amor, banalizando a violência sofrida (Wolfe, Wekerle, & Scott, 1997 citados por Ferreira, 2011).

As vítimas geralmente não adotam qualquer tipo de comportamento para cessar com a violência na relação e tendem a permanecer na relação abusiva (Lisboa, 2009).

Muita da literatura científica a respeito da procura de ajuda demonstra uma clara tendência para a não denúncia de comportamentos abusivos nos relacionamentos amorosos. Os motivos de não procura de ajuda mais reportados são a vergonha e o facto de considerarem o ato abusivo como uma situação não gravosa (Edward, Dardis, & Gidycz, 2012, citados por Sabina & Ho, 2014; Santos, 2013). No entanto, quando existe divulgação dos abusos, os jovens optam por fontes de revelação mais informais (e.g., amigos) (Lopes, Njaine, & Soares, 2013; Sabina & Ho, 2014; Santos, 2013).

Apesar de se verificar um aumento no desenvolvimento e progresso da investigação sobre violência no namoro (Barros, 2014), ainda não se conhecem estudos nacionais que procurem compreender os motivos do não pedido de ajuda por parte das vítimas de comportamentos abusivos nas suas relações. O presente projeto pretende assim dar um contributo útil na investigação neste âmbito ao explorar os motivos do silêncio das vítimas mais jovens bem como, nos casos em que são relatadas situações de vitimação, averiguar a quem recorrem para pedir ajuda.

Este estudo está organizado em dois capítulos distintos: um primeiro referente ao enquadramento teórico da problemática em estudo e outro ao seu estudo empírico. No primeiro capítulo será feita uma breve introdução à adolescência e à sua ligação com o namoro, característico nesta fase. Em sequência será introduzido o enquadramento conceptual e legal do fenómeno, dando a conhecer também as tipologias abusivas e a sua prevalência, os fatores de manutenção numa relação de violência e as estratégias para lidar com a violência, quer seja por um pedido de ajuda formal como informal.

No segundo capítulo será feita a descrição do projeto de estudo, apresentando os objetivos, a metodologia a utilizar, os participantes, os instrumentos, os procedimentos a adotar na presente investigação e a apresentação e discussão de resultados. Termina-se este capítulo com a conclusão, procurando-se refletir acerca dos contributos do estudo, bem como as potenciais limitações que dele podem advir. Ademais são propostas algumas sugestões de investigações futuras nesta matéria de estudo.

---

## **PARTE A – ENQUADRAMENTO TEÓRICO**

## **2. Violência no namoro**

### **2.1 Fase da adolescência e o namoro**

A adolescência é um período crítico no que diz respeito às mudanças e conflitos de papéis existentes (Caridade & Machado, 2006). Paralelamente, Saavedra (2010, p. 24) alega que a adolescência: “é um período pautado por uma progressiva aproximação ou identificação com os pares, sendo óbvio o poder que estes têm sobre as suas escolhas, sobre as opções relacionais que tomam e também na forma como se assumem como os seus principais recursos quando os adolescentes buscam apoio ou aconselhamento.”

De acordo com Almeida (2008) a primeira relação de namoro ocorre durante a adolescência, porque devido às características psico-afetivas do namoro é necessário um certo amadurecimento físico e psicológico para que ele tenha o seu início.

Em anuência ao referido, Brown (1999) propõe um modelo de relação romântica sequencial na adolescência que se desenvolve em quatro estágios. O primeiro estágio, a iniciação (aproximadamente entre os 11 e os 13 anos) em que se verifica uma elevada centração do adolescente em si mesmo e nas suas capacidades, em oposição a uma relação. No segundo estágio, designado de estatuto (aproximadamente entre os 13 e 16 anos), o adolescente é confrontado com a pressão dos pares de ter uma relação de namoro, podendo esta funcionar como forma de aceitação ou promoção junto destes. O terceiro estágio é relativo ao afeto (aproximadamente entre os 17 e 21 anos), caracteriza-se por uma mudança do foco de orientação do contexto em que a relação ocorre, existe uma focalização na relação. Passa a existir uma menor preocupação com o estatuto e o prestígio no grupo de pares e um maior investimento emocional e sexual na relação amorosa. No último estágio, denominado de ligação (ocorre aproximadamente a partir dos 21 anos), há a procura e o desejo de manter a profundidade da sua relação, alcançada no estágio anterior, e, se possível, projetar-se no futuro (Ferreira, 2011).

Não obstante, sendo a adolescência um período em que se iniciam as relações de namoro, é também nesta fase que surgem os primeiros padrões de violência na intimidade. Os adolescentes podem ser confrontados com situações relacionais inesperadas, pautadas por comportamentos violentos e outras formas de coerção, face

aos quais poderão ser levados a adotar uma postura de legitimação, percecionando tais atos como uma manifestação de amor e/ ou ciúme (Caridade & Machado, 2006).

Esta fase é encarada como um período de grande vulnerabilidade para a ocorrência de violência entre a díade, devido às alterações desenvolvimentais significativas e por uma grande instabilidade emocional existente (Ferreira, 2011).

Segundo Caridade e Machado (2006), os resultados das investigações constataam que a violência nas relações de intimidade ocorre desde a pré-adolescência até à idade adulta. Concomitantemente Henton e colaboradores (1983, citados por Ferreira, 2011) referem que o primeiro episódio de violência tende a suceder-se por volta dos 15 anos de idade.

A violência nas relações de intimidade na adolescência é um problema de enorme relevância, devido não apenas à sua alarmante prevalência e às suas consequências na saúde física e mental, mas também porque ocorre numa fase onde os relacionamentos amorosos estão a iniciar e os padrões interrelacionais estão a ser aprendidos, podendo passar para a fase adulta (Caridade & Machado, 2013; Ferreira, 2011). A acrescentar a isto, Matos (2000) refere que a violência no namoro pode surgir como preditor da violência conjugal.

## **2.2 Enquadramento conceptual e legal**

A noção de violência no namoro tende a diferir de autor para autor, o que se pode traduzir numa discrepância de dados em termos da sua prevalência (Arriaga & Oskamp, 1999, citados por Caridade & Machado, 2006).

Inicialmente a violência nas relações de namoro era definida unicamente como o exercício de força física, no entanto atualmente é reconhecida como um conjunto de abusos que vão desde a violência verbal e emocional, até à violência sexual ou até mesmo ao homicídio (Hickman, Jaycox, & Aronoff, 2004).

A violência no namoro é entendida como qualquer ação ou ato, quer seja de natureza física, psicológica, verbal, moral ou mesmo de natureza simbólica, que cause morte, dano ou sofrimento ao outro (Nascimento & Cordeiro, 2011). A Organização Mundial

de Saúde considera ainda a violência pelo parceiro íntimo um problema de saúde pública, uma vez que não afeta somente a integridade física mas também a saúde mental das vítimas (OMS, 2012).

Segundo a Associação União de Mulheres Alternativa e Resposta (2016) a violência nas relações de namoro é o resultado das relações de desigualdade de poder, em que uma das partes da relação, na maior parte das vezes o homem, tenta impor a sua força submetendo a vítima a comportamentos de poder e controlo.

Para a APAV (2011), a violência no namoro consiste num ato de violência, pontual ou contínua, cometida por um dos parceiros (ou por ambos) numa relação de namoro, com o objetivo de controlar, dominar e ter mais poder do que outra pessoa envolvida na relação. Na legislação portuguesa, a violência no namoro integra o quadro legal da Violência Doméstica, como um crime público, na alínea b) do número 1 do artigo 152.º, conforme se pode verificar:

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

É punido com a pena de prisão de um a cinco anos, se pena mais grave lhe não couber por força de outra disposição legal.

Com a expressão “... relação análoga à dos cônjuges, ainda que sem coabitação”, após alteração pela Lei n.º 59/2007 de 4 de setembro, deixou de ser necessária a coabitação, a existência de uma relação conjugal ou de união de facto para o crime ser devidamente punido. Nesta alteração, foi ainda incluída a eventual violência por casais homossexuais. Ainda assim, a Lei n.º 19/2013 de 21 de fevereiro, veio integrar de forma mais explícita a violência nas relações de namoro “... com quem o agente mantenha ou tenha mantido uma relação de namoro...”.

### **2.3 Tipologias abusivas e a sua prevalência**

Caridade e Machado (2013, p. 98) referem que a violência nas relações de namoro “não pode ser entendida como um fenómeno unitário, antes pelo contrário deverá ser conceptualizada em função da sua multiplicidade”.

Efetivamente, inúmeros estudos comprovam que os adolescentes em situações de abuso na intimidade vivenciam múltiplas formas de violência durante as relações, nomeadamente violência física, psicológica, verbal e sexual (Caridade, 2011). A Associação de Apoio à Vítima (APAV) acrescenta a estes três tipos de violência, a violência social e a verbal.

A violência física é caracterizada pela “utilização da ameaça, da intimidação e/ou da força física com o objectivo de causar dor e/ou sofrimento físico e/ou psicológico” (APAV, 2011, p.87). A mesma engloba atos como empurrar, puxar o cabelo, dar estaladas, murros, pontapés, apertar os braços com força, entre outros comportamentos que podem ir de formas menos severas de violência física até formas extremamente severas, das quais resultam lesões graves, como incapacidade permanente ou mesmo a morte da vítima (Manita, Ribeiro, & Peixoto, 2009)

Comportamentos socialmente violentos são “caracterizados pela intenção de um dos elementos de deteriorar ou mesmo vedar o contacto com pessoas significativas da rede social, prejudicando deliberadamente a qualidade e quantidade das interações sociais e causando dor e/ou sofrimento psicológico ao outro” (APAV, 2011, p.87)

A violência verbal é caracterizada pela utilização de comunicação verbal com o intuito de ferir e/ou causar sofrimento psicológico ao companheiro/a. Já a violência psicológica ocorre quando o/a namorado/a utiliza tanto a comunicação verbal como a não-verbal para causar sofrimento psicológico e/ou medo (APAV, 2011). Para Barros (2014), exemplos desta violência nas relações de namoro são controlar a maneira de vestir, os tempos livres ou as mensagens. A violência psicológica é a mais difícil de identificar porque não deixa marcas visíveis.

No que diz respeito à violência sexual, esta sucede-se quando o/a namorado/a recorre à intimidação, ameaça e/ou força física com o objetivo de forçar o outro a uma interação sexual sem o seu consentimento (APAV, 2011). A violação e a coação sexual

são alguns dos crimes sexuais mais frequentemente praticados no âmbito da violência nas relações de intimidade mas que muitas das vítimas, por força de crenças erróneas, valores e mitos interiorizados, acabam por não reconhecer como tal, achando, incorretamente, que “dentro do casal não existe violação”, “são deveres numa relação” ou “exigências naturais” do homem a que a mulher se deve submeter (Manita, Ribeiro, & Peixoto, 2009).

Um estudo elaborado por Paiva e Figueiredo (2004), com uma amostra de 318 universitários com idades compreendidas entre os 19 e 39 anos, demonstrou que o abuso psicológico é o mais reportado com 50.8% como forma de vitimação, seguindo-se o abuso sexual (25.6%) e em último o abuso físico sem sequelas (15.4%) e com sequelas (3.8%).

Outro estudo recente realizado pela UMAR (2016) com uma amostra constituída com sujeitos com idades entre os 12 e 18 anos, os participantes identificaram a violência psicológica como a mais frequente em relações de namoro não saudáveis com uma percentagem de 8.5%, no entanto a violência física apareceu em segundo e a violência sexual em último como forma de vitimação.

Um estudo espanhol realizado por Gómez, Delgado e Gómez (2014), com uma amostra de 716 jovens com idades entre os 14 e os 20 anos, demonstrou que tanto os rapazes como as raparigas relataram a violência psicológica como a mais sofrida, seguida da violência sexual. Não obstante, o Center for Disease Control and Prevention (2013) referiu que um em cada dez estudantes sofreu de violência física pelo parceiro íntimo.

Tanto a nível nacional como a nível internacional, a violência psicológica é a mais frequente em situações de namoro (Gonçalves, 2013). Concomitantemente, dentro de cada tipo de violência, pequenos abusos tendem a ser mais reiterados do que abusos severos (O’Keefe & Treister, 1998).

## **2.4 Fatores de manutenção na relação abusiva**

Segundo a APAV (2011, p. 91), a “concordância com atitudes favoráveis à utilização da violência nas relações de namoro e a adoção de crenças que a legítima apresentam-se como fatores para a manutenção da vítima na relação violenta e para a subsistência da violência no tempo”. Quando os adolescentes não reconhecem o comportamento abusivo ou não o percebem como tal, é pouco provável que procurem ajuda e tomem as devidas medidas para cessarem a relação (Ehlert, 2007, citado por Ferreira, 2011).

Segundo Matos, Machado, Caridade e Silva (2006), a falta de experiência relacional, associada à necessidade de emancipação e de independência dos jovens nesta fase, muitas vezes facilita a legitimação da violência no namoro.

Dito isto, e de acordo com o recente estudo conduzido pela UMAR (2016), concluiu-se que 22% dos jovens não identificam comportamentos de controlo e agressão como violência. Situações específicas como a proibição de sair, de estar ou ficar com alguém e de vestir alguma peça de roupa, é legitimada, segundo o referido estudo, por mais de 30% dos jovens. Estas situações de isolamento impostas pelo/a namorado/a, não são na maioria das vezes, reconhecidas como um comportamento abuso (Matos et al., 2006).

Em relação às várias formas de violência, a psicológica é a mais legitimada e portanto a menos reconhecida como violência pelos jovens (UMAR, 2016). Esta premissa é igualmente defendida por Blasco-Ros, Sánchez-Lorente, e Martinez (2010, citados por Baptista, 2012), segundo o qual especifica que as raparigas vítimas de violência psicológica apresentam maior probabilidade de manutenção na relação abusiva.

Relativamente às diferenças de género, neste estudo como na maioria dos estudos, a legitimação da violência no namoro tende a ser maior nos rapazes do que nas raparigas, uma maior percentagem de jovens do sexo feminino reconhecem como violência os atos apresentados, comparativamente aos jovens do sexo masculino. Na violência física e sexual o valor de não reconhecimento da violência como tal, passa para mais do dobro (UMAR, 2016).

A literatura revela que os adolescentes, pelo período desenvolvimental em que se encontram, podem formar crenças erradas sobre as relações afetivas, tais como associar o ciúme ao amor, considerando a violência como um ato de revolta justificável pelo ciúme (Machado et al., 2003).

Segundo Mendéz e Hernandez (2001), a visão romântica excessiva pode contribuir para que os jovens construam relações asfixiantes, em que o sentimento de amor apareça como justificação para que o/a namorado/a exerça controlo sobre a vítima. Além disso, é construída a idealização de que as relações são eternas e ideais sendo que se deverá lutar contra os obstáculos e fazer sacrifícios.

Ademais, a teoria do ciclo da violência ajuda a compreender que a intermitência de atitudes boas e más do agressor deixa a vítima na dúvida, ansiando pelos comportamentos bons e desvalorizando com base nestes a agressão (Baptista, 2012). A teoria do ciclo da violência de Walker (1989) engloba três fases centrais: a fase do aumento da tensão, a fase do ataque violento ou do episódio de violência, e a fase de reconciliação ou “lua-de-mel” (Manita, Ribeiro, & Peixoto, 2009).

A primeira fase, do aumento de tensão, caracteriza-se por uma escalada gradual de irritabilidade por parte do agressor. Este, muitas vezes, associado à sua necessidade de controlo e domínio sobre a vítima, utiliza todas as situações da dinâmica relacional para produzir uma escalada de tensão para a vítima, criando um ambiente de iminente perigo para aquela. Nesta fase estão patentes episódios de violência verbal (Baptista, 2012; Manita et al., 2009).

No que se refere à segunda fase, designada de ataque violento, em que o agressor passa efetivamente para o ato de agressão. Muitas vítimas não reagem porque percebem intuitivamente, ou pela experiência anterior, que isso pode agravar a violência perpetrada e procuram apenas defender-se dos ataques mais violentos, na esperança de que esta submissão atenua a ira do agressor e leve à interrupção do ataque violento. Nesta fase, o agressor pode ainda, frequentemente culpabilizar a vítima dos comportamentos exercidos ou atribuir esta a fatores externos (e.g., consumo de álcool e outras drogas), atenuantes que ajudam a legitimar os atos violentos (Manita et al., 2009).

Por último, na fase da reconciliação, o agressor altera o seu comportamento, tornando-se afetivo e manifesta arrependimento e a promessa de não voltar a ser violento (Manita et al., 2009).

Manita, Ribeiro e Peixoto (2009, p. 29), complementam que a “oscilação comportamental do agressor e consequente ressonância e impacto cognitivo-afectivo na vítima constitui um dos factores que mais dificultam a ruptura por parte desta, fazendo-a acreditar, ora que existe amor na relação, ora que existe a efectiva possibilidade de mudança do comportamento do agressor. A esperança na mudança é reforçada pela vontade que esta tem de ver o seu projecto de vida a dois ser bem-sucedido e pela identificação de aspectos positivos no companheiro e, muito frequentemente, pela ideia de que ainda existe amor.”

Num estudo realizado por Alves (2011) com vítimas do sexo feminino, os motivos para a manutenção na relação abusiva e subsistência da violência relatados por estas foram: 37.7% considerou que os comportamentos não eram normais mas tinham esperança que o namorado mudasse, 23.3% revelou medo de perder o namorado, 21.9% referiu que gostava do namorado, 3.4% referiu que só existia violência quando o namorado estava embriagado, 1.4% tinha medo que a culpassem de não ter sido uma boa namorada e 1.4% considerou que o companheiro tinha razão.

### **3. Estratégias para lidar com a violência: pedido de ajuda**

Em território nacional, e pese embora se assista na atualidade a uma eclosão de investigações na área de violência nos relacionamentos íntimos juvenis, não se conhecem ainda estudos que procurem explorar as razões que levam os jovens a não procurarem ajuda perante uma situação de violência no namoro e quando este pedido de ajuda acontece a quem recorrem os adolescentes.

O processo de procura de ajuda pode ser equiparado ao modelo transteórico. No modelo transteórico, a mudança comportamental é conceptualizada como um processo que se desenrola ao longo do tempo e envolve uma evolução ao longo de uma série de seis estádios: pré-contemplação, contemplação, preparação, ação, manutenção e terminação, cada estádio representa um conjunto de tarefas necessárias com vista à progressão ao estádio seguinte (Prochaska & Norcross, 2001, citado por Esteves, 2013).

A primeira fase, a pré-contemplação corresponde ao estágio em que não existe intenção de mudar o comportamento num futuro próximo, nem existe reconhecimento da existência de um problema ou minimizam a sua importância. Nos casos de violência no namoro, as vítimas negam a existência de violência. A contemplação é a fase em que as pessoas estão conscientes de que existe um problema e estão a pensar seriamente em ultrapassá-lo, contudo ainda não se encontram preparadas para mudar. É típica a avaliação dos prós e contras do problema e a ambivalência quanto à mudança. Nesta fase as vítimas estão cientes do problema existente na relação e até podem já ter divulgado com alguém próximo, começando a imaginar uma vida sem o namorado/a abusivo/a (Frasier et al., 2001 citados por Quaresma, 2013).

Na fase seguinte, preparação, as vítimas podem evidenciar pequenas mudanças de comportamento, podem encorajar o agressor a procurar apoio ou optam por acabar a relação, se o fizerem com base num plano cuidadosamente preparado terão uma maior taxa de sucesso do que aquelas que o façam sem esse planeamento. Uma preparação incompleta pode conduzir a um retorno à fase de contemplação ou preparação (Frasier et al., 2001, citados por Quaresma, 2013).

Na fase da ação, as vítimas de violência no namoro procuram medidas mais drásticas para se protegerem ou procurar ajudar se ainda não o tivessem feito. Por último, na fase de manutenção, as vítimas esforçam-se por consolidar os ganhos atingidos na fase de ação e prevenir a recaída (Frasier et al., 2001 citados por Quaresma, 2013).

Num estudo realizado por Quaresma (2013), referente às fases descritas anteriormente, a maior parte das vítimas não considerava a hipótese de recorrer a apoios especializados (Pré-contemplação: 41%), ou caso o considerassem era algo ainda muito pouco definido (Contemplação: 40%). No que respeita à divulgação da situação com alguém próximo, mais de um terço considerou vagamente essa hipótese (34.5%) e 45% já o estava a fazer ou já tinha feito (Ação e manutenção).

A literatura científica aponta para uma clara tendência da vítima para não denunciar os comportamentos abusivos sofridos (e.g. Alves, 2011; Lopes, Njaires, & Soares, 2013; Santos, 2013).

Quando a divulgação ou o pedido de ajuda é efetivamente levado a cabo, verifica-se que a divulgação informal (e.g., amigos, familiares, vizinhos) é priorizada em relação à divulgação formal (e.g., polícia, instituições) (Sabina & Ho, 2014). Alves (2011) no seu estudo concluiu que o principal motivo que levou as mulheres a procurarem ajuda foi a necessidade de interromper o ciclo de violência, bem como a rotura e separação do namorado. As mulheres tendem a procurar mais ajuda do que os homens, na sua relação de namoro violento (Foshee, 1996).

### **3.1 Divulgação informal**

Conforme foi supra mencionado, o pedido de ajuda pela divulgação informal é o mais utilizado pelas vítimas de violência nas relações de intimidade. Analisando os estudos existentes nesta matéria, verifica-se que os pedidos de ajuda por parte das vítimas recaem, maioritariamente, sobre os amigos e/ou os pares (e.g., Machado et al., 2009; Lopes, Njaine & Soares, 2013; Santos, 2013).

Num estudo realizado em 10 cidades do Brasil, com jovens de 15 a 19 anos de idade, constatou-se que os amigos eram os mais procurados para confidentes e conselheiros diante de dificuldades nos relacionamentos (45.9%). Os familiares surgiam sempre em segunda opção (24.2%). Esta preferência para partilhar confidências e decisões aos amigos sobre comportamentos abusivos nos relacionamentos afetivo-sexuais ocorre pelo facto de estes estarem a vivenciarem situações semelhantes decorrentes da fase da vida em que se encontram e da inexistência de ajuda de outra natureza que seja próxima e acessível aos jovens. Os pais são colocados como segunda opção por vergonha, medo do julgamento ou dificuldades de comunicação entre pais e filhos. No entanto, quando questionados de quem seria a pessoa mais indicada para divulgar a situação, os familiares foram colocados em primeiro. Independentemente das dificuldades e diferenças geracionais, os jovens consideraram a família, nomeadamente os pais, como as pessoas de confiança e com pareceres mais maduros (Lopes et al., 2013).

Numa metanálise de Sabina e Ho (2014), foram reunidos artigos e relatórios sobre a pesquisa empírica da divulgação informal e formal e a utilização destes serviços por

parte dos jovens universitários. Esta revisão corrobora os resultados anteriormente mencionados, ou seja, a existência de uma maior divulgação aos amigos, principalmente do sexo feminino. Relativamente à resposta dada por este meio de divulgação, foram recebidas, na sua maioria, reações positivas, foi dada a oportunidade para desabafar e foi oferecido apoio emocional. A divulgação era vista como uma resposta negativa quando ocorreu controlo de decisões da vítima originando sintomas de *stress* e ansiedade e quando culpavam a vítima originando baixa auto estima.

### **3.2 Divulgação formal**

Analisada a diferença entre os resultados da divulgação informal e a divulgação formal, verifica-se que a última divulgação evidencia resultados exorbitantemente reduzidos.

De acordo com Lopes, Njaine e Soares (2013) apenas 5% admitiu ter procurado ajuda profissional em consequência do comportamento violento do namorado/a, 3.9% recorreu a este serviço por problemas emocionais e 1.1% por sequelas físicas resultantes da violência no namoro. Ademais, apoio de profissionais religiosos foi procurado por 3.6% dos jovens inquiridos, o apoio de profissionais de saúde por 3.3% (preferencialmente o serviço de psicologia) e 2.6% procuraram os professores como confidentes.

Contrariamente ao que foi referido, Alves (2011) demonstrou que as forças de segurança pública foram as mais solicitadas para pedir ajuda pelas vítimas, apresentando um resultado muito divergente aos referidos anteriormente. As vítimas recorreram a estes tipos de serviço mais formal para pedir proteção, procuram encontrar um local seguro, aconselhem-se sobre como gerir as situações de violência, apresentarem queixa ou receberem tratamento médico para as lesões sofridas (Harris et al., 2001 citados por Machado et al., 2009).

Amar e Gennaro (2005) referem que cerca de 40% das vítimas de violência nas relações de intimidade reportaram as lesões sofridas e procuraram cuidados de saúde. Não obstante, Próspero e Vohra-Gupta (2008, citados por Sabina & Ho, 2014) mencionam que somente 16% procurou serviço de saúde. Os motivos evidenciados para

este reduzido número incide no facto das vítimas apresentarem vergonha de procurarem um profissional de saúde, terem dificuldades em remunerar um serviço caro e considerarem que iriam ser vistas como loucas.

Mesmo quando a vítima procura ajuda, por vezes, é sujeita à vitimação secundária por parte de agentes que têm o dever de prestar apoio (e.g., profissionais de saúde, de justiça e da educação). A vitimação secundária é especialmente emergente quando estão presentes nestes profissionais, crenças e atitudes erróneas que potenciam a invalidação da experiência da vítima, acabando por se constituir como barreiras à denúncia. Neste sentido, torna-se fundamental promover a consciencialização e sensibilização dos profissionais (e.g., da justiça, da saúde e da educação) para a gravidade deste fenómeno e para a necessidade de proporcionar às suas vítimas respostas adequadas (Machado et al., 2009).

---

## **PARTE B – ESTUDO EMPÍRICO**

## **1. Objetivos geral e específicos**

Como já foi explanado anteriormente, a problemática da violência no namoro carece ainda de investigação, pois é algo relativamente recente, principalmente no que diz respeito à realidade portuguesa (Caridade & Machado, 2006; Ferreira, 2011).

Sendo assim, o presente projeto, procura estudar, de uma forma geral a violência nas relações de namoro, procurando identificar e compreender os fatores facilitadores do pedido de ajuda, bem como aquelas que, não raras vezes, bloqueiam a revelação da situação abusiva.

De uma forma mais específica pretende-se:

- i. Compreender os motivos e crenças que levam os jovens a não pedirem auxílio/ajuda/revelaram a situação abusiva;
- ii. Identificar os agentes a quem os jovens solicitam ajuda, procurando perceber as motivações subjacentes a tal escolha;
- iii. Averiguar as possíveis razões que estão subjacentes à divulgação a agentes formais e à divulgação a agentes informais;
- iv. Procurar avaliar a eficácia do pedido de ajuda de comportamentos abusivos na relação amorosa.

## **2. Metodologia**

A pesquisa quantitativa foca-se na análise de factos e fenómenos observáveis passíveis de serem quantificados e avaliados em variáveis comportamentais e/ou socio-afetivas e ainda comparadas e/ou relacionadas no decorrer do processo da investigação empírica (Coutinho, 2014, citados por Borges, 2016).

Dito isto, no presente estudo optou-se por utilizar um inquérito por questionário, uma vez que permite o tratamento quantitativo das informações e posterior análise estatística. Resolveu-se ainda privilegiar este instrumento pelo facto de permitir atingir um grande número de pessoas, implicar baixos custos, garantir o anonimato das pessoas, não implicar uma relação direta entre o investigador e o inquirido, e, por

último, não expor o investigador à influência das opiniões e dos aspetos pessoais do inquirido (Gil, 1999).

A utilização de um questionário tem as suas desvantagens, nomeadamente a impossibilidade de esclarecimento de questões aquando o preenchimento do questionário e a limitação existente no que diz respeito à variedade de questões e respostas obtidas (Gil, 1999).

## **2.1. Participantes**

A amostra deste estudo será constituída por alunos do 7º ao 12º ano das escolas do concelho da Trofa, com idades compreendidas entre os 12 e os 17 anos. A escolha desta faixa etária recai sobre o facto de em Portugal a população-alvo das investigações nesta área serem tendencialmente jovens universitários, sendo as faixas etárias mais jovens negligenciadas (Caridade, Machado, & Vaz, 2007).

Uma vez que Caridade e Machado (2013) evidenciam uma carência no que toca à expressão das relações homossexuais nas investigações de violência no namoro e Dobash e Dobash (2004, citados por Ferreira, 2011) sustentam que a violência é simétrica, ou seja, as vítimas tanto podem ser homens como mulheres, nesta investigação serão englobados todos os alunos disponíveis, não discriminando em função da orientação sexual ou diferenças de género.

## **2.2. Instrumentos**

Pese embora no contexto português existam já alguns instrumentos especificamente construídos para estudar a violência no namoro, a verdade é que não parecem existir instrumentos específicos que procurem analisar a procura do pedido de ajuda ou não revelação por parte das vítimas de uma relação de violência. Neste sentido, optou-se por elaborar um questionário específico, o qual se intitula de “Questionário alusivo ao Pedido de Ajuda em Relações de Namoro Abusivas, que se encontra anexado a este projeto (cf. Anexo I).

O questionário pode ser definido “como a técnica de investigação composta por um número mais ou menos elevado de questões apresentadas por escrito às pessoas, tendo por objetivo o conhecimento de opiniões, crenças, sentimentos, interesses, expectativas e situações vivenciadas” (Gil, 1999, p. 128). Trata-se assim de uma metodologia de auto-relato.

A razão pelo qual se optou por este instrumento, como já foi explanado anteriormente, é porque este possibilita inquirir um grande número de pessoas, e assim obter uma melhor caracterização de um determinado grupo (Coutinho, 2014, citados por Borges, 2016).

Este questionário é constituído por duas partes: a primeira parte é relativa aos dados sociodemográficos, sendo composto por identificação do sexo, idade, situação relacional e orientação sexual, e a segunda parte é destinada ao estudo da caracterização das dinâmicas amorosas dos jovens, composto por 9 itens. Esta segunda parte aborda questões como a tipologia abusiva, as barreiras e fatores facilitadores da revelação do comportamento abusivo e os agentes a que recorreram para a divulgação.

### **2.3. Procedimentos**

Como foi oportunamente referido, para a realização deste estudo, e tendo por base os objetivos definidos, tornou-se necessário elaborar um Questionário alusivo ao Pedido de Ajuda em Relações de Namoro Abusivas, o qual será submetido aos devidos procedimentos de validação, nomeadamente à realização do pré-teste. O pré-teste permite testar a legibilidade das questões colocadas. Estas questões podem ser reformuladas ou serem mesmo eliminadas da versão final, permitindo melhorar o questionário construído.

O projeto proposto passará, essencialmente, por três fases genéricas: (1) Solicitação das devidas autorizações e declarações de consentimento informado; (2) Recolha dos dados pretendidos através do Questionário; (3) Análise estatística dos dados com o SPSS.

Para a concretização do estudo “Vítimas de violência no namoro: dos fatores inerentes aos pedidos de ajuda” será necessário a apreciação da Comissão de Ética e Direção da Faculdade de Ciências Humanas e Sociais da Universidade Fernando Pessoa do presente projeto de investigação. Seguidamente será elaborado um pedido de autorização ao Ministério da Educação através do preenchimento de um formulário próprio disponível no *site* institucional - MIMÉ, no sentido de se obter a autorização para a recolha de dados na amostra selecionada.

Numa segunda fase será necessário formalizar um pedido de colaboração ao Diretor do Agrupamento de Escolas de Coronado e Castro (Escola Básica e Secundária do Coronado e Castro e Escola Básica do Castro) (cf. Anexo II) e ao Diretor do Agrupamento de Escolas da Trofa (Escola Secundária da Trofa e Escola Básica 2/3 Professor Napoleão Sousa Marques) (cf. Anexo III), para a realização do estudo em causa e aplicação do instrumento aos alunos. Nestes pedidos são explanados os objetivos geral e específicos do estudo, bem como é enfatizado a participação voluntária dos alunos e a confidencialidade de todos os dados fornecidos.

Após obter resposta positiva, o passo seguinte passa por contactar os encarregados de educação, dos alunos do 7º ao 12º anos, através da declaração de consentimento informado no sentido de concederem autorização para a realização do estudo (cf. Anexo IV). Os alunos autorizadas pelos respetivos encarregados de educação a participar no estudo “Vítimas de violência no namoro: dos fatores inerentes aos pedidos de ajuda” realizarão o Questionário alusivo ao Pedido de Ajuda em Relações de Namoro Abusivas. Os questionários serão realizados nas escolas que os alunos frequentam. Esta escolha recai sobre o facto de a sala de aula ser um espaço familiar e de confiança para estes.

Inicialmente serão apresentadas as instruções a respeitar, onde ainda os participantes serão informados do total anonimato e confidencialidade de todos os dados fornecidos. O preenchimento do questionário terá uma duração de 15 minutos, aproximadamente. Como já foi explanado anteriormente, o questionário está dividido em duas partes, a primeira destinada à análise de dados sociodemográficos e uma segunda parte atribuído à caracterização das dinâmicas relacionais.

Numa última fase, a análise de dados será feita recorrendo ao auxílio do *software* de análise estatística *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS), versão 23 para *Windows*.

### **3. Discussão de resultados**

No que concerne à apresentação dos resultados, espera-se que estes permitam a concretização dos objetivos inicialmente propostos.

Na grande maioria dos estudos no âmbito da violência nas relações de namoro, tanto a nível nacional como internacional, verifica-se que a violência psicológica é a mais frequente nas relações de intimidade juvenil, por essa razão é expectável que esta tipologia seja igualmente a mais reportada. Não obstante, muitos jovens legitimam a violência no namoro, não considerando que estão a ser vítimas de um comportamento abusivo (UMAR, 2016).

A literatura internacional tem vindo a documentar uma tendência por parte da vítima em não denunciar os comportamentos abusivos no relacionamento amoroso (Lopes et al., 2013; Santos, 2013). Pelo que é esperado que no presente estudo se verifique um número bastante reduzido de vítimas que procurem ajuda.

Esta relutância em denunciar a situação parece estar relacionada com inúmeros motivos, tais como: (1) descrença da violência (Edward et al., 2012, citados por Sabina & Ho, 2014; Santos, 2013), (2) sentimento de vergonha em expor a situação e perda de confidencialidade (Krebs et al., 2007; Sable, Danis, Mauzy, & Gallagher, 2006; Santos, 2013), (3) inexistência de provas que comprovem os abusos sofridos (Krebs et al., 2007), (4) falta de confiança nos serviços de apoio à vítima e/ou falta de conhecimento da existência dos mesmos (Sabina & Ho, 2014; Santos, 2013), (5) medo de represálias do/a namorado/a (Sable et al., 2006) e (6) esperança de normalização da relação (Santos, 2013). Concomitantemente, os jovens não denunciam os comportamentos abusivos sofridos, na maioria das vezes, por considerarem que não se trata de uma situação grave (Sabina & Ho, 2014). Prevê-se que sejam estes os motivos mais relatados pelas vítimas por não divulgarem a violência no namoro.

Relativamente aos fatores que poderão constituir-se como facilitadores do pedido de ajuda da vítima prevê-se que estes recaiam essencialmente no conhecimento dos diversos serviços de ajuda e aconselhamento, entendimento da violência no namoro como um crime punível por lei, conhecimento da lei de proteção ao redor da confidencialidade nos serviços formais (Krebs et al., 2007), necessidade de interromper o ciclo de violência e a própria rotura e separação do/a namorado/a (Alves, 2011).

Os estudos conduzidos nesta área evidenciam que o confidente escolhido são geralmente os amigos (e.g., Lopes et al., 2013; Santos, 2013). De seguida aparece a família, com destaque para os pais como fontes de revelação (Lopes et al., 2013; Black & Weisy, 2003 citados por Caridade & Machado, 2006).

Segundo Lopes et al. (2013) os apoios derivados de profissionais de saúde, justiça e religiosos e professores são os menos procurados. De acordo com Amar e Gennaro (2005), as vítimas só procuram estes serviços de apoio formal, nomeadamente os serviços de saúde, para tratamento de lesões. Concomitantemente Alves (2011) refere que os tipos de ajuda mais solicitados são geralmente o aconselhamento e apoio legal, acolhimento temporário e apoio psicológico e emocional. É esperado que a procura de ajuda num apoio informal seja bastante superior à procura de ajuda num apoio formal.

No que diz respeito às eventuais diferenças de género, as mulheres procuram mais ajuda em comparação aos homens (Ashley & Foshee, 2005, citados por Ferreira, 2011). Segundo Littleton et al. (2006 citados por Sabina & Ho, 2014) o número médio de pessoas a quem eram divulgados os comportamentos abusivos sofridos pela vítima eram três pessoas. De acordo com Sabina e Ho (2014), as divulgações e pedidos de ajuda foram vistos como bastante positivos para a vítima. Nos casos de divulgação informal, foi dado o apoio emocional necessário, através da oportunidade de desabafar e de um bom. As divulgações eram vistas como negativas quando ocorreu controlo de decisões da vítima originando sintomas de *stress* e ansiedade e quando culpavam a vítima originando baixa autoestima.

#### **4. Conclusão**

A violência nas relações de intimidade juvenis encerra um problema social relevante e merecedor de atenção em si mesmo, principalmente os comportamentos de procura de ajuda dos adolescentes vítimas de violência no namoro que ainda são muito pouco explorados (Caridade & Machado, 2013; Ashley & Foshee, 2005, citados por Ferreira, 2011).

Não obstante, com este estudo pretende-se demonstrar que o fenómeno da violência no namoro está patente numa faixa etária mais jovem, não sendo uma problemática unicamente existente na população jovem a frequentar o ensino universitário. Ademais, pretende-se apresentar as enormes dificuldades ainda existentes para que a vítima denuncie os atos abusivos. Neste sentido, é indubitável perceber as causas existentes na procura de ajuda ou não divulgação da violência no namoro, para desenvolver ações de intervenção e prevenção da violência no namoro entre adolescentes, no sentido de reduzir a prevalência de comportamentos abusivos e combater as crenças relativamente à legitimação da violência em relacionamentos amorosos.

O presente estudo também poderá enfrentar algumas limitações, que importa identificar. A principal limitação poderá prender-se com o acesso à amostra, por se tratar de jovens menores de 18 anos, carece do pedido de autorização aos seus encarregados de educação para poderem participar no estudo. Além do mais, trata-se de uma amostra por conveniência que tem como resultado a incapacidade de fazer afirmações gerais com rigor estatístico sobre a população juvenil portuguesa.

Quanto às novas linhas de investigação, como já foi referido anteriormente, é consensual que a explicação de todo o processo de procura de ajuda carece de muitos mais estudos a nível nacional. Seria de extrema relevância desenvolver este estudo com métodos de recolha de informação qualitativos (e.g., entrevistas) permitindo resultados não meramente estatísticos e mais elucidativos da problemática em análise.

Concomitantemente, considera-se relevante o estudo dos comportamentos dos profissionais de justiça, de saúde e da educação perante pedidos de ajuda de vítimas de violência no namoro, no sentido de prevenir a vitimação secundária que leva muitas vezes à desmoralização da procura de ajuda e manutenção na relação abusiva.

## Referências

- Alves, M. (2011). *Violência contra a mulher nas relações de intimidade. Fatores cognitivos e culturais*. Tese de mestrado em Ciências forenses. Universidade do Porto.
- Amar, A., & Gennaro, S. (2005). Dating violence in college women: Associated physical injury, healthcare usage, and mental health symptoms. *Nursing Research*, 54, 235–242.
- Ameida, T. (2008). *Fatores que influenciam o desenvolvimento do namoro*. [Em linha]. Disponível em: <[http://www.thiagodealmeida.com.br/site/files/pdf/Fatores\\_que\\_influenciam\\_o\\_desenvolvimento\\_do\\_namoro.pdf](http://www.thiagodealmeida.com.br/site/files/pdf/Fatores_que_influenciam_o_desenvolvimento_do_namoro.pdf)> [Consultado em 10/05/2016].
- Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (2011). *Manual crianças e jovens vítimas de violência: Compreender, intervir e prevenir*. Porto: APAV.
- Baptista, A. (2012). *Estudo de caso de uma mulher sujeita a violência conjugal psicológica, com crenças de amor romântico e uma história de violência interparental*. Tese de mestrado em Psicologia Clínica. Instituto Universitário Ciências Psicológicas, Sociais e da Vida.
- Barros, S. (2014). *Violência nas relações de namoro juvenis e ideação e comportamentos suicidas*. Tese de mestrado. Universidade do Porto: Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar.
- BDJUR. (2014). *Código Penal*. Coimbra: Edição Almedina.
- Borges, I. (2016). *Violência no namoro e consumo de substâncias em jovens estudantes universitários*. Tese de mestrado em Criminologia. Universidade Fernando Pessoa.
- Caridade, S. (2011). *Vivências íntimas violentas: Uma abordagem científica*. Edições Almedina.
- Caridade, S., & Machado, C. (2006). Violência na intimidade juvenil: da vitimação à perpetração. *Análise Psicológica*, XXIV(1), 485-493.

- Caridade, S., & Machado, C. (2013). Violência nas relações de intimidade: uma revisão da teoria, da investigação e da prática. *Psicologia*, XXVII(1), 91- 108.
- Caridade, S., Machado, C., & Vaz, F. (2007). Violência no namoro: Estudo exploratório com jovens estudantes. *Psychologica*, 46, 197-214.
- Center for Disease Control and Prevention. (2013). *Dating Matters: Strategies to Promote Health Teen Relationships*. Atlanta.
- Esteves, C. (2013). *Determinantes psicológicos da motivação para a mudança de hábitos alimentares em pessoas com excesso de peso*. Tese de mestrado em Psicologia. Universidade de Lisboa: Faculdade de Psicologia.
- Ferreira, M. (2011). *A violência no namoro: Estudo exploratório de caracterização das reacções dos adolescentes face à violência*. Tese de mestrado em Psicologia. Universidade do Minho: Escola de Psicologia.
- Foshee, V. (1996). Gender differences in adolescent dating abuse prevalence, types, and injuries. *Health Education Research*, 11(3), 275-286.
- Gil, C. (1999). *Métodos e técnicas de pesquisa social*. [Em linha]. Disponível em: <<https://ayanrafael.files.wordpress.com/2011/08/gil-a-c-mc3a9todos-e-tc3a9cnicas-de-pesquisa-social.pdf>> [Consultado em 12/06/2016].
- Gómez, M., Delgado, A., & Gómez, A. (2014). Violencia en relaciones de parejas de jóvenes y adolescentes. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 46 (3), 148-159.
- Gonçalves, M. (2013). *Namoro na adolescência: atitudes de legitimação de violência e estratégias de resolução de conflitos em adolescentes nos Açores*. Tese de mestrado em Psicologia da Educação. Universidade dos Açores.
- Hickman, L., Jaycox, L., & Aronoff, J. (2004). Dating violence among adolescents: prevalence, gender distribution and prevention program effectiveness. *Trauma, Violence & Violence*, 5, 123-142.
- Krebs, C., Lindquist, C., Warner, T., Fisher, B., & Martin, S. (2007). *The campus sexual assault (CSA) study* [Em linha]. Disponível em:

<<https://www.ncjrs.gov/pdffiles1/nij/grants/221153.pdf>> [Consultado em 10/06/2016].

Lisboa, M. (2009). Violência de género: vitimação de mulheres e homens. In Manuel Lisboa (Coord.). *Violência e género – Inquérito nacional sobre a violência exercida contra mulheres e homens (46 – 50)*. Lisboa: Comissão para a Cidadania e Igualdade de Género.

Manita, C., Ribeiro, C., & Peixoto, C. (2009). *Violência Doméstica: Compreender para intervir (guia de boas práticas para profissionais de instituições de apoio à vítima)*. Comissão para a cidadania e igualdade de género. Presidência do Conselho de Ministros.

Machado, C., Matos, M., & Moreira, A. (2003). Violência nas relações amorosas: Comportamentos e atitudes na população universitária. *Psychologica*, 33, 69-83.

Machado, C., Matos, M., Saavedra, R., Cruz, O., Antunes, C., Pereira, M., et al. (2009). Crenças e atitudes dos profissionais face à violência conjugal: Estudos com profissionais de saúde, polícias e professores. *Ata Médica do Porto*, 22, 735-742.

Matos, M. (2000). *Violência conjugal: o processo de construção da identidade da mulher*. Tese de mestrado em Psicologia da Justiça. Universidade do Minho: Escola de Psicologia.

Matos, M., Machado, C., Caridade, S., & Silva, M. (2006). Prevenção da violência nas relações de namoro: intervenção com jovens em contexto escolar. *Psicologia: Teoria e Prática*, 8(1), 55-75.

Méndez, R., & Hernández, J. (2001). La violencia en parejas jóvenes. *Psicothema*, Madrid, 13, 127-131.

Nascimento, F., & Cordeiro, R. (2011). *Violência no namoro para jovens moradores de Recife*. Psicologia & Sociedade [Em linha]. Disponível em: <<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=309326607009>> [Consultado em 26/04/2016].

- O'Keefe, M., & Treister, L. (1998). Victims of dating violence among high school students: are the predictors different for males and females? *Violence Against Woman*, 4(2), 195-223.
- Organização Mundial de Saúde (2012). *Prevenção da violência sexual e da violência pelo parceiro íntimo contra a mulher: Ação e produção de evidências*. [Em linha]. Disponível em: <[http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44350/3/9789275716359\\_por.pdf](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44350/3/9789275716359_por.pdf)>. [Consultado em 24/04/2016].
- Paiva, C., & Figueiredo, B. (2004). Abuso no relacionamento íntimo: Estudo de prevalência em jovens adultos portugueses. *Psychologica*, 4(XXIV) 75-107.
- Quaresma, C. (2012). *Violência doméstica: da participação da ocorrência à investigação criminal*. Cadernos da Administração Interna Coleção Direitos Humanos e Cidadania, Lisboa: Direção Geral de Administração Interna.
- Saavedra, R. (2010). *Prevenir antes de remediar: Prevenção da violência nos relacionamentos íntimos juvenis*. Tese de Doutoramento em Psicologia da Justiça. Braga: Escola de Psicologia, Universidade do Minho.
- Sable, M., Danis, F., Mauzy, D., & Gallagher, S. (2006). Barriers to reporting sexual assault for women and men: Perspectives of college students. *Journal of American College Health*, 55, 157–162.
- Sabina, C., & Ho, L. (2014). Campus and college victim responses to sexual assault and dating violence: disclosure, service utilization and service provision. *Trauma, Violence, & Abuse*, 26, 1-26.
- Santos, J. (2013). *Violência no namoro: Conceções e percepções dos jovens em função do género*. Tese de mestrado em Enfermagem de Saúde Materna e Obstetrícia. Escola Superior de Enfermagem de Coimbra.
- Soares, J., Lopes, M., & Njaine, K. (2013). Violência nos relacionamentos afetivo-sexuais entre adolescentes de Porto Alegre, Rio Grande do Sul, Brasil: busca de ajuda e rede de apoio. *Cadernos de Saúde Pública*, 29(6), 1121-1130.

União de Mulheres Alternativa e Resposta (2016). *Relatório de Imprensa Dados Violência no Namoro 2016*. [Em linha]. Disponível em: <[http://www.umarfeminismos.org/images/stories/noticias/Estudo\\_V.Namoro2016\\_UMAR.pdf](http://www.umarfeminismos.org/images/stories/noticias/Estudo_V.Namoro2016_UMAR.pdf)> [Consultado em 10/05/2016].

# Anexos

## Anexo I

### Questionário alusivo ao pedido de ajuda em relações de namoro abusivas

Elaborado por Inês Pinheiro

#### Instruções:

De seguida vais encontrar um conjunto de questões em relação a situações de violência no namoro. Pede-se que leias atentamente essas frases e que avalies cada uma, colocando um (X) na opção que melhor se adequa ao teu modo de pensar e agir. Por favor, responde com o máximo de verdade. Não existem respostas certas, nem erradas.

Respeita a ordem de preenchimento.

Todos os dados fornecidos são totalmente anónimos e confidenciais.

O questionário terá uma duração de apenas 15 minutos.

N.º de Questionário

### A – DADOS SOCIODEMOGRÁFICOS

#### 1. Caraterização pessoal

1.1. Sexo:  (1) Masculino  
 (2) Feminino

1.2. Idade: \_\_\_\_\_ Anos

#### 2. Caraterização da relação

2.1. Situação relacional:  (1) Atualmente, não tenho uma relação amorosa  
 (2) Atualmente, não tenho qualquer relação amorosa, mas já tive no passado  
 (3) Nunca estive em nenhuma relação amorosa

2.2. Orientação sexual:  (1) Heterossexual  
 (2) Homossexual  
 (3) Bissexual

## B – CARACTERIZAÇÃO DAS DINÂMICAS AMOROSAS

### 1. Refere se já sofreste algum tipo(s) de violência(s).

Podes colocar (X) em mais do que uma opção.

- 1.1. Violência física (e.g., empurrar, dar bofetadas, pontapés e/ou murros).
- 1.2. Violência psicológica (e.g., controlar a maneira de vestir, tempos livres ou mensagens, ligar constantemente e ameaçar terminar a relação como estratégia manipulação).
- 1.3. Violência sexual (e.g., toques indesejados e obrigar a ter relações sexuais).
- 1.4. Violência verbal (e.g., chamar nomes e humilhar através de comentários negativos).
- 1.5. Violência social (e.g., denegrir a sua imagem em público, mexer nas suas coisas sem consentimento e proibir de conviver com os seus amigos e/ou sua família).
- 1.6. Nunca sofri de nenhum do(s) tipo(s) violência descritos. A tua colaboração acaba aqui, obrigada.

### 2. Indica se alguma vez divulgaste esses abusos exercidos pelo/a seu/sua namorado/a a alguém.

- 2.1. Não, nunca.
- 2.2. Sim, já. Se sim, passa para a questão 4.

### 3. Refere qual/quais os motivos que te levaram a não denunciar a violência.

Podes colocar (X) em mais do que uma opção.

- 3.1. Por considerar que a violência não era grave o suficiente.
- 3.2. Inexistência de provas que comprovassem a violência sofrida.
- 3.3. Medo de represálias do/a namorado/a.
- 3.4. Sentimento de vergonha e de perda de confidencialidade ao divulgar a problemática.
- 3.5. Sentimento de culpa por alguns dos comportamentos abusivos ocorridos.
- 3.6. Falta de confiança nos pares, família e profissionais de justiça ou saúde.
- Especifique qual/quais \_\_\_\_\_
-

3.7. Existência de pouca informação sobre o apoio às vítimas de violência no namoro.

3.8. Esperança de normalização da relação.

3.9. Outro. Refira qual/quais \_\_\_\_\_

---

A tua colaboração acaba aqui, obrigada.

**4. Descreve qual/quais o(s) facilitador(es) que te fizeram pedir ajuda perante a situação de violência.**

**Podes colocar (X) em mais do que uma opção.**

4.1. Conhecimento dos inúmeros apoios às vítimas existentes.

4.2. Entendimento da violência sofrida como um crime punível na lei.

4.3. Culminar dos atos abusivos por parte do/a namorado/a.

4.4. Confiança na(s) pessoa(s) ou no(s) serviço(s) a que revelaste a situação.

4.5. Existência de grande apoio familiar e social.

4.6. Outro. Refere qual/quais \_\_\_\_\_

---

**5. Indica quanto tempo após se iniciarem os comportamentos abusivos é que divulgaste a situação.**

---

**6. Indica o número de pessoas a quem relataste os comportamentos abusivos do teu/tua namorado/a.**

---

**7. Indica a quem recorreste para divulgar a situação abusiva que estavas a vivenciar na tua relação de namoro.**

**Podes colocar (X) em mais do que uma opção.**

7.1. Forças de segurança pública

- |                          |  |
|--------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> | 7.1.1. GNR                                     |
| <input type="checkbox"/> | 7.1.2. PSP                                     |
| <input type="checkbox"/> | 7.1.3. PJ                                      |
| <input type="checkbox"/> | 7.2. Serviços de saúde. Especifica qual _____  |
| <input type="checkbox"/> | 7.3. Comissão de Proteção de Crianças e Jovens |
| <input type="checkbox"/> | 7.4. Linhas de Apoio à Vítima                  |

7.5. Família

- |                          |                                       |
|--------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> | 7.5.1. Pais                           |
| <input type="checkbox"/> | 7.5.2. Irmão(s)/Irmã(s)               |
| <input type="checkbox"/> | 7.5.3. Tio(s)/Tia(s)                  |
| <input type="checkbox"/> | 7.5.4. Avô(s)/Avó(s)                  |
| <input type="checkbox"/> | 7.5.5. Outro. Refere qual/quais _____ |
| <input type="checkbox"/> | 7.6. Amigo(s)/Amiga(s)                |
| <input type="checkbox"/> | 7.7. Corpo religioso                  |
| <input type="checkbox"/> | 7.8. Professor(es)                    |
| <input type="checkbox"/> | 7.9. Outro. Refere qual/quais _____   |

**8. Explica o motivo de teres optado por divulgar a tua situação a essa(s) pessoa(s).**

---

---

**9. Refere como caracterizas a resposta dada a quem divulgaste os comportamentos abusivos exercidos pelo/a teu/tua namorado/a.**

9.1. Positiva, fico feliz por ter divulgado a minha situação.  
Justifica \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

9.2. Negativa, estou arrependido/a por ter divulgado a minha situação.  
Justifica \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

*Muito obrigada pela tua colaboração!*

## **Anexo II**

### **Pedido de Colaboração**

Exmo Sr. Renato Carneiro

Diretor do Agrupamento de Escolas de Coronado e Castro,

Eu, Inês Mariana Marmelo Pinheiro, aluna do 1º ciclo do curso de Criminologia da Universidade Fernando Pessoa, venho por este meio solicitar a Vossa Excelência, autorização para proceder à implementação do estudo intitulado como “Vítimas de violência no namoro: dos fatores inerentes aos pedidos de ajuda”, com os alunos do 7º ao 12º anos, nas instalações da escola.

O que se pretende com este estudo é identificar as barreiras e facilitadores do pedido de ajuda perante uma relação de namoro abusiva. De uma forma mais específica pretende-se: compreender os motivos e crenças que levam os jovens a não pedirem ajuda; identificar os agentes a quem os jovens pedem ajuda e a explicação para a escolha dessa fonte de revelação; averiguar as possíveis diferenças entre a divulgação a agentes formais e a divulgação a agentes informais e procurar identificar as reações/respostas dos jovens após a divulgação de comportamentos abusivos na relação amorosa.

A participação dos alunos na investigação é absolutamente voluntária, sendo que qualquer aluno pode decidir não participar da mesma. Ademais, é garantido a todos os participantes sigilo quanto às suas identidades e confidencialidade dos dados fornecidos.

Peço deferimento,

Atenciosamente e grata pela sua atenção,

---

(Inês Pinheiro)

## **Anexo III**

### **Pedido de Colaboração**

Exmo Sr. Paulino Rodrigues Macedo

Diretor do Agrupamento de Escolas da Trofa,

Eu, Inês Mariana Marmelo Pinheiro, aluna do 1º ciclo do curso de Criminologia da Universidade Fernando Pessoa, venho por este meio solicitar a Vossa Excelência, autorização para proceder à implementação de um questionário inserido no estudo intitulado como “Vítimas de violência no namoro: dos fatores inerentes aos pedidos de ajuda”, com os alunos do 7º ao 12º anos, nas instalações da escola.

O que se pretende com o estudo é identificar as barreiras e facilitadores do pedido de ajuda perante uma relação de namoro abusiva. De uma forma mais específica pretende-se: compreender os motivos e crenças que levam os jovens a não pedirem ajuda; identificar os agentes a quem os jovens pedem ajuda e a explicação para a escolha dessa fonte de revelação; averiguar as possíveis diferenças entre a divulgação a agentes formais e a divulgação a agentes informais e procurar identificar as reações/respostas dos jovens após a divulgação de comportamentos abusivos na relação amorosa.

A participação dos alunos na investigação é absolutamente voluntária, sendo que qualquer aluno pode decidir não participar da mesma. Ademais, é garantido a todos os participantes sigilo quanto às suas identidades e confidencialidade dos dados fornecidos.

Peço deferimento,

Atenciosamente e grata pela sua atenção,

---

(Inês Pinheiro)

## Anexo IV

### Declaração de Consentimento Informado

Exmo/a Encarregado/a de Educação

Eu, Inês Mariana Marmelo Pinheiro, aluna do 1º ciclo do curso de Criminologia da Universidade Fernando Pessoa, venho por este meio solicitar a Vossa Excelência, a autorização para a participação do/a seu/sua educando/a na implementação de um questionário inserido no estudo intitulado: “Vítimas de violência no namoro: dos fatores inerentes aos pedidos de ajuda”.

Este estudo tem como objetivo identificar as barreiras e facilitadores do pedido de ajuda perante uma relação de namoro abusiva.

A participação dos alunos na investigação é absolutamente voluntária, sendo necessária a sua autorização para o efeito. Ademais, é salvaguardado a todos os participantes sigilo quanto às suas identidades e confidencialidade dos dados fornecidos, estes servirão apenas para fins de investigação.

\_\_\_\_\_  
(Inês Pinheiro)

-----Recorte e devolva-----

Tomei conhecimento da informação do objetivo e dos métodos do estudo. Além disso, foi-me assegurado que os dados fornecidos pelo/a meu/minha educando/a serão confidenciais e utilizados única e exclusivamente para o estudo em causa.

Autorizo a participação do/a meu/minha educando/a neste estudo.

Data: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_\_\_

Nome do/a Aluno/a: \_\_\_\_\_

Assinatura do/a Encarregado/a de Educação: \_\_\_\_\_