

The first part of the document discusses the importance of maintaining accurate records of all transactions. It emphasizes that every entry, no matter how small, should be recorded to ensure the integrity of the financial data. This includes not only sales and purchases but also expenses and income. The text suggests that a consistent and thorough record-keeping system is essential for identifying trends and making informed decisions.

In the second section, the author addresses the challenges of budgeting and financial planning. It notes that many businesses struggle to stay within their budgets due to unforeseen expenses or changes in market conditions. The text provides several strategies to mitigate these risks, such as creating a contingency fund and regularly reviewing the budget to adjust for any deviations.

The third part of the document focuses on the role of technology in modern accounting. It highlights how software solutions can streamline the accounting process, reduce errors, and provide real-time insights into the company's financial health. The author recommends investing in reliable accounting software and ensuring that the staff is properly trained to use these tools effectively.

Finally, the document concludes with a discussion on the importance of transparency and communication in financial management. It stresses that clear communication with stakeholders, including investors and employees, is crucial for building trust and ensuring the long-term success of the business. The text encourages businesses to be open about their financial performance and to provide regular reports to all relevant parties.

The first part of the document discusses the importance of maintaining accurate records of all transactions. It emphasizes that every entry, no matter how small, should be recorded to ensure the integrity of the financial statements. This includes not only sales and purchases but also expenses, income, and any other financial activity. The document also highlights the need for regular reconciliation of accounts to identify any discrepancies early on.

Next, the document covers the process of budgeting and forecasting. It explains how a well-defined budget can help in managing resources effectively and achieving organizational goals. The document provides a step-by-step guide on how to create a budget, starting from identifying the organization's needs and goals, to allocating resources and monitoring performance against the budget.

The third section of the document focuses on risk management. It discusses various risks that an organization may face, such as market fluctuations, operational challenges, and legal issues. The document provides strategies to identify, assess, and mitigate these risks, ensuring that the organization is prepared to handle any potential threats to its success.

Finally, the document concludes with a summary of the key points discussed. It reiterates the importance of accurate record-keeping, effective budgeting, and proactive risk management. The document also provides a list of resources and references for further reading on these topics.

Da Consultoria ao Ativismo na
Violência de Género e Empoderamento
das Mulheres Sobreviventes:

Manual
de Construção
de Uma
Rede de Pares

Iceland 
Liechtenstein
Norway grants

the 1990s, the number of people with a diagnosis of schizophrenia has increased in many countries (1).

There is a growing awareness of the need to improve the quality of life of people with schizophrenia. This has led to a focus on the development of psychosocial interventions, which aim to help people with schizophrenia to live more independently and to participate more fully in society (2).

One of the most common psychosocial interventions is cognitive behavioural therapy (CBT). CBT is a form of therapy that helps people to change their thoughts and behaviours. It is based on the idea that our thoughts, feelings and behaviours are all interconnected and can influence each other (3).

CBT has been shown to be effective in helping people with schizophrenia to manage their symptoms and to improve their quality of life. It can help people to develop coping strategies, to challenge negative thoughts and to build self-esteem (4).

There are a number of reasons why CBT might be effective for people with schizophrenia. One reason is that it helps people to develop a more realistic view of the world. People with schizophrenia often have distorted thoughts and beliefs, and CBT helps them to challenge these and to develop a more balanced perspective (5).

Another reason why CBT might be effective is that it helps people to develop better coping strategies. People with schizophrenia often experience a range of symptoms, such as hallucinations and delusions, and CBT helps them to develop ways of dealing with these symptoms (6).

Finally, CBT helps people to build self-esteem and to develop a more positive outlook on life. People with schizophrenia often experience a loss of self-esteem and a sense of hopelessness, and CBT helps them to challenge these feelings and to develop a more positive attitude (7).

There are a number of different CBT techniques that can be used to help people with schizophrenia. These include cognitive restructuring, which involves challenging negative thoughts and beliefs; exposure therapy, which involves gradually exposing people to feared situations; and behavioural activation, which involves encouraging people to engage in activities that they enjoy (8).

CBT is often delivered in a group setting, but it can also be delivered individually. It is usually delivered by a trained therapist, but it can also be delivered by a peer supporter (9).

There are a number of factors that can influence the effectiveness of CBT for people with schizophrenia. These include the severity of the symptoms, the duration of the illness, and the quality of the therapeutic relationship (10).

Overall, CBT is a promising approach to the treatment of schizophrenia. It can help people to manage their symptoms and to improve their quality of life. It is important to continue to research and evaluate CBT for people with schizophrenia (11).

References

1. World Health Organization. (2001) *World Health Report 2001: Mental Health: Promoting Mental Health – Preventing Mental and Substance Use Disorders, Strengthening Mental Health Care Systems*. Geneva: WHO.

2. Leff, J. (2004) *Psychosocial Interventions for People with Schizophrenia*. London: Taylor & Francis.

3. Beck, C. T. (2002) *Cognitive Behavioral Therapy: Basics and Beyond*. New York: Guilford Press.

4. Marder, D. R., & Eckman, T. W. (2004) *Psychosocial Interventions for Schizophrenia*. Washington, DC: American Psychiatric Press.

5. Leff, J., & Marder, D. R. (2004) *Psychosocial Interventions for People with Schizophrenia*. London: Taylor & Francis.

6. Leff, J., & Marder, D. R. (2004) *Psychosocial Interventions for People with Schizophrenia*. London: Taylor & Francis.

7. Leff, J., & Marder, D. R. (2004) *Psychosocial Interventions for People with Schizophrenia*. London: Taylor & Francis.

8. Leff, J., & Marder, D. R. (2004) *Psychosocial Interventions for People with Schizophrenia*. London: Taylor & Francis.

9. Leff, J., & Marder, D. R. (2004) *Psychosocial Interventions for People with Schizophrenia*. London: Taylor & Francis.

10. Leff, J., & Marder, D. R. (2004) *Psychosocial Interventions for People with Schizophrenia*. London: Taylor & Francis.

11. Leff, J., & Marder, D. R. (2004) *Psychosocial Interventions for People with Schizophrenia*. London: Taylor & Francis.

Às Mulheres.

Agradecemos às mulheres com experiência vivida de situações de violência doméstica, de discriminação que nos guiaram e ajudaram a identificar os elementos essenciais dos vários componentes deste Manual de Apoio ao desenvolvimento de uma Rede de Autorrepresentantes, são as suas ideias, opiniões e relatos que construíram este documento; agradecemos às representantes das entidades parceiras pelos seus contributos, às estudantes que nos apoiaram com as suas ideias, com a sua curiosidade e empenho, à CIG como entidade operadora do Programa EEAGRANTS pelo acompanhamento nesta viagem.

the 1990s, the number of people in the world who are under 15 years of age is expected to increase from 1.1 billion to 1.5 billion.

There are a number of reasons why the world's population is growing so rapidly. One of the main reasons is that the number of children born to each woman has increased. This is due to a number of factors, including the fact that women are now having children at a younger age, and that there is a higher birth rate in developing countries.

Another reason why the world's population is growing so rapidly is that the number of people who are surviving to old age has increased. This is due to a number of factors, including the fact that there is a higher life expectancy in developed countries, and that there is a higher death rate in developing countries.

There are a number of other factors that are contributing to the world's population growth, including the fact that there is a higher birth rate in developing countries, and that there is a higher death rate in developing countries. These factors are all contributing to the world's population growth, and it is expected that the world's population will continue to grow rapidly in the future.

The world's population is growing so rapidly that it is expected to reach 8 billion by the year 2025. This is a significant increase from the current population of 6 billion, and it is expected that the world's population will continue to grow rapidly in the future.

The world's population is growing so rapidly that it is expected to reach 8 billion by the year 2025. This is a significant increase from the current population of 6 billion, and it is expected that the world's population will continue to grow rapidly in the future.

The world's population is growing so rapidly that it is expected to reach 8 billion by the year 2025. This is a significant increase from the current population of 6 billion, and it is expected that the world's population will continue to grow rapidly in the future.

The world's population is growing so rapidly that it is expected to reach 8 billion by the year 2025. This is a significant increase from the current population of 6 billion, and it is expected that the world's population will continue to grow rapidly in the future.

The world's population is growing so rapidly that it is expected to reach 8 billion by the year 2025. This is a significant increase from the current population of 6 billion, and it is expected that the world's population will continue to grow rapidly in the future.

The world's population is growing so rapidly that it is expected to reach 8 billion by the year 2025. This is a significant increase from the current population of 6 billion, and it is expected that the world's population will continue to grow rapidly in the future.

The world's population is growing so rapidly that it is expected to reach 8 billion by the year 2025. This is a significant increase from the current population of 6 billion, and it is expected that the world's population will continue to grow rapidly in the future.

The world's population is growing so rapidly that it is expected to reach 8 billion by the year 2025. This is a significant increase from the current population of 6 billion, and it is expected that the world's population will continue to grow rapidly in the future.

The world's population is growing so rapidly that it is expected to reach 8 billion by the year 2025. This is a significant increase from the current population of 6 billion, and it is expected that the world's population will continue to grow rapidly in the future.

<u>Introdução</u>	11
<u>1. Valores e Princípios</u>	16
<u>2. Redes e Parcerias como Resposta à Violência de Género</u>	22
<u>3. Defesa Cívica/Advocacy de Mulheres Sobreviventes: O Programa JARS_VP</u>	40
↳ <u>3.1. Exercício 1: Reflexão Individual</u>	49
↳ <u>2.3 Exercício 2: Cartas de Valores</u>	50
↳ <u>3.3 Exercício 3: Sentimentos & Valores</u>	51
<u>4. Co-Construção de Uma Rede de Pares</u>	59
↳ <u>4.1. Exercício 4</u>	63
↳ <u>4.2 Exercício 5</u>	65
<u>5. Implementação e Avaliação da Rede Pares</u>	71
<u>6. Reflexões Conclusivas</u>	81
<u>7. Referências Bibliográficas</u>	87
<u>8. Anexos</u>	96

Introdução

O Manual REDE PARES, desenvolvido no âmbito do Projeto EEA Grants REDE PARES: Violência de Género e Empoderamento (REF. OC4_B11) e de uma parceria constituída pela Associação Cabo-Verdiana de Setúbal (ACVS), Casa do Brasil de Lisboa (CBL), Organização Cooperativa para o Desenvolvimento Integrado do Concelho de Odemira (TAIPA, CRL) e a *Women in Iceland* (WOMEN), pretende ser um instrumento de suporte organizado para mulheres sobreviventes de violência doméstica e para profissionais de apoio e defesa cívica.

Este Manual está centrado na ideia de movimento cívico e de defesa dos direitos, liberdades e garantias das mulheres e de promoção da mudança social. Está ancorado num conjunto explícito de valores e princípios que procuram responder ao desafio de amplificar a voz e a visibilidade das perspetivas das mulheres sobreviventes. Valorizam-se as experiências nas respostas proporcionadas pelos vários sistemas de serviços e suportes desenhados e organizados para apoiar mulheres que experienciam situações de violência. A partir destas experiências consideramos poder contribuir para o redimensionamento e a capacidade de resposta dos sistemas que tendem a centrar os seus critérios de eficácia a elementos formativos, associados à gestão (e.g., diligências, número de serviços prestado, número médio de horas de acompanhamento e apoio) e menos na capacidade efetiva de produzir resultados de, empoderamento e restituição de direitos, liberdades e garantias às mulheres sobreviventes e às suas famílias.

Reconhecem-se as tensões, divergências ou simplesmente diferenças de objetivos e resultados pretendidos entre os movimentos cívicos, de defesa de direitos e as respostas organizadas e proporcionadas pelos sistemas de saúde, de segurança social, judicial e das Organizações da Comunidade Cívica que se dedicam há já várias décadas a apoiar as mulheres, crianças e/ou jovens envolvidos/as em situações de violência doméstica. Deste modo, pretende-se sistematizar um conjunto de contributos para gerar e/ou fortalecer novas e renovadas lideranças cívicas no movimento das mulheres, focadas nas experiências das mulheres sobreviventes. Reconhece-se a pertinência e a validade do conhecimento da experiência e como é que esse conhecimento pode influenciar o desenho dos serviços, dos suportes e das políticas públicas.

O ativismo cívico na área da violência contra as mulheres tem sido profuso e profundo a nível internacional e na sociedade portuguesa. Mulheres de todos os quadrantes

sociopolíticos, de todas as áreas das ciências sociais e humanas, de todos os quadrantes sociais e profissionais, têm demonstrado empenho e tenacidade na procura de respostas e formas de ultrapassar as situações de violência que muitas mulheres, crianças e jovens experienciam com consequências imprevisíveis nos seus futuros. No entanto, os acontecimentos sucedem-se, as respostas dos sistemas são lentas, persistem situações de desarticulação e muitas vezes as respostas acabam – mesmo sem intencionalidade – por ser desempedradoras das mulheres e das suas famílias.

Deste modo, o Manual REDE PARES é um produto para mulheres sobreviventes e para profissionais que pretendam amplificar a sua voz como elemento fundamental no delineamento, implementação e avaliação das políticas públicas e nos sistemas de apoio para que os sistemas sejam efetivamente eficazes, protetores, articulados e com capacidade de resposta às situações reiteradas e continuadas de violência.

No que concerne os objetivos específicos deste Manual, procurámos sistematizar informação a partir do que as mulheres da REDE PARES têm defendido que são elementos relevantes dos serviços e apoios com os quais interagem nos territórios onde habitam e circulam, os aspetos que consideram positivos nos seus percursos e os que carecem de ser melhorados.

A diversidade da experiência de violência, associada a outros fenómenos adicionais é também tida em consideração como a discriminação, a desinformação e as dificuldades associadas à migração que se apresenta com nuances territoriais diferenciadas, dependendo dos países e/ou continentes de origem.

Um outro dos nossos objetivos específicos foi o de desenvolver um produto que conjugasse conteúdos relevantes orientados para sobreviventes e para intervenção das organizações da comunidade cívica, numa lógica de “precisamos de ver e ler rapidamente o que é essencial” (FRM, 2020).

O Manual REDE PARES compõe-se assim de um conjunto de secções e alguns exercícios para aprofundamento e aplicação de propostas concretas de intervenção, e aborda temas como o trabalho em rede e parceria como resposta à violência de género; os significados da ideia de defesa cívica (Advocacy) de mulheres sobreviventes de violência a partir de uma versão portuguesa do Programa JARS (Justiça, Autonomia, Restituição e Segurança), incluindo exercícios

teórico-práticos e a aplicação a partir de situações concretas. Aborda-se também o processo de co-construção da REDE de PARES e as suas fases de desenvolvimento a partir do trabalho conjunto com mulheres sobreviventes inicialmente como consultoras e depois como líderes no processo de construção da rede em quatro eixos essenciais, o conhecimento, eficácia, articulação e prevenção, definidos a partir da sistematização dos seus testemunhos e contributos.

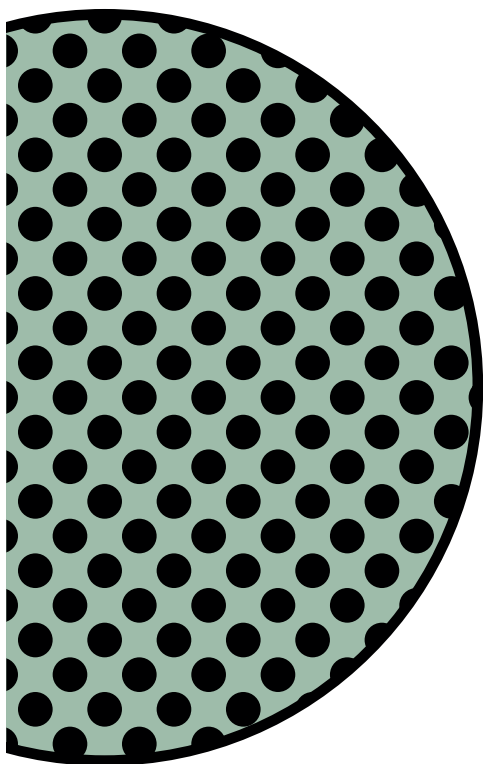
Valores e Princípios

1

Valores e Princípios

A construção do Manual Rede Pares está assente num conjunto de valores e princípios que refletem a atitude que presidiu à estruturação do REDE de PARES como projeto. Pretende-se dar visibilidade aos esforços das mulheres sobreviventes e das organizações de base comunitária que, em diferentes contextos, com diferentes objetivos e a desenvolver atividades em diversos territórios, procuram um entendimento comum acerca das prioridades e dos desígnios que as mulheres que experienciam situações de violência consideram cruciais para retomar o controle sobre as suas vidas.

Os valores identificados procuram ser comuns às pessoas que individualmente participam neste projeto, mas também às organizações que desenvolvem atividades nos vários territórios e as reflexões acerca de como as políticas, programas e práticas têm impacto nas mulheres sobreviventes de situações de violência interpessoal.



A2

+

Atenção

Ambição

R3

+

Responsabilidade

Reflexividade

Respeito

C2

=

Colaboração

Curiosidade

Excelência

Responsabilidade Social / Ação Positiva

Ambição

Para as mulheres sobreviventes e para as associações cívicas de apoio a mulheres sobreviventes e para que consigamos gerar uma REDE de Pares com sustentabilidade;

Atenção

Face às pessoas, ao ambiente, aos recursos, tendo em consideração as nossas interdependências e o impacto das nossas ações e/ou intervenções;

Responsabilidade

Para com os direitos, liberdades e garantias das mulheres sobreviventes participantes e para com todas as mulheres, crianças e jovens e outros familiares afetados pelas situações de violência doméstica, as comunidades e a sociedade em geral;

Reflexividade

Melhorar a nossa compreensão da realidade e das nossas práticas;

Respeito

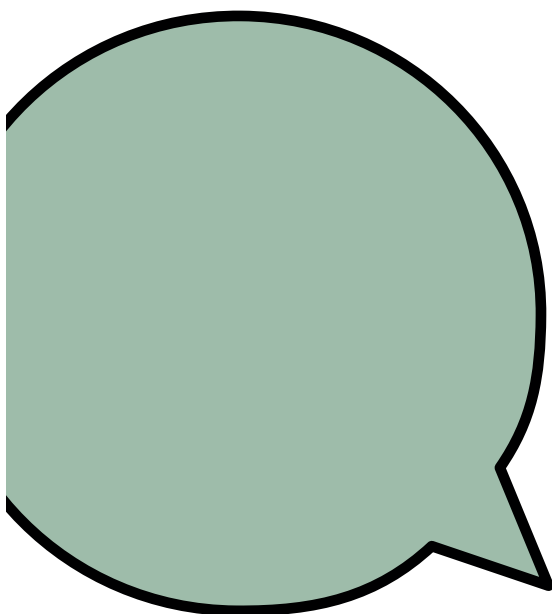
Pelas pessoas, lugares, contextos, cultura e processos.

Curiosidade

De fazer perguntas, procurar soluções e trocar perspetivas e ideias;

Colaboração

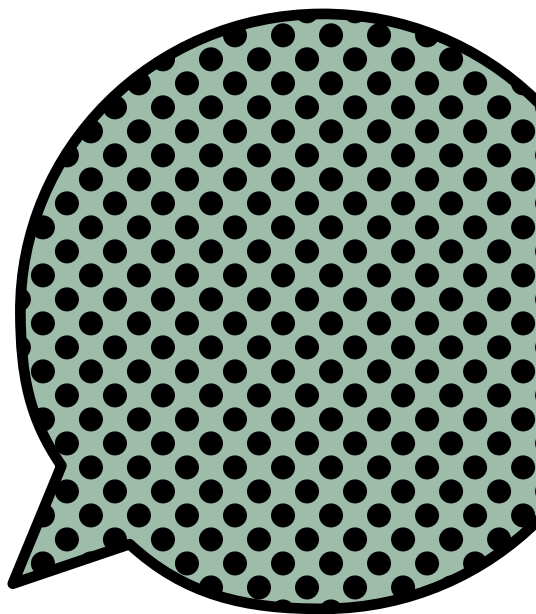
Trabalhar em parceria para o benefício de todos; Incluindo: de todos, os seus interesses, talentos, competências e capacidades;



No que concerne os princípios, os nossos desígnios são os da excelência, da responsabilidade social e de ação propositiva. Pretendemos envolver as comunidades no território nacional e envolver a nossa parceira transnacional, bem como parceiros/as, sejam pessoas ou entidades. Procuramos facilitar a participação de diferentes intervenientes em fases diferentes na implementação do projeto e nos processos de tomada de decisão. Procuramos reconhecer as necessidades de envolvimento de todas as partes potencialmente abrangidas pelas atividades do projeto. Aceitamos e respeitamos os diferentes contextos e as diversas culturas organizacionais das entidades participantes, desenvolvendo mecanismos partilhados de tomada de decisão.

Reconhecemos que os processos e o tempo são elementos-chave no desenvolvimento de uma parceria com significado e com sustentabilidade. Procuramos promover a participação individual e a colaboração numa prática reflexiva para assegurar a melhoria contínua e a qualidade dos resultados.

Finalmente, aderimos a um desígnio de boa governança e práticas de urbanidade e bom trato, valorizando e reconhecendo todos os contributos das pessoas e entidades participantes, bem como a celebração das conquistas das pessoas e das organizações.



the 1990s, the number of people with a diagnosis of schizophrenia has increased in many countries (1).

There is a growing awareness of the need to improve the quality of life of people with schizophrenia. This has led to a focus on the development of psychosocial interventions that can help people with schizophrenia to live more independently and to participate more fully in society (2).

One of the most common psychosocial interventions is cognitive remediation. This involves teaching people with schizophrenia how to think and solve problems more effectively. Cognitive remediation can help people with schizophrenia to improve their memory, attention, and problem-solving skills (3).

Another common psychosocial intervention is social skills training. This involves teaching people with schizophrenia how to interact with others and how to manage social situations. Social skills training can help people with schizophrenia to improve their communication skills and to build relationships with others (4).

There are many other psychosocial interventions that can help people with schizophrenia to live more independently and to participate more fully in society. These include supported employment, assertive case management, and family therapy (5).

The goal of this paper is to review the evidence for the effectiveness of psychosocial interventions for people with schizophrenia. We will focus on the effectiveness of cognitive remediation, social skills training, supported employment, assertive case management, and family therapy (6).

The paper is organized as follows. We first review the evidence for the effectiveness of cognitive remediation. We then review the evidence for the effectiveness of social skills training. We then review the evidence for the effectiveness of supported employment. We then review the evidence for the effectiveness of assertive case management. Finally, we review the evidence for the effectiveness of family therapy (7).

Cognitive remediation

Cognitive remediation is a psychosocial intervention that involves teaching people with schizophrenia how to think and solve problems more effectively. Cognitive remediation can help people with schizophrenia to improve their memory, attention, and problem-solving skills (8).

There is a growing body of evidence that cognitive remediation is effective for people with schizophrenia. A meta-analysis of 10 randomized controlled trials found that cognitive remediation significantly improved memory, attention, and problem-solving skills in people with schizophrenia (9).

Another meta-analysis found that cognitive remediation significantly improved social functioning in people with schizophrenia (10). This suggests that cognitive remediation may be helpful for people with schizophrenia who have difficulty with social skills.

There are many different types of cognitive remediation programs. Some programs focus on memory training, while others focus on attention training or problem-solving training. The effectiveness of cognitive remediation may vary depending on the type of program used (11).

Redes e Parcerias como Resposta à Violência de Género

2

“A violência com base no gênero é endêmica, multifacetada e universal, pelo que devemos realçar a importância de encontrar formas de a diminuir, de a anular e de a prevenir”.

Aghtaie e Gangoli (2014, pp. 23)

Enquadramento Geral

A partir da IV Conferência Mundial das Mulheres organizada pela Organização das Nações Unidas da qual emergiu uma Declaração fundamental¹, também a designada Declaração da Plataforma de Pequim², estabeleceram-se os princípios de análise da violência contra as mulheres em todo o Mundo. A partir desta Declaração passa a assumir-se que “(...) a violência contra as mulheres viola, dificulta ou anula o gozo dos direitos humanos e liberdades fundamentais das mulheres. (...) Em todas as sociedades, em maior ou menor grau, há mulheres e raparigas sujeitas a abuso físico, sexual e psicológico, qualquer que seja o seu nível económico, classe social ou cultura. (...) os atos ou ameaças de violência, que ocorram na família, na comunidade ou sejam cometidos ou tolerados pelo Estado, geram medo e insegurança na vida das mulheres. (...) A violência contra as mulheres está associada a elevados custos sociais, de saúde e económicos, quer individuais, quer para a sociedade (...). Em muitos casos, a violência contra as mulheres e as raparigas ocorre na família ou em casa, onde a violência é, frequentemente, tolerada” (Plataforma de Acção de Pequim, 1995).

Assim, a violência doméstica contra as mulheres é uma questão social que preocupa comunidades em todo o mundo (Lempert, 1996; Thomas et. al., 2015).

1. <https://www.un.org/womenwatch/daw/beijing/pdf/Beijing%20full%20report%20E.pdf>

2. <http://plataformamulheres.org.pt/site/wp-content/ficheiros/2016/01/Plataforma-Accao-Pequim-PT.pdf>

Definição de Violência Doméstica

Violência Doméstica: abrange todos os atos de violência física, sexual, psicológica ou económica que ocorrem na família ou na unidade doméstica, ou entre cônjuges ou ex-cônjuges, ou entre companheiros ou ex-companheiros, quer o agressor coabite ou tenha coabitado, ou não, com a vítima.

(Resolução nº4/2013 da Assembleia da República, 2013, p.414)

Portugal tem acompanhado este esforço à escala global, sendo um desses contributos o de uma Resolução da Assembleia da República Nº 4/2 (2013, p. 414) uma definição clara e sucinta de Violência Doméstica abrangendo todos os atos de violência física, sexual, psicológica ou económica que ocorrem na família ou na unidade doméstica, ou entre cônjuges ou ex-cônjuges, ou entre companheiros ou ex-companheiros, quer o agressor coabite ou tenha coabitado, ou não, com a vítima.

A Convenção do Conselho da Europa para a Prevenção e o Combate à Violência contra as Mulheres e a Violência Doméstica, conhecida como a Convenção de Istambul, é um tratado internacional de direitos humanos, em particular das mulheres e raparigas.

Adotada em Istambul, a 11 de maio de 2011; aprovada pelo Governo português a 16 de novembro de 2012; ratificada pela Assembleia da República a 21 de janeiro de 2013; entrou em vigor em Portugal a 1 de agosto de 2014.

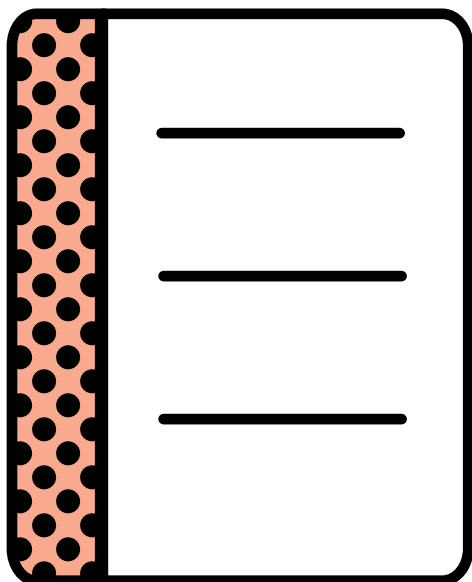
Representa um quadro jurídico abrangente que contempla padrões mínimos para a resposta de um Estado à violência contra mulheres bem como para a sua prevenção. Visa a edificação de países seguros para as mulheres e raparigas designadamente através da prevenção da violência, da proteção das vítimas e da criminalização de agressores. Centra-se na mudança de mentalidades, apelando à ação em prol da igualdade entre mulheres e homens, procurando “mudar as atitudes e eliminar os estereótipos, não só ao nível dos indivíduos, mas também ao nível das instituições.”

A Convenção de Istambul convoca os Estados a adotarem e implementarem políticas e medidas de igualdade entre mulheres e homens e de empoderamento das mulheres.

De acordo com esta Convenção, a violência contra as mulheres constitui uma violação dos direitos humanos e é uma forma de discriminação contra as mulheres, abrangendo todos os atos de violência de género que resultem, ou possam resultar, em danos ou sofrimentos físicos, sexuais, psicológicos ou económicos para as mulheres, incluindo a ameaça de tais atos, a coação ou a privação arbitrária da liberdade, tanto na vida pública como na vida privada.

No seu Artigo 1º, afirma-se que as suas finalidades são:

- A** Proteger as mulheres contra todas as formas de violência, bem como prevenir, instaurar o procedimento penal relativamente à violência contra as mulheres e à violência doméstica e eliminar estes dois tipos de violência;
- B** Contribuir para a eliminação de todas as formas de discriminação contra as mulheres e promover a igualdade real entre mulheres e homens, incluindo o empoderamento das mulheres;
- C** Conceber um quadro global, bem como políticas e medidas de proteção e assistência para todas as vítimas de violência contra as mulheres e de violência doméstica;
- D** Promover a cooperação internacional, tendo em vista a eliminação da violência contra as mulheres e da violência doméstica;
- E** Apoiar e assistir as organizações e os serviços responsáveis pela aplicação da lei para que cooperem de maneira eficaz, tendo em vista a adoção de uma abordagem integrada para a eliminação da violência contra as mulheres e da violência doméstica.



Este documento propõe um quadro jurídico abrangente que contempla padrões mínimos para a resposta de um Estado à violência contra mulheres bem como, para a sua prevenção. Visa a edificação de países seguros para as mulheres e reparar designadamente através da prevenção da violência, da proteção das vítimas e da criminalização de agressores.

As várias formas de violência com base no género abrangem um espectro muito alargado de acontecimentos e realidades, pois podem ter lugar no contexto das relações íntimas, nas relações interpessoais mais abrangentes, situações de violência perpetradas por pessoas estranhas ou desconhecidas, mas também situações designadas como de violência estrutural ou de natureza societal e/ou cultural. A cada uma destas formas de violência contra as mulheres estão associados um conjunto de crimes e formas ou expressões de abuso de poder (Aghtai & Gangoli, 2015). Reconhece-se também a violência de género como um problema à escala global e que se mantém desde há muito e até hoje a níveis epidémicos (Catlett, Toews, & Walilko, 2010).

Para o presente manual, adota-se uma perspetiva que assume a natureza multifacetada do fenómeno da violência como diversos atos que incluem o femicídio, a violação, o assalto sexual, o assalto/violência física, o abuso emocional ou psicológico, a agressão, a perseguição, a prostituição, a mutilação genital feminina, o assédio sexual, a pornografia e ainda os casamentos forçados, os crimes de honra e o tráfico sexual (Saltzman, Fanslow, McMahon, & Shelley, 1999/2002 US/CDC).

A promoção da Igualdade de Género integra os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) propostos pela Organização das Nações Unidas (ONU)³, que através do ODS 5, de 17 objetivos diversificados (Ver Figura 2), onde se definem as prioridades em relação às formas de discriminação, as formas de violência, as práticas nocivas, o reconhecimento do trabalho doméstico, a participação cívica, pública, política e económica, a saúde sexual e reprodutiva, a igualdade de direitos, o acesso à tecnologia e recomenda aos Estados o desenvolvimento de Políticas Públicas que procurem concretizar estes objetivos.

3. <https://unric.org/pt/objetivos-de-desenvolvimento-sustentavel/>

Acabar com todas as formas de discriminação contra todas as mulheres e meninas, em toda a parte.

- Eliminar todas as formas de violência contra todas as mulheres e meninas nas esferas públicas e privadas, incluindo o tráfico e exploração sexual e de outros tipos.
- Eliminar todas as práticas nocivas, como os casamentos prematuros, forçados e envolvendo crianças, bem como as mutilações genitais femininas.
- Reconhecer e valorizar o trabalho de assistência e doméstico não remunerado, por meio da disponibilização de serviços públicos, infraestrutura e políticas de proteção social, bem como a promoção da responsabilidade partilhada dentro do lar e da família, conforme os contextos nacionais.
- Garantir a participação plena e efetiva das mulheres e a igualdade de oportunidades para a liderança em todos os níveis de tomada de decisão na vida política, econômica e pública.
- Assegurar o acesso universal à saúde sexual e reprodutiva e os direitos reprodutivos, em conformidade com o Programa de Ação da Conferência Internacional sobre População e Desenvolvimento e com a Plataforma de Ação de Pequim e os documentos resultantes das suas conferências de revisão.
- Realizar reformas para dar às mulheres direitos iguais aos recursos econômicos, bem como o acesso à propriedade e controle sobre a terra e outras formas de propriedade, serviços financeiros, herança e recursos naturais, de acordo com as leis nacionais.
- Aumentar o uso de tecnologias de base, em particular as tecnologias de informação e comunicação para promover o empoderamento das mulheres.
- Adotar e fortalecer políticas sólidas e legislação aplicável para a promoção da igualdade de gênero e o empoderamento de todas as mulheres e meninas, a todos os níveis.

De acordo com os últimos dados disponíveis acerca do progresso do desenvolvimento destes objetivos sustentáveis à escala global e no que concerne a igualdade de género, a Agenda de Desenvolvimento 2030, reporta que cerca de 243 milhões de mulheres e raparigas foram sujeitas a violência sexual e/ou física por um parceiro íntimo no último ano; que pelo menos 200 milhões de mulheres já foram sujeitas a mutilação genital feminina; e que 11 milhões de raparigas estão em risco de não voltarem para a escola no ano seguinte (UN Women, 2020). Estes dados são suficientemente avassaladores para que reconheçamos a necessidade e a urgência de encontrar formas alternativas para que as vozes das mulheres sejam amplificadas e que as políticas públicas para a prevenção da violência sejam enérgicas, determinadas e abrangentes para que se possa promover o bem-estar e o desenvolvimento humano das mulheres em todo o mundo e em Portugal, na especificidade.

Deste modo, procurámos compreender como podemos contribuir para a co-construção de políticas, programas e práticas de forma a criar mudanças sociais significativas a nível local para que se alcance uma maior justiça social.

O desafio a que se pretende responder centra-se na forma como se pode aprofundar a interligação, promover a participação ativa de mulheres autorrepresentantes que em conjunto com defensoras cívicas e profissionais possam gerar resultados de intervenção mais significativos em termos da capacidade de resposta e a que promovam a justiça, a autonomia, a restituição, e os suportes para uma vida em liberdade e segurança para mulheres, crianças e jovens afetadas por situações de violência doméstica.

Para respondermos à questão recorrentemente formulada de porque é que ainda é pertinente falar de violência de género, a resposta é a de que a violência doméstica contra as mulheres de todas as idades apresenta-se como sendo multifacetada e o género está associado a fatores sociais, culturais e políticos (Green 2005; Oakley, 1972; West & Zimmerman, 1987). Deste modo, o género é uma diferença socialmente construída através de comportamentos, atitudes e atributos decorrentes de um longo de um percurso histórico, sendo que as mulheres são largamente afetadas por situações de discriminação e desigualdade associados a pressupostos de vulnerabilidade acrescida (Andersen, 2005; Green 2005; Oakley, 1972; West & Fenstermaker, 1995; West & Zimmerman, 1987).

No entanto, as situações de violência com base no género devem ser perspectivadas como um problema social, assente em noções de poder hierárquico, de reforço normas institucionalizadas socialmente que reforçam a subordinação das mulheres (Goodman & Epstein, 2008). A partir dos relatos sistematizados de mulheres sobreviventes prevalece o reporte de situações de controlo consistente e persistente (físico, psicológico e social) que resultam na perda de poder e capacidade de agência nas suas próprias vidas (Stark, 2007).

Os programas de apoio, mesmo sem ter essa intenção, tendem reiterar dinâmicas de poder e controle, oferecendo às sobreviventes poucas oportunidades de escolha e a prestação de serviços implicam:

- a) o corte de contactos com a pessoa agressora para poder aceder a recursos, não sendo garantido que cessem as interações abusivas (Fleury, Sullivan, & Bybee, 2000);
- b) por vezes estes cortes acabam por fazer com que a violência se acentue (McFarlane, Campbell, & Watson, 2002).
- c) os procedimentos de prestação de serviços não reconhecem as barreias estruturais contextuais que as mulheres enfrentam, retirando-lhes o direito à escolha e menosprezando as suas capacidades para decidir o que é melhor para si e para as suas famílias (quando aplicável), como referem Sullivan e Bybee (1999).

O problema da violência contra as mulheres está associado a uma multiplicidade de fatores que envolvem a pessoa, as suas capacidades e as suas circunstâncias (pessoais, familiares, financeiras, culturais), mas também o seu conhecimento e acesso a recursos na comunidade e a existência de um sistema de apoio multidimensional articulado (Allen et al., 2013).

Deste modo, o fenómeno da violência não se explica apenas pela análise das idiosincrasias ou características individuais, sendo que Portugal, à semelhança dos países Europeus e à escala global, pauta-se por uma vasta diversidade populacional, remetendo-nos para a noção de que as comunidades não são homogéneas, que existem inúmeros fatores como por exemplo, o género, a orientação sexual, a idade, os talentos e capacidades individuais, o estatuto socioeconómico, a condição de saúde, entre outros que são determinantes para o reconhecimento da relevância da diversidade (Esposito, Ornelas, Scirocchi, & Arcidiacono, 2019). Para a compreensão desta realidade é fundamental assumir uma análise de natureza contextualista e de que o trabalho em parceria à escala local, regional e nacional

permite compreender como poderemos agir e apoiar para reverter e evitar situações de violência contra as mulheres. Ainda segundo Esposito, et al., (2019), conclui-se que é relevante que os profissionais de suporte devem procurar entender como é que os fenômenos da violência contra as mulheres se interseccionam e influenciam a experiência das pessoas nos seus contextos, numa abordagem que permita explorar múltiplas identidades e pertenças.

Kimberlé Crenshaw (1991), sobre o tema das identidades, das políticas relacionados com a violência contra as mulheres, procura alertar sobre como a cor da pele, o estatuto socioeconómico e o género se interseccionam e que estas múltiplas identidades influenciam a vida das pessoas e podem ser chave para o aumento das desigualdades e das situações de injustiça social.

Para o trabalho em rede e parceria na área da violência contra as mulheres e com uma visão abrangente, tendo em consideração o impacto nas crianças, jovens e outros membros da família é relevante a adoção de uma perspetiva ecológica (Ornelas, 2008), trabalhando através do desenvolvimento das relações colaborativas e empoderadoras entre profissionais e participantes. É ainda necessário um maior foco nas capacidades das pessoas em lidar com múltiplas formas de opressão (Esposito & Kellezi, 2020).

O propósito de aumentar a capacidade de resposta e o desenvolvimento de serviços e suportes com a capacidade de responder às questões/problemáticas e que assumam uma perspetiva empoderadora das mulheres sobreviventes, deve assumir-se que estas são participantes ativas no delineamento das respostas às situações de violência (Menon & Allen, 2020). Deste modo, emerge como fundamental desenvolver uma rede de apoios orientados para que as mulheres possam ver restaurado o seu sentido de agência e de que o seu empoderamento é uma parte crucial das respostas à violência (Kasturiranjana, 2008).

A alusão ao Empoderamento é recorrente e tem sido um dos resultados que mais se procura obter por parte de entidades e grupos de defensores. Tem o potencial de abrir o caminho para resultados a longo-prazo sobretudo maior segurança (Cattaneo & Goodman, 2015; Goodman & Epstein, 2008; Menon & Allen, 2020). A manutenção do sentido de controle por parte das mulheres sobreviventes associa-se a uma maior satisfação com os serviços e suportes formais e informais. O sentido de controle individual na procura de apoios aumenta a probabilidade

de falar sobre o abuso e potencia resultados mais positivos ao nível da manutenção de melhores índices de bem-estar geral incluindo o bem-estar psicológico e a saúde mental (Cattaneo & Goodman, 2010).

Deste modo, uma intervenção empoderadora tem com principal objetivo fortalecer as pessoas nas suas interações com as comunidades, envolvendo-as nos diversos processos, contextos, interações; a partir desta formulação as mulheres não são perspetivadas apenas como indivíduos que precisam de ajuda, mas como participantes ativos nos seus percursos, como pessoas com opiniões, conhecimentos e experiências relevantes para a criação de práticas e intervenções específicas, com objetivos concretos e potenciadoras de melhores resultados a longo prazo (Zimmerman, 2000). Uma mudança nesta perceção e valorização da experiência potencia as interações com o mundo social (Cattaneo & Chapman, 2010; Zimmerman, 2000) e permite, de uma forma organizada, apoiar e manter o delineamento e implementação de ações, incluindo a sua avaliação numa perspetiva colaborativa. Numa colaboração ativa, as hierarquias tradicionais das estruturas tornam-se menos visíveis, dando lugar a uma relação de parceria, capacitando e visionando a parceira como sendo capaz e conhecedora do seu próprio contexto (Zimmerman, 2000).

Este tipo de abordagem permite amplificar a voz e a possibilidade de as sobreviventes serem ouvidas como forma de restaurar a sua autonomia, poder e sentido de valor pessoal (Goodman & Epstein, 2008). A criação de condições para que os serviços da comunidade respondam às necessidades das mulheres sobreviventes, passa necessariamente pelo seu conhecimento e acesso aos recursos de apoio e a capacidade de “navegar” nos vários sistemas protegendo-as de novas formas de dependência e risco de re-vitimização (Menon & Allen, 2021).

Os serviços têm vindo a assumir formas de complexidade crescente que, por vezes, pode assumir características estigmatizantes (Lehrner & Allen, 2009), sendo que estas facetas são ainda mais desafiantes para mulheres com situações cumulativas de vulnerabilidade, como por exemplo, o consumo abusivo de substâncias, um historial de saúde mental, de contacto com o sistema de justiça criminal, estarem ou terem estado numa situação de sem-abrigo ou ainda pertencerem a um grupo considerado minoritário (Donnelly, Cook, & Wilson, 1999; Donnelly, Cook, Van Ausdale, & Foley, 2005; Smyth, Goodman, & Glenn, 2006; Nnawulezi & Sullivan, 2014).

Estas especificidades ou vulnerabilidades podem ser determinantes no acesso a recursos como os centros de emergência ou casas de abrigo que apoiam as vítimas de violência doméstica, por não se adequarem às características destes serviços e por terem respostas congregadas, onde as condições concretas de múltiplas famílias que partilham um mesmo espaço implicam a necessidade de regras generalizadas, com base em regulamentos punitivos que geram novas situações problemáticas de tensão e de ameaça de perda de apoios, bem como mais insegurança, insatisfação e medo por parte das sobreviventes (Gregory, Nnawulezi, & Sullivan, 2021).

Para além disto, cada intervenção deve ter em consideração as normas culturais /sociais aceites em determinada comunidade, os recursos existentes e o seu funcionamento, e que tipo de suporte formal (entidades, instituições) e informal (redes naturais - família, amigos) se pode ativar, desenvolver (Menon & Allen, 2021).

As estratégias de empoderamento passam também pela linguagem utilizada pelos profissionais, perspetivando as sobreviventes como parceiras ativas membros do processo explicitando os seus direitos, adotando um discurso que não as re-vitimiza, mas que seja centrado na reflexão e ativação do pensamento crítico orientado para o reconhecimento da injustiça ocorrida e a força intrínseca de cada uma das sobreviventes (Menon & Allen, 2021).

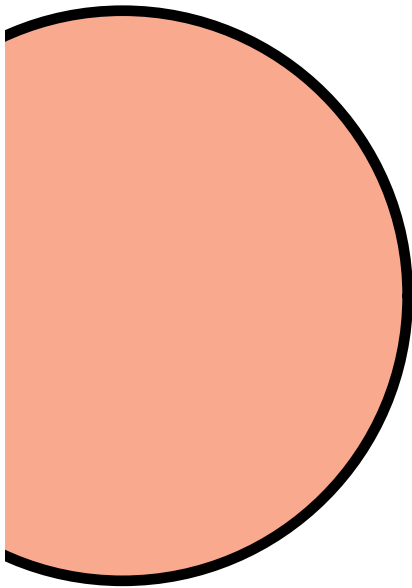
Durante anos os sistemas de proteção às vítimas e prevenção da violência apresentaram falhas significativas, quer nas suas respostas, quer no seu trabalho em rede com todos os serviços, um sistema fragmentado (Wolff, 2010). As redes e parcerias nas comunidades são cruciais, mas ainda carecem do parecer e do conhecimento das mulheres sobreviventes e de como a partir do seu ponto de vista podemos transformar os sistemas de prestação de serviços e apoios para responder à violência com base no género numa perspetiva promotora de empoderamento.

No âmbito do Projeto REDE PARES procura-se que as mudanças ocorram com base na força impulsionadora dos percursos das mulheres sobreviventes. A rede de mulheres autorrepresentantes passa pelo estudo do que Himmelman (2001) designou como a passagem de um grupo a uma rede de parceria a uma coligação empoderadora e empoderada. Procura-se um processo de co-construção com base uma parceria igualitária Universidade-Comunidade em todas as fases do projeto, tendo como prioridades a participação, transformação e a ligação entre a teoria e a prática (Horner, 2016).

Esta forma de intervenção gera uma estrutura menos hierarquizada, mais difusa, de junção de esforços e recursos para a resolução dos problemas, onde todos podem contribuir (Vargas-Moniz & Morgado, 2010). Segundo Wolff (2010), pretende-se trabalhar com as pessoas e não para as pessoas, considerando que os sistemas existentes não devem impor sobre os outros uma ética contractual, mas sim uma de lógica de aliança e de esforços combinados, de forma a criar mudanças realmente eficazes e positivas.

A co-construção facilita também a passagem e criação de conhecimento, especialmente em programas de parcerias com organizações da comunidade, grupos e indivíduos, que se conjugam para recolher e sistematizar informação, mas também para desenvolvimento objetivos e atividades, gerando um valor democrático que promove o progresso humano através da participação (Horner, 2016).

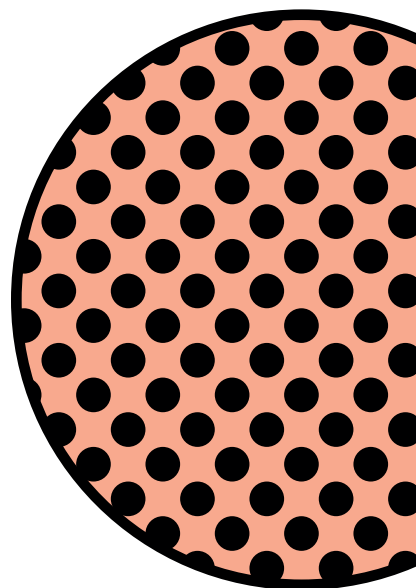
Deste modo, através de uma dinâmica conjunta abre-se espaço para a reflexividade dos membros que nela participam, gerando-se novas vias de Comunicação; criam-se oportunidades para criar formas de linguagem e de conhecimento. Segundo Larsen, Sewpaul e Hole (2014), este trabalho de co-constituição gera oportunidades de partilha de conhecimento e aprendizagem e sentimentos de “eu fiz!...eu participei!...eu fiz parte!” e um sentido de compromisso conjunto.



Segundo Apgar, Mustonen, Lovera e Lovera (2016), a co-construção de conhecimento não é suficiente para assegurar a inclusão e deve focar-se também na auto-determinação e o conhecimento obtido deve ser utilizado para prevenção, avaliação e intervenção e é justamente neste ponto que reside a inovação. Os contributos de Wolff (2010) para a compreensão dos desafios e das oportunidades que contem o trabalho em rede e parceria, bem como a co-construção de processos são muito substantivos e este manual pretende dar visibilidade a alguns desses desafios para que as mulheres sobreviventes e as redes de organizações de base comunitária possam potenciar os seus esforços e o seu trabalho conjunto para efetivamente dar resposta aos desígnios das mulheres sobreviventes de acordo com as suas perspetivas e circunstâncias.

Importa, assim, identificar alguns dos obstáculos à abordagem colaborativa. O primeiro e muitas vezes o mais relevante é o da *fragmentação* que significa que os sistemas de saúde, justiça, segurança social, educativos, de habitação e de emprego que são todos relevantes para uma resposta às sobreviventes de violência doméstica, mas abordam os fenómenos de forma fragmentada e centrada apenas no que lhes diz respeito; esta realidade é muitas vezes causadora de duplicações e perdas sistemáticas de tempo e recursos.

O desenvolvimento de uma visão holística e abrangente capaz de captar a extensão e a complexidade dos problemas



experienciados pelas sobreviventes pode fazer toda a diferença. Assim, as soluções colaborativas podem ser geradoras de mudança social se tiverem a oportunidade de mudar a vida das pessoas, de mudar os sistemas e mudar as políticas públicas.

Se assumirmos que uma comunidade é mais do que a mera soma das suas partes e dos seus recursos, são as redes e parcerias que podem gerar e potencializar sistemas de suporte coerentes e com componentes válidos para responder às necessidades concretas das pessoas. As mulheres sobreviventes relatam sistematicamente a *falta de informação* para agir, pelo que a informação deve ser abundante, concreta, credível, coerente e disponível para os/as vários intervenientes. Muitas vezes as pessoas não têm toda a informação disponível para fazer as suas escolhas, mas apenas informação que determinado grupo tem disponível ou de acordo com a perspetiva específica de cada grupo ou área de serviços.

A questão da participação das pessoas interessadas ou diretamente visadas, por vezes, não é suficientemente tida em consideração. As mulheres sobreviventes, por razões diversificadas, podem não ter as condições adequadas para a participação quer se trate de transportes, cuidados de familiares (filhos/as, ou outras pessoas ao seu cuidado), de literacia e/ou acesso às tecnologias que lhes permita uma participação inclusiva.

As várias agências na comunidade, sobretudo nas cidades, competem e/ou duplicam os seus esforços o que leva à *descoordenação*, *sobreposição de atividades* e à efetiva redução da eficiência dos sistemas. A concorrência entre serviços leva a visões parcelares e fragmentadas dos problemas que comprometem os resultados globais no apoio às mulheres sobreviventes e as suas famílias. As entidades prestadoras de apoios podem não ter os mesmos objetivos, simplesmente não se conhecerem ou não colaborarem, focando-se mais nas suas diferenças do que sublinhar as suas similitudes ou complementaridades.

Os organismos de intervenção assumem frequentemente uma orientação focalizada nos *deficits* e as intervenções urgentes que, não obstante a sua relevância, tendem a não ser fundamentadas nas capacidades e talentos individuais, mas centradas na resolução de problemas e dificuldades imediatas. Muitas vezes, as sobreviventes apenas recorrem e mesmo conseguem respostas dos serviços de apoio quando estão numa situação de crise ou perigo iminente (Cardoso & Ornelas, 2022). A prevalência da cultura de

resposta à emergência, tende a centrar as respostas nas situações de crise e menos na capacidade de prevenção e planeamento. A ação proactiva e de natureza preventiva gera mais capacidade de pensamento projetado no espaço e no tempo e não centrado na resposta de momento que é essencialmente remediativa. Esta orientação para a crise reduz a probabilidade de as ações colaborativas na comunidade serem mais sustentáveis, fragilizando a capacidade de resposta robusta e consolidada. Estas redes de apoio mais consolidadas e abrangentes ficam assim mais suscetíveis a modificações e mesmo a alterações profundas face aos ciclos políticos, locais, regionais ou mesmo nacionais, pelo que se torna relevante a adoção de estratégias e/ou planos com base em consensos e modelos de parceria mais abrangente.

As redes e parcerias são assim relevantes para a coordenação da ação programática focada na intervenção proativa e a colaboração entre entidades públicas, da comunidade cívica e da comunidade empresarial, potenciando-se assim os benefícios conjuntos. As parcerias da comunidade devem assegurar a sua ligação às pessoas que são diretamente afetadas pelas situações de violência de género e os sistemas organizarem-se em função de uma resposta clara e inequívoca de defesa de direitos e liberdades e de promoção da justiça social.

Conclui-se deste modo, que o apoio e intervenção em situações de risco e perigo iminente são relevantes, mas também o são as ações de natureza proativa e com a capacidade de responder antes que os riscos e os perigos inerentes às situações da violência de género integrem a normalidade dos relacionamentos interpessoais das mulheres.

**Defesa Cívica/
Advocacy de Mulheres
Sobreviventes:
O Programa JARS_VP**

3

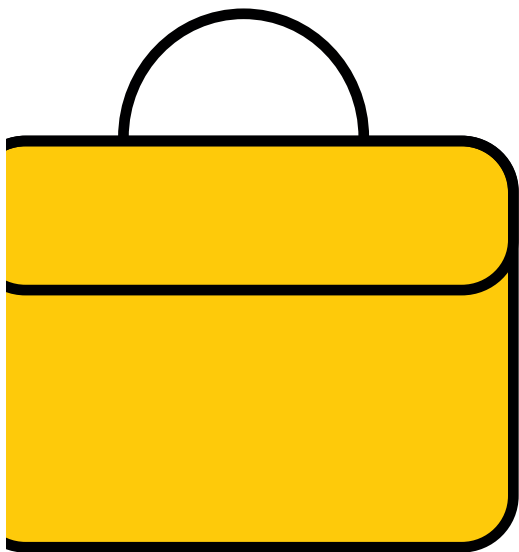
Defesa Cívica/Advocacy de Mulheres Sobreviventes: O Programa JARS_VP

O desafio colocado no âmbito do Projeto REDE PARES foi o de como desenvolver uma proposta de trabalho para o apoio ao desenvolvimento de uma relação colaborativa e de suporte na defesa cívica de mulheres sobreviventes de violência de género. O nosso propósito é o de desenvolver um instrumento de suporte à ação de quem quer fazer a diferença na vida das mulheres sobreviventes de violência. Não pretendemos assumir posições de aconselhamento, pois partimos do pressuposto que a vasta maioria das mulheres sabe o que precisa para ter e viver uma vida boa. O pressuposto chave é o de não julgamento e organização do apoio a partir do ponto de vista da pessoa que é sobrevivente de situações de violência.

A forma de alcançar este objetivo é ouvir, compreender e comunicar essa mesma compreensão para forjar uma relação de confiança.

Os sentimentos são parte integrante de nós, mesmo que não estejamos cientes da sua existência ou que os tentemos evitar ou ocultar. Não os podemos desviar de forma definitiva e devemos reconhecer que, de uma forma ou de outra, vão influenciar a nossa forma de pensar e agir.

A comunicação com as mulheres sobreviventes deve assim ter como objetivo pelo menos quatro funções:



① Construir a Confiança

Quem comunica sente que quem emite a mensagem e quem a recebe estão “no mesmo comprimento de onda” e que ambas as partes têm um interesse comum – a segurança, o controle e bem-estar da mulher sobrevivente e da sua família (quando aplicável);

② Proporcionar Espaço à Expressão

Proporcionar a quem emite a mensagem tenha sentimentos e que os expresse de forma não-destrutiva;

③ Construir Sentido de Valor Pessoal

Validar que os sentimentos da pessoa estão corretos e que não se devem culpar por os ter e focar-se nas suas potencialidades;

④ Orientar o Foco para Tarefas e Resultados

Permitir que a pessoa analise os seus sentimentos, defina os seus objetivos (p.e. tome decisões, se oriente para a resolução de problemas e reconheça eventuais perdas).



A Rede Pares Violência de Género e Empoderamento está inspirada nos contributos de Allen e Sullivan (2022) que desenvolveram um enquadramento teórico-prático de suporte e defesa cívica de mulheres sobreviventes de violência interpessoal com particular ênfase no Programa de Base Comunitária JARS_VP que assenta em quatro vetores-chave Justiça, Autonomia, Restituição e Segurança.



No que concerne a dimensão da Justiça, este programa propõe a ligação com o Sistema Judicial proporcionando respostas concretas ao nível da responsabilização das pessoas perpetradoras de agressão, incluindo as ordens de restrição e proteção do contacto e/ou acesso para proteção das vítimas/sobreviventes e das pessoas que lhe sejam próximas. Abrange também os domínios da justiça económica que inclui suportes em termos de necessidades habitacionais, emprego, educação ou outros domínios e da justiça social no que concerne os direitos, liberdades e garantias das mulheres sobreviventes de violência.

Na vertente da Autonomia o foco centra-se na autodeterminação e na preservação da capacidade das mulheres sobreviventes em conduzirem o seu próprio percurso. Em relação ao domínio da Restituição é relevante o suporte para que as pessoas vítimas de violência de género possam recuperar através da integração da experiência de abuso na sua experiência vital e possam dar continuidade às suas vidas e, finalmente Segurança que implica a segurança física e emocional, bem como a segurança face a ameaças, intimidação, coerção, isolamento e perseguição.

Discute-se com muita frequência as razões pelas quais muitas mulheres se mantêm tanto tempo em relações abusivas; são relativamente comuns os relatos de situações com 20, 30 anos ou mesmo mais. O facto é que o fazem por muitas e diferentes razões, pelo que se considerou pertinente dar-lhes expressão. Quando são coligidas as razões invocadas na voz das sobreviventes, podemos constatar essa diversidade a partir de fontes sistematizadas¹ (e.g., EWAR, 1991; Safe Haven Shelter, 2003) e dos relatos das mulheres sobreviventes que participam ativamente na Rede de Pares (Rede Pares, 2020, 2021, 2022).

A partir de uma comunicação eficaz e da validação dos sentimentos, valores e razões invocadas por cada uma das mulheres sobreviventes, os desafios da intervenção devem ser estruturados a partir da realidade trazida por cada situação concreta. Deste modo, as principais razões, com variações, tendem a ser as que a seguir se apresentam:

Dependência Económica e Financeira

O desafio de como se vai apoiar financeiramente a si própria e os seus filhos/as? A quem pode recorrer sobretudo se não teve recursos financeiros ou acesso a recursos em geral, ou mesmo experiência/s no mercado de trabalho. Se houver crianças, torna-se mais difícil sair sem ter a possibilidade de aceder a habitação, pois as idades dos filhos/as são determinantes para o acesso aos recursos de apoio, sobretudo os rapazes adolescentes no acesso às respostas de acolhimento de emergência, transporte e cuidados para as crianças; tem receio de perder casa, carro, etc.

Parentalidade

Se precisar de apoio para cuidar dos filhos/as. É frequente o relato de que “ter um parceiro menos bom, mesmo assim, é melhor do que não ter nenhum!” ou “...se sair desta relação quem me vai querer com filhos/as?” Consideram que a sociedade considera a parentalidade como “pouco atrativa”. Esse “facto” pode reter mulheres de terminarem as relações com os parceiros.

1. Fonte: Humboldt Women for Shelter, Eureka, California (handout), with revisions by EWAR 1991. Alexandra House Advocate Training manual, Alexandra House, a Shelter for Battered Women and their Children, Blaine, Minnesota. Revised by: Safe Haven Shelter for Battered Women, Duluth, Minnesota, 2003.

Pressão Religiosa ou da Família Extensa para Manter a Família Junta

Se sair ou se se divorciar do parceiro, pode ser isolada na sua comunidade religiosa e, em última instância, ostracizada ou excluída e podem ainda nunca acreditar nela.

Medo de Ficar Sozinha e, Só por Si, Conseguir Cuidar das Crianças Sozinha

Medos de perder as crianças. Muitos abusadores fazem ameaças de lhes retirar as crianças.

Lealdade

“O meu parceiro está doente!”; se ele tivesse uma perna partida ou um cancro, eu ficaria na mesma. Nesta situação não é diferente.” Uma história longa com uma pessoa pode criar laços incrivelmente fortes, bons e maus e não queremos quebrar promessas.

Pena

“Sei que o meu parceiro não é o melhor, mas sinto pena dele!”. Esse sentimento de pena pode ser potenciado pela imagem de “Senhor Simpatia” que é popular nas situações de abusos com recorrentes pedidos de desculpa, promessas, lágrimas e prendas que contribuem para manter uma mulher numa relação por muito tempo.

Querer Ajudar

“Se eu ficar, posso ajudar o meu parceiro a ficar melhor.”

Medo do Parceiro se Suicidar

Muitos abusadores ameaçam o suicídio para convencer a vítima a ficar.

Negação

“Não é assim tão mau... há situações piores!”

Muitas mulheres vítimas de violência conhecem os ciclos de abuso e não conseguem ver nada de errado com os abusos de que são alvo.

Amor

Muitas vezes, o parceiro é muito querido e atencioso quando não é abusivo. Muitas vezes a mulher não quer que a relação termine, não quer procurar outra pessoa, gosta da intimidade física, sente amor pelo seu parceiro e só quer que a violência pare.

Dever

“Jurei manter-me casada até que a morte nos separe!”

Culpa

Acredita – e o seu parceiro e outras pessoas significativas também acreditam – que os problemas que têm são culpa dela. Se ela mudar eventualmente a situação irá ficar melhor. Muitas mulheres vítimas de violência têm baixa autoestima por causa dos abusos que sofrem ou sofreram, o que pode levar a uma perceção de si pouco saudável e valor pessoal reduzido.

Responsabilidade

Cabe-lhe a ela fazer tudo para que a relação resulte. As mulheres foram socializadas para acreditar que o lado emocional da relação é uma responsabilidade da mulher.

Medo da Vergonha, Humilhação ou Escárnio da Comunidade

Ficar de fora de funções sociais ou ser relegada para um patamar mais baixo na escala social pode causar muito medo nas mulheres. Um abusador proveniente de uma família poderosa ou ser ele próprio uma pessoa com poder (Económico e/ou social, etc.) pode ser aterrador.

Segurança

Medo de ficar sozinha no mundo e perder o “sonho de princesa” de crescer e viver feliz para todo sempre. Medo de ter que ficar individualmente responsável por manter a casa, as responsabilidades financeiras e prover a todas as necessidades.

Identidade

As mulheres são socializadas para sentir que precisam de um parceiro – mesmo que seja abusivo – para que se sintam completas.

Otimismo Infundado

As coisas vão melhorar, apesar de todas as evidências aparentem em contrário.

Internalização das Palavras do Abusador

“Eu mereço este tratamento!” Acontece quando a mulher vítima de agressões tenha crescido a acreditar que o abuso existe quando é justificado e que faz parte da vida. Talvez nem tenha em consideração que está a ser vítima de uma situação abusiva.

Sobrevivência

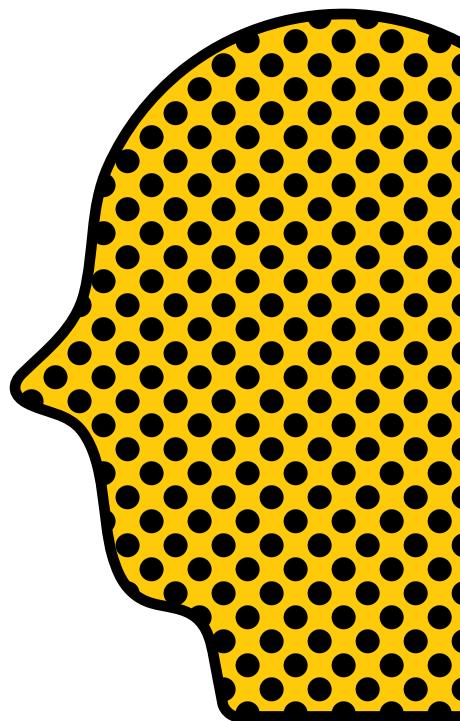
Medo de que o parceiro a persiga e a mate quando sair, frequentemente baseado em ameaças reais por parte do parceiro. Frequentemente, os parceiros dizem que, se partir, vai persegui-la e matá-la, estendendo as ameaças às crianças. Quando uma mulher toma a decisão de sair de uma relação abusiva, a probabilidade de ser severamente atingida fisicamente ou vítima de femicídio aumenta 75 por cento.

Desesperança Aprendida (“A Força do Destino”)

Todas as tentativas de mudar algo no ambiente que rodeia a mulher, mas sem sucesso, fazem com que se sinta que é esperado que falhe. O sentido de desesperança ou desalento é a resposta lógica à resistência constante face aos nossos esforços. “Vemo-nos como prisioneiras de guerra, como pessoas que foram tornadas reféns, pessoas que vivem na pobreza e não conseguem trabalho, etc”. Muitas mulheres vítimas de agressão não estão cientes que podem sair.

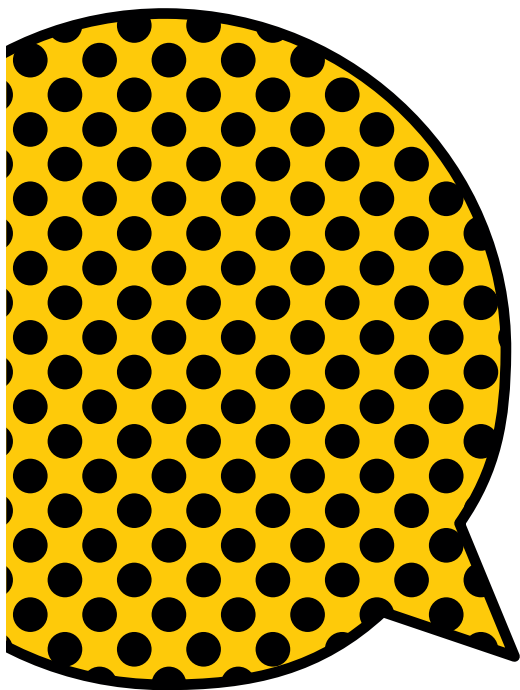
Não Ter Ninguém a Quem Recorrer e Nenhum Lugar para Onde Ir

Infelizmente, um número significativo de mulheres vítimas de agressão não têm um sistema de suporte ou um local para se refugiarem. Esta é uma situação difícil de lidar mesmo para a pessoa mais forte.



Numa perspectiva de defesa cívica das mulheres sobreviventes encorajamos cada mulher a decidir quando considera ser adequado sair e como vai implementar essa decisão, pois deixar uma situação abusiva pode ser incrivelmente desafiador. No entanto, é igualmente importante relembrar que, em muitas comunidades, já há uma rede desenvolvida para responder a estas situações. Se considerar que está neste momento a viver numa situação abusiva, seja ativa na sua própria libertação e procure apoio.

Perante estes desafios e para proporcionar uma melhor compreensão acerca de como os valores e os sentimentos têm impacto nos processos e percursos das mulheres sobreviventes, apresenta-se o exercício base com as cartas de valores para que cada interveniente tenha a oportunidade de refletir acerca dos seus próprios valores e de como ao reconhecê-los aumenta a sua capacidade de os identificar e validar nos diálogos com outras pessoas, incluindo as mulheres sobreviventes ou outros parceiros da comunidade.



Exercício 1: Reflexão Individual

3.1

Refletindo acerca da sua situação concreta e/ou uma situação que conheça de perto, assinale os argumentos que tenham tido maior relevância nas decisões que foi tomando ao longo do tempo.

Dependência Económica e Financeira

Culpa

Parentalidade

Responsabilidade

Pressão Religiosa ou da Família Extensa para Manter a Família Junta

Medo da Vergonha, Humilhação ou Escárnio da Comunidade

Medo de Ficar Sozinha e, Só por Si, Conseguir Cuidar das Crianças Sozinha

Segurança

Lealdade

Identidade

Pena

Otimismo Infundado

Querer Ajudar

Internalização das Palavras do Abusador

Medo do Parceiro se Suicidar

Sobrevivência

Negação

Desesperança Aprendida ("A Força do Destino")

Amor

Não Ter Ninguém a Quem Recorrer e Nenhum Lugar para Onde Ir

Dever

Outra

Nota: Retirado de Humboldt Women for Shelter, Eureka, California (handout), with revisions by EWAR 1991. Alexandra House Advocate Training manual, Alexandra House, a Shelter for Battered Women and their Children, Blaine, Minnesota. Revised by: Safe Haven Shelter for Battered Women, Duluth, Minnesota, 2003.

Exercício 2: Cartas de Valores

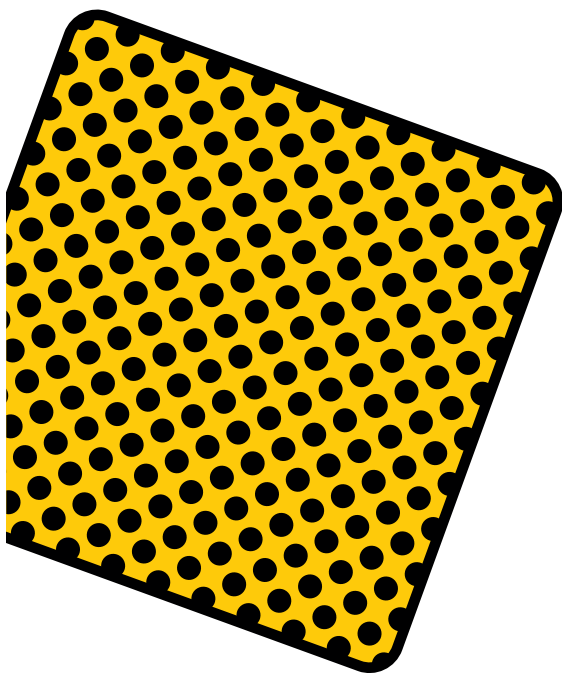
3.2

As estratégias, a fluidez e a confiança na comunicação têm o potencial de aumentar a sua eficácia se reconhecerem os valores e os sentimentos dos/as interlocutores.

Deste modo, considerou-se pertinente introduzir um exercício com cartas de valores para que as sobreviventes e as representantes das entidades pudessem refletir acerca da pertinência da identificação de valores e sentimentos para a estruturação de uma intervenção com maior potencial de eficácia. As cartas de valores selecionadas para o presente manual (W.R. Miller et al., 2001) integram uma lógica de entrevistas e/ou intervenção motivacional, amplamente utilizada em diversos contextos de serviços sociais e humanos e em contextos comunitários.

No anexo I, apresentamos um baralho de cartas traduzido em língua portuguesa que pode ser impresso e recortado para ser utilizado em contextos individuais e/ou de Grupo.

Como forma de promover a sua aplicabilidade ao contexto da REDE PARES, apresenta-se uma proposta de exercício adaptado com situações concretas para que se identifiquem sentimentos e valores associados a cada pequeno relato.



Exercício 3: Sentimentos & Valores

3.3

Pode aqui encontrar algumas frases que estão construídas de forma a suscitar a sua reflexão. Depois de ler cada uma das frases identifique os valores contidos; não pense apenas nos valores explícitos, mas também nos que estão implícitos (não expressos, subentendidos). Quais os valores que estão em conflito, se for o caso? Que valores tem relutância em aceitar ou que pessoalmente reage? Que sentimentos estão envolvidos?

- 1 Soube agora que a minha filha de 15 anos está grávida. Não sei como possa isso ter acontecido. Dou cabo dela se decidir abortar (pausa) ao mesmo tempo não consigo imaginá-la a ter uma criança com esta idade. Ela ainda nem acabou o secundário.

Valores

1 _____

2 _____

3 _____

4 _____

5 _____

Sentimentos

1 _____

2 _____

3 _____

4 _____

5 _____

- 2 Os meus filhos estão a pressionar-me para voltar para o pai deles. Têm mesmo saudades. A minha filha pequenina chora todos os dias quando vai dormir. Têm saudades da piscina e de ter deixado o cachorro atrás. Esta pressão está a deixar-me completamente de rastos.

Valores

1 _____

2 _____

3 _____

4 _____

5 _____

Sentimentos

1 _____

2 _____

3 _____

4 _____

5 _____

- 3 Gostava muito de me mudar deste bairro. Nunca tive que viver ao pé de tantas pessoas diferentes de nós. Aqui há muito lixo nas ruas e nos quintais à vista de todos, anda sempre toda a gente aos gritos. O meu filho de 8 anos gosta de brincar com os vizinhos da idade dele, mas tenho alguns receios de más influências.

Valores

1 _____
2 _____
3 _____
4 _____
5 _____

Sentimentos

1 _____
2 _____
3 _____
4 _____
5 _____

- 4 Estou muito farta de viver num apartamento completamente degradado. Estou habituada a viver num local bom e não ter que lidar com baratas. Nem temos pratos a condizer e os meus filhos têm que dormir no quarto comigo. Digo-lhe parece que estou sempre a andar para trás.

Valores

1 _____
2 _____
3 _____
4 _____
5 _____

Sentimentos

1 _____
2 _____
3 _____
4 _____
5 _____

- 5 Quase não temos nada para comer em casa, mas se eu for à mercearia não vou conseguir pagar a TV e internet deste mês. Tenho os meus filhos à minha volta, tenho que ter TV!

Valores

1 _____

2 _____

3 _____

4 _____

5 _____

Sentimentos

1 _____

2 _____

3 _____

4 _____

5 _____

- 6 Ofereceram-me um emprego como empregada “debaixo da mesa.” Se receber oficialmente dinheiro cortam-se os benefícios. Sei que é contra a lei, mas preciso mesmo do dinheiro!

Valores

1 _____

2 _____

3 _____

4 _____

5 _____

Sentimentos

1 _____

2 _____

3 _____

4 _____

5 _____

- 7 Finalmente consegui um emprego para deixar de ter dívidas e não perder o meu apartamento. Não consigo poupar nada para *baby-sitting* (ama), por mais que deteste fazer isso; acho que vou ter que deixar os meus filhos de 8 e 6 anos sozinhos até que me consiga por de pé novamente.

Valores

1

2

3

4

5

Sentimentos

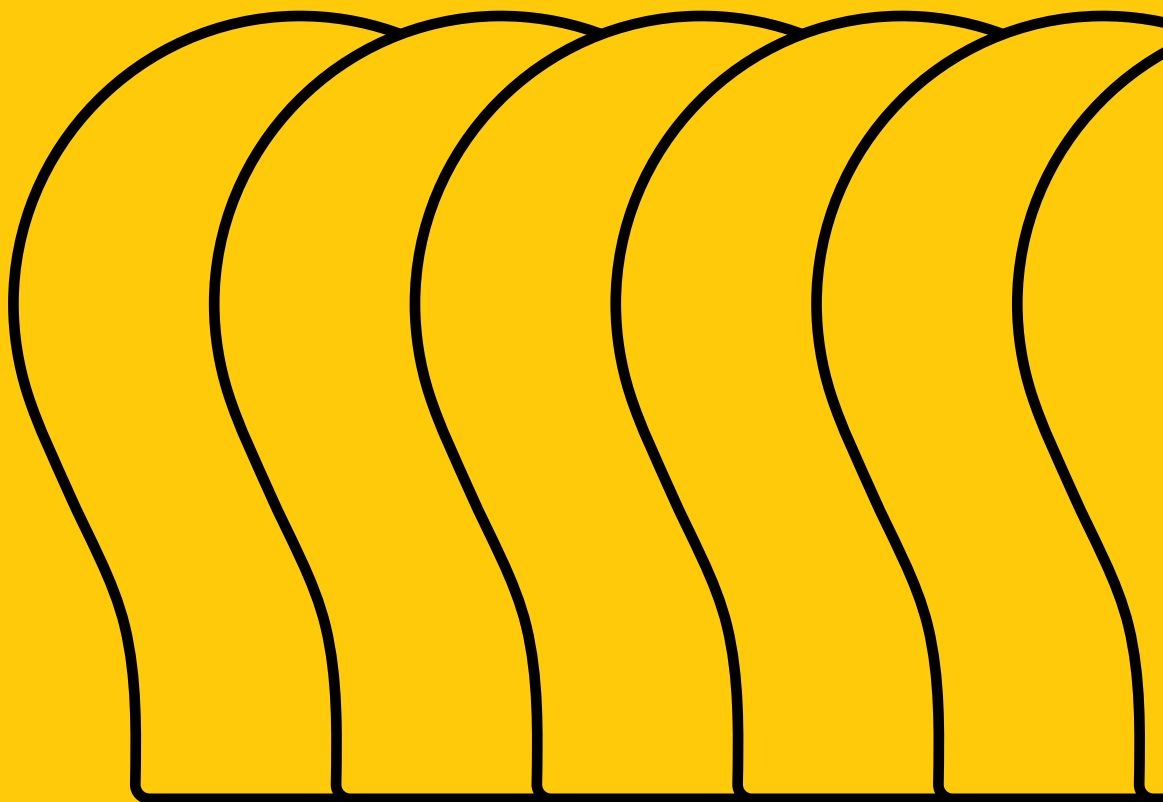
1

2

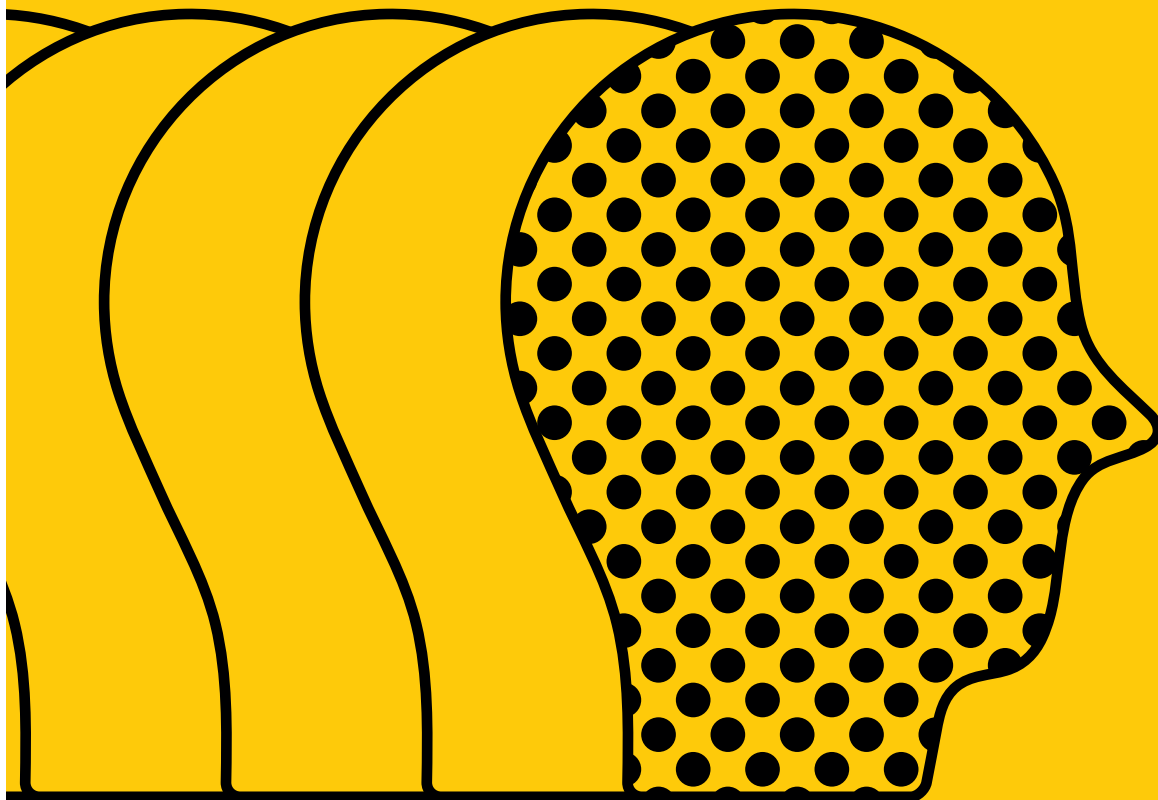
3

4

5



Neste exercício não há respostas certas ou erradas, registre e reflita sobre os sentimentos e valores envolvidos e sobre estas situações que se baseiam em relatos efetivamente experienciados por mulheres sobreviventes de situações de violência doméstica.



Co-Construção de Uma Rede de Pares

4

Co-Construção de Uma Rede de Pares

Gerar e/ou fortalecer novas lideranças cívicas no movimento das mulheres focado na experiência das mulheres sobreviventes é o desígnio em torno do qual se organiza todo o projeto REDE PARES.

O ativismo cívico na área da violência contra as mulheres tem sido profundo e profuso na sociedade portuguesa. Mulheres individualmente consideradas e integradas em movimentos diversificados que têm contribuído largamente para a análise e para a intervenção na área da Violência Doméstica contra as mulheres... *“Still a movement after all these years!” / “Ainda um movimento depois de tantos anos!...”* (Allen & Lehrner, 2009).

De que Falamos Quando Abordamos a Necessidade de Mudança Social?

Embora se tenha alterado de forma significativa, o movimento cívico continua a ser relevante para a forma como os serviços são delineados e implementados e associam uma análise sociopolítica acerca do fenómeno da violência contra as mulheres.

Esta realidade implica que os serviços precisam de se organizar em função das escolhas e do empoderamento. O suporte entre pares e defesa cívica não se limita a fluxogramas, a percursos pré-determinados com fases e etapas para a intervenção com as vítimas.

Sem o movimento cívico, os serviços tendem a tornarem-se em sistemas hierarquizados de prestação de apoio e muito frequentemente centrados em intervenções psicológicas ou mesmo psicopatológicas (Sullivan, 2006). Se o movimento cívico se abster de uma avaliação sistemática do seu papel e mantiver a sua capacidade para identificar as consequências não-intencionais das suas ações, mantém todo o seu potencial para proporcionar o reconhecimento, as reflexões e orientação no sentido de preservar a sua vitalidade (Lehrner & Allen, 2009).

Da análise de quarenta anos de contributos do movimento cívico das mulheres (Lehrner & Allen, 2009), as líderes

identificaram um conjunto de elementos-chave para re-energizar o movimento cívico de defesa das mulheres. As suas reflexões e preocupações focam-se no estado do movimento da violência doméstica contra as mulheres, sobre os desafios e dilemas do movimento das organizações cívicas e a sua relação com as entidades públicas e sobre o futuro do movimento na área da violência doméstica contra as mulheres.

Reconhece-se que o trabalho desenvolvido permanece integrado num movimento de mudança social, embora persistam divergências que suscitam o debate sobre a eficácia da resposta às situações de violência doméstica. O desenvolvimento de serviços e a subsequente profissionalização das respostas sociais às situações de violência doméstica resultaram num percurso de desenvolvimento paradoxal em amplitude e profundidade. O financiamento governamental de novos serviços e agências locais de resposta às situações de violência doméstica implicou a contratação de novas gerações de profissionais que tendem a não ter uma noção clara do movimento cívico na área da violência contra as mulheres, mas sim de um sistema de serviços multidisciplinares com respostas individuais para cada situação. A noção de movimento cívico tornou-se, desta forma, menos evidente na procura de respostas sociais mais abrangentes.

As mulheres líderes veteranas e com mais anos de experiência reconhecem que as respostas a problemáticas ainda mais específicas relacionadas com a violência contra as mulheres suscitaram novos desafios e a necessidade de dar resposta a outros fenômenos como o racismo, o etarismo, as situações de consumos, de ligação ao sistema judicial, a saúde mental ou a situação de sem-abrigo que redirecionam o foco no movimento cívico da violência contra as mulheres.

Por questões relacionadas com idade e/ou de posicionamento profissional ou sociopolítico, muitos profissionais perspetivam a Violência Doméstica contra as mulheres como um conjunto de respostas sociais e cingem a sua ação ao alertar as mulheres acerca das formas de prevenir as situações concretas de violência. Esta formulação acaba por desvanecer a distinção da Violência Doméstica contra as mulheres de quaisquer outras formas de violência na família. Retiram o componente de género das situações de Violência Doméstica e transformam-na num fenómeno que ocorre a nível individual sem quaisquer componentes de análise sociopolítica deste fenómeno.

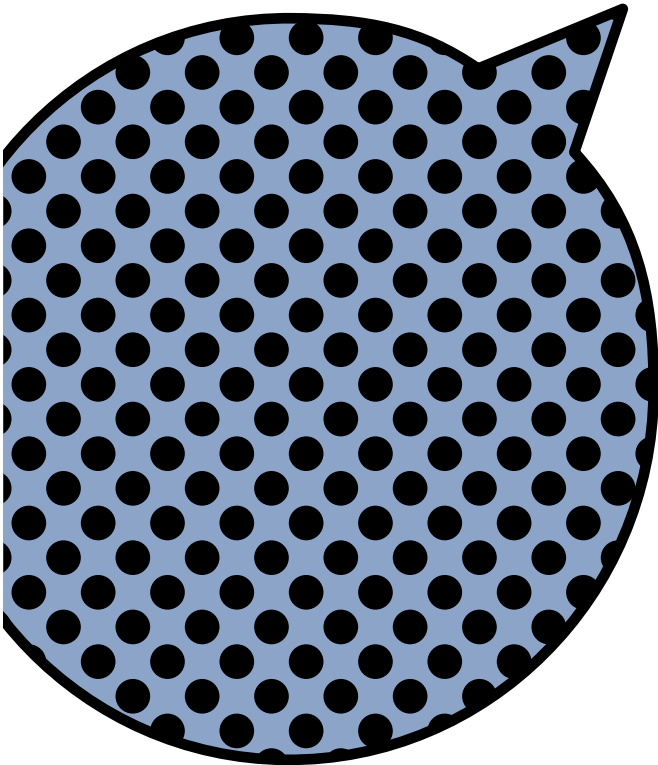
Se os serviços de apoio e resposta na área da Violência Doméstica se transformarem em serviços sociais como quaisquer outros que incluem o apoio em situações de crise incluindo a violação, com uma visão centrada exclusivamente na prestação de serviços, as dimensões de sensibilização da comunidade e de segurança, as prioridades de confidencialidade também tendem a ser secundarizadas e dada a prioridade aos números, aos descritivos de situações e à quantificação de serviços prestados.

Frequentemente são audíveis relatos de que as mulheres que são vítimas de Violência Doméstica têm baixa-auto-estima, depressão ou até que sofrem de masoquismo, mas nos relatos e narrativas na primeira pessoa os que se ouve das sobreviventes é que sentem não ter empowerment (empoderamento), não por sua causa, mas sobretudo por causa do contexto social em que se encontram. A grande mudança nesta área implica a modificação das condições estruturais para que as mulheres possam ter esferas mais abrangentes de poder e escolha e de acesso a recursos que lhes permitam mudar a sua situação (Sullivan, 2006).

Nota Especial: Se for sobrevivente reflita acerca dos indicadores de risco no seu percurso, mas não tem que necessariamente partilhá-los em grupo; essa é sempre uma opção que tem. Só partilha o que entender que quer partilhar, como e quando.

Realça-se que as pessoas são vítimas de uma situação que não provocaram, não pediram para que acontecesse e a mudança de perspectiva acontecerá se as vítimas conseguirem ultrapassar as situações de Violência Doméstica, se passarem a sobreviventes e, se for o seu entendimento, a ativistas e líderes neste movimento social de grande amplitude.

Para que as mulheres possam articular estes temas com outras mulheres e ter a clara noção de que este trabalho de defesa cívica tem características muito específicas e únicas, apresentamos agora exercícios de reflexão que pode ter lugar individualmente ou em grupo, que podem servir para se discutir acerca de situações que aconteceram consigo próprias ou na sua prática profissional e/ou cívica. Um exercício foca-se nos indicadores de violência interpessoal e/ou de violência doméstica e outro sobre a intervenção em situações de crise.



Exercício 4

A premissa para esta reflexão é a de que as sobreviventes de violência interpessoal e de violência doméstica são todas únicas, são pessoas diferentes, com experiências de vida diversificadas e com relacionamentos e interações muito diferenciadas com as pessoas que se tornam os seus agressores.

Neste sentido, é importante estar recetivo às características e circunstâncias individuais da sobrevivente com quem estamos a interagir. Ao mesmo tempo e, com a experiência acumulada, reconhecemos que existem algumas semelhanças nas dinâmicas e consequências experienciadas decorrentes de relacionamentos abusivos.

A seguir apresentamos um conjunto de fatores de risco face aos quais devemos estar alerta. A identificação destes fatores não indica que estamos necessariamente perante uma situação de violência doméstica e, pelo contrário a sua ausência não é necessariamente indicativo de que não há nenhuma forma de violência interpessoal ou de violência doméstica. Reflita individualmente ou promovam um debate em grupos acerca dos fatores que observaram ou experienciaram e partilhem as vossas observações e/ou comentários.

Fatores de Risco de Violência Interpessoal e Violência Doméstica

- ↳ A maioria das sobreviventes expressará algum nível de medo face ao seu parceiro/cônjuge/namorado/“amigo especial”, ou qualquer outra pessoa significativa na sua vida. Esse medo pode variar entre uma sensação geral de desconforto ou ansiedade, ao terror absoluto.
- ↳ Algumas sobreviventes podem parecer geralmente nervosas, inseguras, “ansiosas” com coisas que não se espera que causem tais sentimentos; p.e. fazer um telefonema a partir de casa, chegar atrasada ou deixar alguém saber que falaram consigo.
- ↳ Algumas sobreviventes terão ferimentos visíveis quando estão consigo, ou podem ter um histórico de “acidentes” ou outros ferimentos pouco ou mal explicados.

- ↳ Muitas sobreviventes revelam-se como sendo “incapazes” de manter aquele que se considera um grau normal de autonomia pessoal ou privacidade face ao seu relacionamento íntimo. Esta realidade pode emergir de diferentes formas; p.e. o parceiro intrrometer-se no trabalho de apoio e defesa cívica, podendo mesmo expressar muita preocupação com o bem-estar da sobrevivente, com diferentes níveis de persistência que possam sugerir sentimentos de medo de ser denunciado, de desespero, controlo ou raiva.
- ↳ Algumas sobreviventes não querer submeter-se às exigências ou propostas do seu parceiro agressor. Esse facto pode ocorrer até mesmo para coisas simples, como permissão para gastar uma pequena quantia em dinheiro, data e hora de seu próximo compromisso, quando tem acesso a transporte próprio, ou se pode comprar algo que um dos/as filhos/as precise.
- ↳ Há mulheres com histórico de abuso de substâncias que também têm histórico de violência interpessoal ou violência doméstica. O acesso às substâncias é, por vezes, a forma através da qual se estabelece a relação com o agressor. Outras vezes o uso de substâncias foi algo em que a sobrevivente foi forçada a participar, integrado numa forma de relação abusiva.
- ↳ Muitas sobreviventes terão apoio limitado fora de casa e podem reportar elevados níveis de stress nas suas vidas sem necessariamente identificar a fonte desse mesmo stress.
- ↳ Há sobreviventes que podem ter um histórico de repetidas separações e reconciliações com o parceiro e as separações decorrem de situações de violência e agressão.
- ↳ Algumas sobreviventes de violência doméstica podem mesmo apresentar-se como potenciais homicidas, sentindo e relatando que não têm outra maneira de escapar de mais danos face à situação de violência em que se encontram.

Exercício 5

A ideia de defensora cívica ou *advocate* pode desempenhar um papel crucial de fazer toda a diferença no desfecho das situações de violência interpessoal. A complexidade da intervenção nesta área implica que se possa ter oportunidade de estruturar o pensamento e a capacidade de agir em situações de crise. A seguir apresentam-se os seis passos para a intervenção numa situação de crise que podem fazer toda a diferença.

Os Seis Passos para a Intervenção em Situações de Crise são:

- 1 Defina o problema – Definir de forma clara e sucinta (por poucas palavras, do que se trata concretamente a situação).
- 2 Garanta a segurança da pessoa – Tenha em consideração os fatores de risco objetivos, nomeadamente a proximidade da pessoa agressora, que a pessoa está num contexto em que pode falar sem correr risco ou perigo de ser agredida.
- 3 Forneça apoio emocional, dando à pessoa tempo para falar. Recolher informação a partir da perspetiva da pessoa é fundamental para a defesa cívica. Utilizar o mais possível as palavras exatas proferidas pela pessoa envolvida na situação de violência interpessoal.
- 4 Perspetive e analise alternativas com a pessoa.
- 5 Faça um plano colaborativo de ação com base nas prioridades identificadas.
- 6 Obtenha um compromisso e uma divisão clara dos papéis a desempenhar por cada uma das partes.

Exemplos para Reflexão; Discussão e Planejamento da Intervenção

- A** Você chega na casa da mulher que pediu ajuda e intervenção numa situação de violência. Ela está a chorar imenso e a tremer. Diz-lhe que seu ex-namorado acabou de sair, que ameaçou matá-la se ela não voltasse para ele imediatamente.

①

②

③

④

⑤

⑥

- B** Você liga para fazer o ponto de situação com a pessoa que já está a acompanhar para partilhar as informações que tinha ficado de pesquisar acerca de opções de trabalho disponíveis de imediato. Ela diz que acabou de chegar de uma consulta médica e descobriu que estava grávida. Começa a chorar e diz que não sabe o que fazer, porque essa era a última coisa que ela esperava ouvir do médico.

①

②

③

④

⑤

⑥

- C** A mulher que está a acompanhar liga-lhe à meia-noite de um telefone público. Diz que acabou de ser expulsa do apartamento e não tem para onde ir. Usou as últimas moedas para ligar e não tem dinheiro nenhum, nem para o transporte.

1

2

3

4

5

6

- D** Durante a sessão com uma mulher, sente que ela está a agir de forma estranha, ausente e não como ela mesma nas situações habituais. Está muito quieta e responde às suas perguntas com respostas de uma palavra apenas. Pergunta-lhe o que está a incomodar e diz-lhe que a mãe acabou de ser diagnosticada com cancro terminal e tem apenas alguns meses de vida.

1

2

3

4

5

6



Implementação e Avaliação da Rede Pares

5

Implementação e Avaliação da Rede Pares

A REDE PARES foi implementada a partir de outubro de 2020 e a proposta inicial de núcleos presenciais foi adaptada a um formato on-line que decorreu da situação de pandemia. Considera-se que este constrangimento se transformou num valor acrescentado por permitir congregar num mesmo espaço virtual mulheres com uma maior diversidade de proveniências, objetivos e experiências, mas que introduz uma maior complexidade no processo de construção da rede. O grupo delineou o seguinte conjunto de linhas orientadoras base para o trabalho em grupo:

Histórias/Narrativas Individuais

Focadas na/as Experiência/as

Informação Partilhada

Orientada para Soluções

Qualidade do Suporte

O Papel dos Profissionais

(A Pertinência do Plano de Intervenção e a Defesa Cívica)

Acesso a Recursos

Informação; Procedimentos; Discurso e Práticas

Utilização das Redes Sociais

Como Veicular a Informação Mais Importante

Em primeiro lugar, a autenticidade e o reconhecimento da experiência, focada nos contributos individuais considerando os diferentes contextos territoriais em que as participantes se encontram. A distribuição neste formato permite uma maior abrangência territorial, incluindo espaços eminentemente urbanos, mistos com componentes rurais e urbanos e espaços rurais, bem como mulheres residentes em Portugal e com experiência de imigração. A segunda linha de orientação configurou a caracterização das situações e a informação partilhada acerca de como conseguiram ultrapassar as situações de violência e como consideram estar ou não numa situação de segurança. Um terceiro elemento está associado à qualidade e à aliança com os profissionais de suporte incluindo a pertinência dos planos de intervenção e a defesa cívica experienciada na sua relação com profissionais e com a rede de recursos da comunidade onde estão inseridas.

Outra linha orientadora está relacionada com o seu acesso a recursos ou a informação, os procedimentos, a linguagem e ainda as experiências com as práticas dos profissionais. Finalmente foi discutida a questão da utilização das redes sociais, a privacidade.

A sistematização das narrativas veiculadas e de toda a informação experiencial tem vindo a ser sistematizada através dos encontros mensais on-line, tendo sido o momento mais pertinente para o evento mensal escolhido pelas participantes que foi às 20.00 horas. Foi dado suporte para que todas as participantes se familiarizassem com a plataforma de comunicação, componente crucial para que a reunião pudesse ter lugar. Importa também enfatizar que as participantes têm inteira liberdade de manter aberta ou fechada a câmara da plataforma de comunicação selecionada.



1. Printscreens de um encontro on-line

A partir da informação recolhida foi possível identificar quais são ou devem ser as características de uma rede de autorrepresentantes e como organizar a dinâmica da rede em torno de quatro elementos-chave a partir dos quais se estrutura o conteúdo, a relevância e a pertinência da Rede de Pares. Os domínios identificados centram-se no conhecimento alcançado a partir da experiência, nas opiniões e observações acerca da eficácia dos serviços e apoios recebidos, na articulação entre os vários setores de serviços relevantes para a pessoa sobrevivente e ainda que lições se podem aprender para que situações futuras de violência possam ser prevenidas.

No que concerne o conhecimento, os elementos essenciais identificados foram: (a) O empoderamento nos processos de tomada de decisão; b) a informação sobre direitos; c) a confiança nos suportes e serviços disponibilizados; d) o papel desempenhado pelas Associações; e) o acesso e regularização da documentação que se torna crucial na situação das mulheres migrantes.

No que diz respeito ao empoderamento e o reconhecimento da validade das decisões, as participantes da Rede Pares enfatizaram a importância da valorização das decisões e a valorização das mulheres, que se centram em quando pedem ajuda, receberem a ajuda certa, a importância da sua força de vontade, serem apoiadas quando querem agir, fazer mudanças e não recuar. As participantes referem a importância de “ser guerreira... não desistir!!” (L, 2021). Temos que ter a consciência que “é preciso muita coragem para fazer denúncias.” (A., 2021). As participantes referiram com muita frequência que “o trabalho e a educação são uma forma de libertação de relações de agressão”. “Precisamos de conseguir procurar e ter trabalho para podermos alcançar a nossa autonomia.” (F., 2022).

Associado ao processo de tomada de decisões está o aspeto da informação sobre direitos e procedimentos. As participantes referem que o desconhecimento da legislação e dos direitos, como por exemplo, não saber como se deve proceder para fazer uma denúncia, “Não sabia como poderia fazer uma denúncia...não sabia a quem devia recorrer.” (F. 2022), por sentirem que há muitas barreiras no acesso à informação “a informação não flui para as pessoas” (J., 2021). A questão mais importante para as mulheres participantes e mais vezes referida e com impacto nas decisões é o medo de perder os filhos, “o meu maior medo era perder as minhas filhas” (L., 2020) ...“os meus três filhos têm idades diferentes, o meu pânico era separar-me deles, não podia deixar que isso acontecesse, por isso aguentei mais violência e só saí quando soube que conseguia manter-me com os meus filhos!”(F. 2021).

O suporte e a confiança emerge também como um elemento essencial, ter uma rede de suporte em quem “se possa confiar é essencial para podermos sobreviver às dificuldades que temos que enfrentar todos os dias” (S. 2021). Se não fossem os amigos que tenho e a minha vizinha que é como uma segunda mãe para os meus filhos...não conseguíamos sobreviver a isto tudo! (F., 2020)... “Cheguei a estar eu sem abrigo...a dormir na escada da casa onde

ficavam as minhas filhas, só mais tarde consegui ficar em casa de uma pessoa conhecida, foi a confiança e a fé que me ajudaram a ultrapassar todas estas barreiras...mas sofri muito! (L., 2021). A minha fé...a minha religião ajudou-me muito porque me ajudou a acreditar que era capaz de não estar sempre a chorar e que tinha que fazer algo por mim e pelos meus filhos, tinha que ter confiança em mim e em que me tentava ajudar. Uma coisa importante quando estava num local o apoio não era o que eu precisava, mas quando mudei para aqui foi tudo diferente; há muitas diferenças e os profissionais fazem mesmo a diferença na nossa vida!” (A. 2020). “Para mim foi muito importante conhecer outras mulheres na mesma situação e reconhecer que o que me aconteceu, que eu não identificava como sendo uma situação de abuso e violência, não era uma situação única e que era de facto um crime! Ainda estou a processar tudo o que me aconteceu (S. 2022).

O papel desempenhado pelas Associações de apoio revela-se como crucial para as mulheres sobreviventes, sobretudo para reconhecer a complexidade dos desafios, são muitos os aspetos envolvidos nas situações de violência. “as Associações não deixam mulheres sós... acompanham-nos nos tribunais. É muito importante, porque muitas vezes não acreditam na nossa palavra! (S. 2022). As técnicas são pilares fundamentais na nossa vida, porque a sua disponibilidade faz-nos sentir mais confiantes e que podemos acreditar em nós próprias (A., 2021). O apoio da Associação tem sido fundamental para mim, porque sei que querem fortalecer a nossa família e que nos querem manter juntos, isto para mim é absolutamente fundamental...não sentir que me querem tirar os meus filhos! (F, 2021)

Finalmente, a questão do acesso à documentação focada sobretudo nas mulheres com experiência de migração, independentemente do país de origem, as participantes, em diversos momentos, referiram a natureza absolutamente crucial da documentação, sem a qual não têm a possibilidade de promover a sua autonomia.

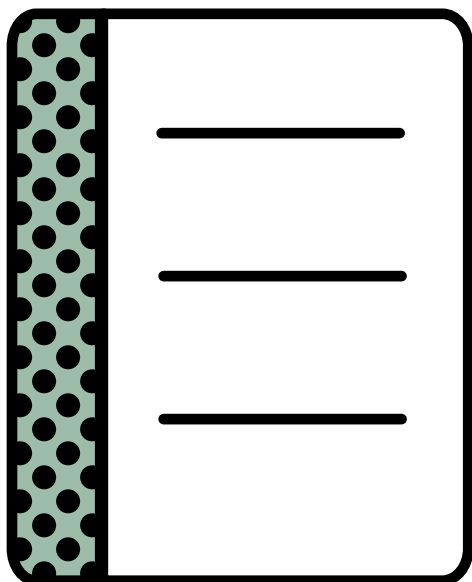
No domínio da eficácia dos serviços, as sobreviventes refletem sobre o papel de vítima passiva a protagonista da sua própria história e da importância que esse fator tem nas suas vidas. Reportam com cautela e “sem querer ferir ninguém” (F.20201), a violência institucional, o facto de não serem ouvidas nas estruturas ou que ter que contar a mesma história vezes sem conta e ser “descredibilizada, porque não contou exatamente da mesma forma” (A., 2021). As respostas dos serviços apresentam diversos desafios. Os

estereótipos sobre as sobreviventes que, estando presentes, têm graves e profundas implicações na forma como os serviços são experienciados. As participantes relataram que desistiram de queixas, porque “ não acreditaram em mim!” ...” parecia que não me queriam ouvir!” (F.2022).

Sobre as necessidades e recursos um dos pontos essenciais é o da conjugação da ação entre os vários setores a intervir nesta área. As mulheres referem como fundamentais os seguintes elementos:

- A** O papel das forças policiais e a interação com a justiça para permitir resultados mais promotores de justiça. “Na minha situação o pai nunca mais quis saber das filhas quando terminou a relação...fiquei sem apoio nenhum com duas recém-nascidas” ... “até hoje nunca consegui que nos apoiasse!...estes processos judiciais são demasiado longos.” (L., 2021). Se uma mulher reage à violência, tudo muda em Tribunal “Vi um processo anulado, para minha surpresa, porque tinha reagido à violência. (A. 2020). “Fazer queixa é mesmo um único recurso, porque às vezes os polícias veem as nossas queixas como algo absolutamente banal, por isso temos que ter muita coragem para denunciar, sobretudo logo a seguir às agressões.” (F. 2022).
- B** As mulheres reportam as incongruências e a falta de uniformidade nas orientações quanto a procedimentos, por um lado e, por outro a ação baseada em fluxogramas com argumentos como “primeiro vai para a casa-abrigo e só depois é que vai para uma casa (FT, 2021).”
- C** A distinção das intervenções quando as mulheres estão em absoluta situação de crise sem acesso aos recursos mais básicos e as situações em que estão numa circunstância de maior capacidade de decidir e de agir de acordo com as suas capacidades; “sentimos que há muito descrédito em relação a nós!” (A., 2021).
- D** As questões das mulheres são específicas, às vezes parece que os serviços acham que a violência é geral e “não importa a questão do género, acho isso mal, assim sofremos ainda mais!” (J. 2022).

- E** As situações difíceis no contexto das Casas Abrigo e nas respostas de emergência prejudicam-nos muito “ficamos sem saber o que vai acontecer a seguir...perdemos toda a nossa capacidade de decisão...não temos dinheiro, não temos nada, nem energia!” (F.2021). “Ao ficarmos em casa abrigo ficamos sem emprego e acesso a outros recursos.” (A., 2021). O funcionamento do sistema está dependente da apreciação técnica das situações e da disponibilidade de recursos. Precisamos de ter mais capacidade de agir para resolver os problemas que as mulheres enfrentam.
- F** “Acabar com a violência contra as mulheres implica uma grande mudança no Estado, mas também é um desafio para os técnicos que às vezes também ficam em situações de insegurança.” (F. 2021)
- G** Sobre a necessidade de acesso a recursos efetivamente úteis e relevantes é recorrente e crucial que os serviços articulem efetivamente entre si “para não andarmos de um lado para o outro...sem saber o que vai ser a seguir!” (A., 2021). “Quando as situações de violência acontecem no estrangeiro, precisamos muito de apoio claro, incluindo financeiro, das instâncias consulares” (S., 2022). Faltam muitos recursos de apoio financeiro e habitacional no realojamento das sobreviventes e os seus filhos.”; “...são necessárias soluções habitacionais de carácter permanente (F, 2021);



No âmbito do domínio da Prevenção, constata-se que as mulheres sobreviventes identificam três grandes domínios de orientação para o futuro, e que são as oportunidades de trabalho, o bem-estar e o desenvolvimento dos filhos e a atenção que deve ser dada ao trabalho. As ideias mais recorrentes apresentadas estão relacionadas com o facto de que as mulheres reconhecem que “a violência se estende também aos filhos e vê-los felizes contribui muito para a nossa sensação de segurança!” ou “sei que continuo a olhar por cima do ombro quando ando na rua...mas temos que seguir em frente e viver a minha vida...tenho o meu trabalho e assim posso cuidar a minha filha.” Precisamos de ter acesso a melhorar a nossa educação, porque acho que a Educação funciona como um passaporte social...precisamos dos nossos diplomas em ordem (F., 2020). Sobre o facto da história individual poder integrar ações de sensibilização e de prevenção para outras mulheres que possam estar a viver ou que possam vir a viver situações de violência, as mulheres reportaram “se a minha história for útil para outras mulheres e outras jovens não terem que passar o que passei, sofrer o que sofri, os danos físicos que tenho, as dores que sinto por ter sido violentamente agredida e o sofrimento por que passei e ainda passo, conto...conto... conto quantas vezes for preciso.”(D., 2022) ou “não quero ser nem vítima, nem sobrevivente...já consigo falar sem chorar...está no passado, mas tenho muito para dizer...quero ser ativista, participar, dizer o que penso!” (A., 2022)



Reflexões Conclusivas

Reflexões Conclusivas

A partir dos vários componentes constantes do presente manual, podemos concluir que Portugal não é exceção em relação ao esforço dos vários sistemas no reconhecimento e na implementação de uma miríade de serviços e suportes dispersos territorialmente para apoiar mulheres sobreviventes de violência.

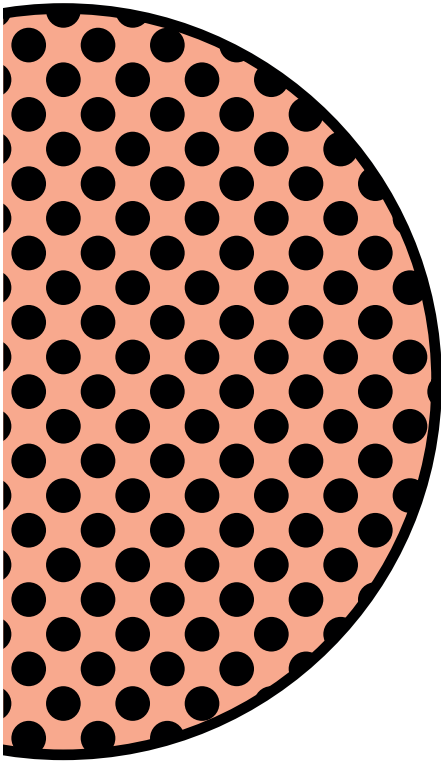
A diversidade de serviços, agências e redes locais de intervenção existem e estão a procurar dar respostas às mulheres sobreviventes, no entanto persistem dificuldades de interação e articulação entre os vários sistemas que na perspetiva das sobreviventes reiteram situações de injustiça e desigualdade e mesmo a capacidade de proteção e prevenção da Violência Doméstica contra as mulheres.

A mudança social com o propósito último de promover a justiça deve incluir a prioridade conferida à liderança das pessoas mais afetadas pela injustiça e desigualdade para promover mudanças estruturais e nos sistemas que possam apoiar comunidades inclusivas e saudáveis (Wolff et al. 2017).

Para que estas mudanças possam ter lugar numa perspetiva de sustentabilidade, precisamos reconhecer a natureza estrutural e civilizacional dos fenómenos associados à incidência e prevalência da violência contra as mulheres em todas as suas formas; introduzir uma abordagem de Desenvolvimento abrangente orientada para as comunidades e para os territórios para, em parceria focar a atenção acerca de como o fenómeno da violência se expressa no contexto com a devida alocação de recursos e finalmente envolver a comunidade numa estratégia intencional e como parte integrante do processo de mudança.

No sentido de podermos analisar a cada passo o desenvolvimento da REDE de PARES, considera-se fundamental a capacidade de analisar e avaliar o percurso conjunto desenvolvido, através dos vários componentes que pode e deve ter uma rede. Embora a avaliação possa parecer algo que exige tempo e espaço para se refletir considera-se fundamental para sistematizar e organizar de forma clara os argumentos mais relevantes para apoiar a formação e contribuir para o desenvolvimento de políticas que sejam efetivamente relevantes e úteis para as mulheres poderem ultrapassar as dificuldades e as barreiras resultados dos seus percursos no âmbito de relações interpessoais abusivas.

Deste modo, para que uma rede possa efetivamente cumprir aquilo a que se propõe (Wolff, 2010), é necessário que se tenham em consideração aspetos como a capacidade de gerar uma visão conjunta, de promover a liderança, proporcionar uma estrutura que pode ter uma dimensão presencial ou utilizar as tecnologias ou plataformas on-line, promover uma boa comunicação e atividades coerentes entre os membros, estar orientada para produzir resultados e ser capaz de avaliar a forma como funciona internamente, mas também como promove estratégias de mudança social que beneficiem, por um lado, os seus membros, mas também a comunidade em geral. Na ficha “Avaliação de Redes e Parcerias Comunitárias” (adaptada de Wolff, 2010), apresentamos uma proposta de análise detalhada do trabalho em parceria com elementos quantitativos e qualitativos que podem ser relevantes para analisar a viagem das REDE de PARES a nível local e/ou nacional. Estes elementos poderão ser utilizados no seu todo ou em parte, de acordo com os objetivos de cada um/a dos/as utilizadores/as. Com este conjunto de elementos informativos e de aprofundamento da reflexão conjunta, contamos poder contribuir para que mais mulheres sobreviventes e profissionais aprofundem os laços de colaboração e de ativismos para contrapor a violência contra as mulheres em todas as suas formas.





Referências Bibliográficas

the 1990s, the number of people in the world who are poor has increased from 1.2 billion to 1.6 billion.

There are a number of reasons why the number of people in the world who are poor has increased. One reason is that the world's population has grown rapidly. Another reason is that the world's economy has not grown fast enough to keep pace with the population growth. A third reason is that the world's resources are being used up too fast.

There are a number of things that we can do to help reduce the number of people in the world who are poor. One thing we can do is to help the world's economy grow faster. Another thing we can do is to help the world's resources last longer. A third thing we can do is to help the world's population grow more slowly.

There are a number of things that we can do to help the world's economy grow faster. One thing we can do is to help the world's countries trade more with each other. Another thing we can do is to help the world's countries invest in each other. A third thing we can do is to help the world's countries improve their infrastructure.

There are a number of things that we can do to help the world's resources last longer. One thing we can do is to help the world's countries conserve their resources. Another thing we can do is to help the world's countries use their resources more efficiently. A third thing we can do is to help the world's countries find new sources of resources.

There are a number of things that we can do to help the world's population grow more slowly. One thing we can do is to help the world's countries improve their health care. Another thing we can do is to help the world's countries improve their education. A third thing we can do is to help the world's countries improve their family planning.

There are a number of things that we can do to help the world's population grow more slowly. One thing we can do is to help the world's countries improve their health care. Another thing we can do is to help the world's countries improve their education. A third thing we can do is to help the world's countries improve their family planning.

There are a number of things that we can do to help the world's population grow more slowly. One thing we can do is to help the world's countries improve their health care. Another thing we can do is to help the world's countries improve their education. A third thing we can do is to help the world's countries improve their family planning.

There are a number of things that we can do to help the world's population grow more slowly. One thing we can do is to help the world's countries improve their health care. Another thing we can do is to help the world's countries improve their education. A third thing we can do is to help the world's countries improve their family planning.

There are a number of things that we can do to help the world's population grow more slowly. One thing we can do is to help the world's countries improve their health care. Another thing we can do is to help the world's countries improve their education. A third thing we can do is to help the world's countries improve their family planning.

There are a number of things that we can do to help the world's population grow more slowly. One thing we can do is to help the world's countries improve their health care. Another thing we can do is to help the world's countries improve their education. A third thing we can do is to help the world's countries improve their family planning.

There are a number of things that we can do to help the world's population grow more slowly. One thing we can do is to help the world's countries improve their health care. Another thing we can do is to help the world's countries improve their education. A third thing we can do is to help the world's countries improve their family planning.

Referências Bibliográficas

- ↳ Aghtaie, N., & Gangoli, G. (Eds.). (2014). *Understanding Gender Based Violence: National and international contexts* (1st ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203799147>
- ↳ Allen & Sullivan. (2022). *Workshop on Community-based approach for Interpersonal Violence advocates: Thinking comprehensively about survivors lives.*
- ↳ Allen, N.E.; Todd, N.; Anderson, C.J.; Davis, S.M.; Javdani, S.; Bruehler, V.; Dorsey (2013) *Council-Based Approaches to Intimate Partner Violence: Evidence for Distal Change in the System Response* *American Journal of Community Psychology* 52(1), DOI:10.1007/s10464-013-9572-8
- ↳ Andersen, R.A. (2005). *Algal Culturing Techniques*. Elsevier Academic Press.
- ↳ Apgar, M.J., Mustonen, T., Lovera, S., & Lovera, M. (2016). *Moving Beyond Co-Construction of Knowledge to Enable Self Determination.* *Institute of development studies*, 47(6), 55- 72. <https://opendocs.ids.ac.uk/opendocs/handle/20.500.12413/12746>
- ↳ Cardoso & Ornelas (2022) *As mudanças na Violência Doméstica em Portugal (In Press)*
- ↳ Catlett, B. S., Toews, M. L., & Walilko, V. (2010). *Men's gendered constructions of intimate partner violence as predictors of court-mandated batterer treatment drop out.* *American Journal of Community Psychology*, 45(1-2), 107-123. <https://doi.org/10.1007/s10464-009-9292-2>
- ↳ Cattaneo, L. B., & Chapman, A. R. (2010). *The process of empowerment: A model for use in research and practice.* *American Psychologist*, 65(7), 646-659. <https://doi.org/10.1037/a0018854>
- ↳ Cattaneo, L. B., & Goodman, L. A. (2010). *Through the lens of therapeutic jurisprudence: The relationship between empowerment in the court system and well-being for intimate partner violence victims.* *Journal of Interpersonal Violence*, 25(3), 481-502. <https://doi.org/10.1177/0886260509334282>

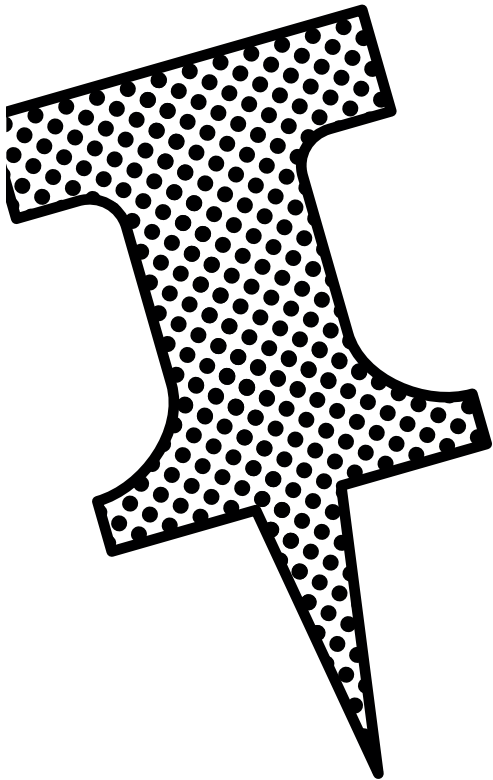
- ↳ Cattaneo, L. B., & Goodman, L. A. (2015). What is empowerment anyway? A model for domestic violence practice, research, and evaluation. *Psychology of Violence*, 5(1), 84–94. <https://doi.org/10.1037/a0035137>
- ↳ Comissão para a Cidadania e a Igualdade de Género (2013). *AGENDA GLOBAL N.º 6- Estratégias Internacionais para a Igualdade de Género: A Plataforma de Ação de Pequim (1995-2005)*. <https://plataformamulheres.org.pt/site/wp-content/ficheiros/2016/01/Plataforma-Accao-Pequim-PT.pdf>
- ↳ Crenshaw, K. (1991). Mapping the Margins: Intersectionality, Identity Politics, and Violence against Women of Color. *Stanford Law Review*, 43(6), 1241–1299. <https://doi.org/10.2307/1229039>
- ↳ Donnelly, D.A., Cook, K.J., van, A.D., & Foley, L. (2005). White Privilege, Color Blindness, and Services to Battered Women. *Violence Against Women*, 11(1), 6-37. doi:10.1177/1077801204271431
- ↳ Donnelly, D.A., Cook, K.J., Wilson, L.A. (1999). Provision and Exclusion: The Dual Face of Services to Battered Women in Three Deep South States. *Violence Against Women*, 5(7), 710-741. doi:10.1177/10778019922181455
- ↳ Esposito, F. & Kellezi, B. (2020). Border violence, migrant resistance, and acts of solidarity at individual, collective, and community levels: Critical reflections from a Community Psychology perspective. *Community Psychology in Global Perspective*, 1(6), 1-16. <http://siba-ese.unisalento.it/index.php/cpgp/article/view/21829>
- ↳ Esposito, F., Ornelas, J., Scirocchi, S., & Arcidiacono, C. (2019). Voices from the inside: Lived experiences of women confined in a detention center. *Signs*, 44(2), 403-431. doi:0.1086/699344
- ↳ Fleury, R. E., Sullivan, C. M., & Bybee, D. I. (2000). When ending the relationship does not end the violence: Women's experiences of violence by former partners. *Violence Against Women*, 6(12), 1363–1383. <https://doi.org/10.1177/10778010022183695>

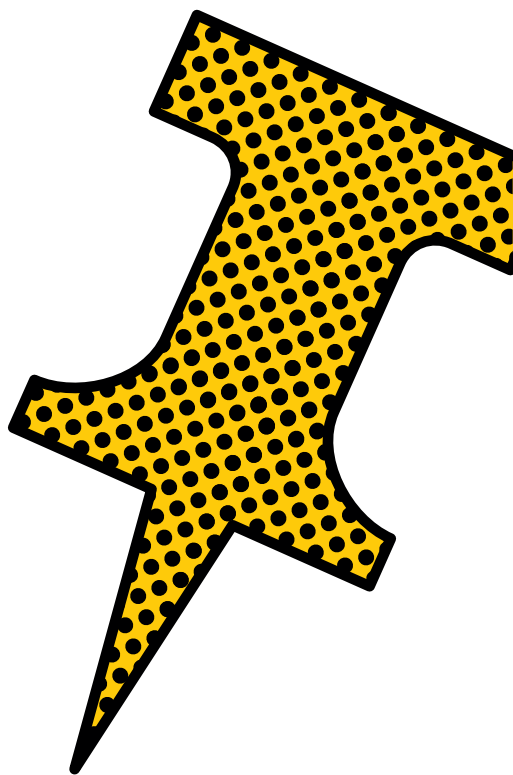
- ↳ Goodman, L. A., & Epstein, D. (2008). *Listening to battered women: A survivor-centered approach to advocacy, mental health, and justice*. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/11651-000>
- ↳ Green, L. & Kreuter, M. (2005). *Health program planning: An educational and ecological approach*. 4th Edition, McGraw Hill, New York.
- ↳ Gregory, K., Nnawulezi, N., & Sullivan, CM. (2021) Understanding How Domestic Violence Shelter Rules May Influence Survivor Empowerment. *J Interpers Violence*, 36 (1-2). doi: 10.1177/0886260517730561.
- ↳ Himmelman, AT. (2001). *On coalitions and the transformation of power relations: collaborative betterment and collaborative empowerment*. *American Journal of Community Psychology*, 29(2), 277-84. <https://doi.org/10.1023/A:1010334831330>
- ↳ Horner, L. (2016) Co-Constructing Research: A Critical Literature Review. Moray House School of Education and Sport; *Research output: Book/Report › Commissioned report* <https://www.research.ed.ac.uk/en/publications/co-constructing-research-a-critical-literature-review>
- ↳ Kasturirangan, A. (2008). Empowerment and programs designed to address domestic violence. *Violence Against Women*, 14(12), 1465–1475. <https://doi.org/10.1177/1077801208325188>
- ↳ Larsen, A.K, Sewpaul, V., & Hole, G.O. (2014). *Participation in Community Work International Perspectives* (1st ed.). Routledge. <https://www.routledge.com/Participation-in-Community-Work-International-Perspectives/Larsen-Sewpaul-Hole/p/book/9780415658423>
- ↳ Lehrner, A., & Allen, N. E. (2009). Still a movement after all these years? Current tensions in the domestic violence movement. *Violence Against Women*, 15(6), 656-677. <https://doi.org/10.1177/1077801209332185>
- ↳ Lempert, L. B. (1996). Women's strategies for survival: Developing agency in abusive relationships. *Journal of Family Violence*, 11(3), 269–289. <https://doi.org/10.1007/BF02336945>

- ↳ McFarlane, J., Campbell, J. C., & Watson, K. (2002). Intimate partner stalking and femicide: Urgent implications for women's safety. *Behavioral Sciences & the Law*, 20(1-2), 51-68. <https://doi.org/10.1002/bsl.477>
- ↳ Menon, S. & Allen, N. (2020). Community Organizing and Transformative Change in the Response to Domestic Violence in India. *American Journal of Community Psychology*, 66(1-2), 106-118. <https://doi.org/10.1002/ajcp.12427>
- ↳ Menon, S.V., & Allen, N. (2020). Community Organizing and Counter Narratives in the Response to Domestic Violence in India. *American Journal of Community Psychology*, 67(1-2), 184-194. <https://doi.org/10.1002/ajcp.12426>
- ↳ W.R. Miller, J. C'de Baca, D.B. Matthews, P.L. (2001) Values Cards Willbourne University of New Mexico, https://motivationalinterviewing.org/sites/default/files/valuescardsort_0.pdf
- ↳ Nnawulezi, N. A., & Sullivan, C. M. (2014). Oppression within safe spaces: Exploring racial microaggressions within domestic violence shelters. *Journal of Black Psychology*, 40(6), 563-591. <https://doi.org/10.1177/0095798413500072>
- ↳ Oakley, A. (1972). *Sex, Gender and Society*. London: Temple Smith.
- ↳ Ornelas, J. (2008). *Psicologia Comunitária*. Lisboa: Fim de Século
- ↳ Plataforma de Acção de Pequim (1995). <https://plataformamulheres.org.pt/projectos/platacaopequim/>
- ↳ Rede Pares (2021/2022). Transcrição de reuniões do projeto Rede de Pares.
- ↳ Resolução da AR n.º 4/2013, de 21 de Janeiro. https://www.pgdlisboa.pt/leis/lei_mostra_articulado.php?nid=1878&tabela=leis

- ↳ Safe Haven Shelter for Battered Women, Duluth, Minnesota (2003). Based on Humboldt Women for Shelter, Eureka, California (handout), with revisions by EWAR 1991. Alexandra House Advocate Training manual, Alexandra House, a Shelter for Battered Women and their Children, Blaine, Minnesota.
- ↳ Saltzman, L.E., Fanslow, J.L., McMahon, P.M., & Shelley, G. A.; (1999/2002). *Intimate partner violence surveillance : uniform definitions and recommended data elements. Version 1.0*. National Center for Injury Prevention and Control (U.S.). Division of Violence Prevention. <https://stacks.cdc.gov/view/cdc/7537>
- ↳ Smyth, K. F., Goodman, L., & Glenn, C. (2006). The full-frame approach: A new response to marginalized women left behind by specialized services. *American Journal of Orthopsychiatry*, 76(4), 489–502. <https://doi.org/10.1037/0002-9432.76.4.489>
- ↳ Stark, E. (2007). *Coercive control: How men entrap women in personal life*. Oxford University Press.
- ↳ Sullivan, C. (2006). Women and men in management. *Gender and Work Organization*, 13(1), 96-98. https://doi.org/10.1111/j.1468-0432.2006.00298_1.x
- ↳ Sullivan, C.M., & Bybee, D. (1999). Reducing Violence Using Community-Based Advocacy for Women With Abusive Partners. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 67(1), 43-53. doi:10.1037/0022-006X.67.1.43
- ↳ Thomas, K. A., Goodman, L., & Putnins, S. (2015, January 12). "I Have Lost Everything": Trade-Offs of Seeking Safety From Intimate Partner Violence. *American Journal of Orthopsychiatry*. Advance online publication. <http://dx.doi.org/10.1037/ort0000044>
- ↳ UN Women (2020). Annual Report 2019–2020. <https://www.unwomen.org/en/digital-library/publications/2020/06/annual-report-2019-2020>
- ↳ Vargas-Moniz, M.J., & Morgado, J. (2010). Parcerias e coligações comunitárias: Potencialidades e desafios na criação. *Análise Psicológica*, 28(3), 395-409. <https://doi.org/10.14417/ap.297>

- ↳ W.R. Miller, J. C'de Baca, D.B. Matthews, P.L. (2001). Wilbourne University of New Mexico, https://motivationalinterviewing.org/sites/default/files/valuescardsort_0.pdf
- ↳ West C, Fenstermaker, (1995) S. REPLY: (Re) Doing Difference. *Gender & Society*, 9(4), 506-513. doi:10.1177/089124395009004012
- ↳ West, C., & Zimmerman, D.H. (1987) Doing Gender. *Gender & Society*, 1(2), 125-151. doi:10.1177/0891243287001002002
- ↳ Wolff T., (2010) The power of collaborative solutions: Six principles and effective tools for building healthy communities. San Francisco: Jossey-Bass
- ↳ Zimmerman, M.A. (2000). Empowerment Theory. In: Rappaport, J., Seidman, E. (eds) *Handbook of Community Psychology*. Springer, Boston, MA. https://doi.org/10.1007/978-1-4615-4193-6_





Anexos

Anexo I

Valores Pessoais Baralho de Cartas

W.R. Miller, J. C'de Baca, D.B. Matthews, P.L. Wilbourne
University of New Mexico, 2001

Importante
para Mim

Aceitação
Ser aceite como sou.

Muito Importante
para Mim

Precisão
Ser preciso/a nas minhas opiniões e crenças.

Não é Importante
para Mim

Realização
Alcançar objetivos importantes.

Aventura
Ter experiências novas e entusiasmantes.

Atratividade
Ser fisicamente atraente.

Autoridade
Ser encarregue e responsável por outros.

Autonomia
Ser autodeterminado/a e independente.

Beleza
Apreciar a beleza ao meu redor.

Cuidado
Cuidar de outros.

Desafio
Enfrentar problemas e tarefas difíceis.

Mudança
Ter uma vida repleta de mudança e variedade.

Conforto

Ter uma vida agradável e confortável.

Compromisso

Assumir compromissos significativos e duradouros.

Compaixão

Sentir e agir de acordo com os outros.

Contribuição

Realizar uma contribuição a longo termo no mundo.

Cooperação

Trabalhar em colaboração com outros.

Cortesia

Ser atencioso/a e educado/a para os outros.

Criatividade

Ter ideias novas e originais.

Dependabilidade

Ser confiável e fidedigno/a.

Dever

Cumprir os meus deveres e obrigações.

Ecologia

Viver em harmonia com o ambiente.

Entusiasmo

Ter uma vida repleta de emoções e intensidade.

Lealdade

Ser leal e verdadeiro/a nos relacionamentos.

Fama

Ser conhecido/a e reconhecido/a.

Importante
para Mim

Muito Importante
para Mim

Não é Importante
para Mim

Família

Ter uma família feliz, afetuosa.

Fitness

Ser forte e estar fisicamente em forma.

Flexibilidade

Ajustar-se facilmente a novas circunstâncias.

Perdão

Ser benévolo/a em relação aos outros.

Amizade

Ter amigos próximos, solidários.

Divertimento

Brincar e divertir-se.

Generosidade

Dar o que tenho a outros.

Genuinidade

Agir de forma genuína em relação a mim mesmo/a.

A Vontade de Deus

Procurar e obedecer à vontade de deus.

Crescimento

Continuar a mudar e a crescer.

Saúde

Ser saudável e estar bem fisicamente.

Auxílio

Ser prestável para os outros.

Honestidade

Ser honesto e verdadeiro.

Esperança

Manter uma perspectiva positiva e otimista.

Humildade

Ser modesto e simples.

Humor

Ver o meu lado engraçado e o do mundo.

Independência

Ser livre de depender dos outros.

Atividade

Trabalhar bem e arduamente nas minhas tarefas de vida.

Paz Interior

Experienciar paz pessoal.

Intimidade

Compartilhar as minhas experiências mais íntimas com outros.

Justiça

Promover tratamento igual e justo para todos.

Conhecimento

Aprender e contribuir com conhecimento útil.

Lazer

Ter tempo para relaxar e desfrutar.

Amada/o

Ser amado/a pelos que me são próximos.

Carinhoso/a

Dar amor aos outros.

Domínio

Ser competente nas minhas atividades do cotidiano.

Importante
para Mim

Muito Importante
para Mim

Não é Importante
para Mim

Mindfulness

Viver com consciência e atenção no momento presente.

Moderação

Evitar excessos e encontrar um meio-termo.

Monogamia

Ter uma relação próxima e amorosa.

Inconformidade

Questionar e desafiar as normas e autoritarismo.

Cuidar

Cuidar e tomar conta de outros.

Abertura

Estar aberto/a a novas experiências, ideias e opções.

Ordem

Ter uma vida organizada e estruturada.

Paixão

Ter sentimentos profundos por ideias, atividades ou pessoas.

Prazer

Sentir-se bem.

Popularidade

Ser adorado por muitas pessoas.

Poder

Ter controlo sobre outros.

Propósito

Ter significado e direção na minha vida.

Racionalidade

Ser guiado/a pela razão e lógica.

Realismo

Encarar e agir de forma realista e prática.

Responsabilidade

Tomar e levar a cabo decisões responsáveis.

Risco

Correr riscos e arriscar oportunidades.

Romance

Ter um amor intenso e excitante na minha vida.

Autoaceitação

Aceitar-me como sou.

Segurança

Estar em segurança e protegido/a.

Autocontrolo

Ser disciplinado/a nas minhas próprias ações

Autoestima

Sentir-me bem acerca de mim mesmo/a.

Autoconhecimento

Ter um conhecimento honesto e profundo de mim mesmo/a.

Assistência

Ser útil aos outros.

Sexualidade

Ter uma vida sexual ativa e satisfatória.

Simplicidade

Viver a vida de forma simples, com necessidades básicas.

Solidão

Ter tempo e espaço onde posso estar separado de outros.

Importante
para Mim

Espiritualidade
Crescer e amadurecer espiritualmente.

Muito Importante
para Mim

Estabilidade
Ter uma vida que permanece consistente.

Não é Importante
para Mim

Tolerância
Aceitar e respeitar aqueles que são diferentes de mim.

Tradição
Seguir padrões respeitados do passado.

Virtude
Viver uma vida excelente e moralmente pura.

Riqueza
Ter muito dinheiro.

Paz no Mundo
Trabalhar e promover a paz no mundo.

Outro Valor

Outro Valor

Outro Valor

Outro Valor

Outro Valor

Nota: Este instrumento é de domínio público e pode ser copiado, adaptado e utilizado sem permissão.

Anexo II

Construção de Rede/es de Pares Reflexão e Avaliação

No âmbito do Projeto Rede Pares Violência de Género e Empoderamento e da Tese de Mestrado intitulada Co-Construção de uma rede de pares e autorrepresentantes, propomo-nos analisar as perspetivas das mulheres acerca do processo de construção da rede.

Pretendemos através dos dados a ser recolhidos demonstrar a importância do processo de co-construção e percursos colaborativos de forma a permitir o empoderamento e capacitação dos seus membros.

Para preencher este questionário, a sua idade deve ser igual ou superior a 18 anos.

Assim, declaro que fui informado/a que:

- A** Tenho liberdade de participar, e o direito de retirar o meu consentimento a qualquer momento;
- B** Tenho a garantia de receber resposta a qualquer dúvida acerca dos procedimentos e outros assuntos relacionados com a aplicação do estudo;
- C** Tenho segurança de que não serei identificado/a e que se manterá o carácter confidencial das informações registadas;

Sim, aceito participar neste estudo

(Coloque um x se aceita)

Pedimos-lhe agora que crie um código único de forma a não ser identificada na pesquisa, promovendo a confidencialidade das respostas. O código será a 1ª letra do seu nome + as duas últimas letras do seu último nome (ex. A+RA); + os dois últimos números do seu ano de nascimento (ex. A+ RA+78); por fim + acrescentar os dois últimos números do número de contribuinte (ex. ARA7823).

Código:

Nota: Retirado de Wolff T., (2010) The power of collaborative solutions: Six principles and effective tools for building healthy communities. San Francisco: Jossey-Bass

Vamos agora recolher alguns dados essenciais sobre as/os participantes, coloque um x na opção que pretende escolher.

A No Projeto Rede de Pares é Participante (P) e/ou Profissional (S)?

(P)

(S)

(P) e (S)

B Género?

Masculino

Feminino

Outro

C Grau de Ensino?

Básico

Secundário

Licenciatura

Mestrado

Doutoramento

D Qual a sua nacionalidade?

E Qual o Concelho de residência atual (ex. Lisboa; Algarve...)?

F Qual é a sua área de formação (se aplicável)?

G Qual a sua profissão atual (se aplicável)?

Para cada item, por favor coloque um X no número ou letras, que represente melhor os diferentes aspetos da Rede de Pares para si. Sendo 1(Concordo Fortemente); 2 (Concordo); 3 (Nem Concordo nem Discordo); 4 (Discordo); 5 (Discordo Fortemente), NA (não aplicável), NS (não sei).

- ① A Rede de Pares tem uma missão e visão claras.
- ① ② ③ ④ ⑤ NA NS
- ② As atividades são cumpridas de forma consistente.
- ① ② ③ ④ ⑤ NA NS
- ③ As atividades são eficazes para ajudar a atingir os objetivos da Rede de Pares.
- ① ② ③ ④ ⑤ NA NS
- ④ Planeiam-se ações orientadas para a mudança na comunidade e sistemas.
- ① ② ③ ④ ⑤ NA NS
- ⑤ A Rede de Pares gere eficazmente as diferenças entre os seus membros de forma a chegar a consensos.
- ① ② ③ ④ ⑤ NA NS
- ⑥ A Rede de Pares envolve-se na resolução colaborativa de problemas partilhados, resultando em soluções inovadoras.
- ① ② ③ ④ ⑤ NA NS
- ⑦ A Rede de Pares expande os recursos disponíveis ao ter parceiros que trazem outros meios e identificando outros recursos relevantes.
- ① ② ③ ④ ⑤ NA NS

- 8 A Rede de Pares desenvolve e apoia a liderança.
- 1 2 3 4 5 NA NS
- 9 Há oportunidades para o exercício de papéis de liderança e os membros estão dispostos a assumi-los.
- 1 2 3 4 5 NA NS
- 10 As responsabilidades de liderança são partilhadas pela Rede de Pares.
- 1 2 3 4 5 NA NS
- 11 A Rede de Pares cria maior envolvimento e desenvolve mais meios através dos seus parceiros, em projetos e empreendimentos iniciativas partilhadas.
- 1 2 3 4 5 NA NS
- 12 A Rede de Pares tem uma adesão vasta e apropriada de participantes/membros nos assuntos que são abordados.
- 1 2 3 4 5 NA NS
- 13 Há diversidade nos membros da Rede de Pares.
- 1 2 3 4 5 NA NS
- 14 Os membros demonstram compromisso e assumem as tarefas.
- 1 2 3 4 5 NA NS
- 15 A Rede de Pares tem ciclos de reunião regulares e expectáveis.
- 1 2 3 4 5 NA NS

- 16) A Rede de Pares tem grupos de trabalho e comités ativos.
- 1 2 3 4 5 NA NS
- 17) Os membros recebem um plano prévio das reuniões e atas ou resumos posteriormente.
- 1 2 3 4 5 NA NS
- 18) A tarefa da reunião como delineada no plano, é cumprida.
- 1 2 3 4 5 NA NS
- 19) A Rede de Pares tem uma estrutura organizacional viável que funciona competentemente.
- 1 2 3 4 5 NA NS
- 20) A comunicação entre os membros da Rede de Pares é eficaz.
- 1 2 3 4 5 NA NS
- 21) A comunicação entre os membros da Rede de Pares e a comunidade em geral relacionada com as temáticas, é eficaz.
- 1 2 3 4 5 NA NS
- 22) Os membros da Rede de Pares são escutados e ouvidos.
- 1 2 3 4 5 NA NS
- 23) É trocada informação nos encontros da Rede de Pares.
- 1 2 3 4 5 NA NS
- 24) A Rede desenvolve novos materiais e novos programas.
- 1 2 3 4 5 NA NS

- 25) A Rede defende a mudança.
- 1 2 3 4 5 NA NS
- 26) Mais e novas perspectivas são partilhadas sobre as temáticas.
- 1 2 3 4 5 NA NS
- 27) Os resultados são mais abrangentes dos que os alcançados sem a Rede.
- 1 2 3 4 5 NA NS
- 28) Que mudanças ocorreram devido à Rede de Pares que de outro modo não poderiam ter ocorrido?
-
- 29) A Rede de Pares tem sido capaz de alcançar os seus objetivos e criar resultados concretos.
- 1 2 3 4 5 NA NS
- 30) A Rede de Pares tem/ e está a servir como catalisador para mudanças positivas relacionadas com as temáticas da Violência de Género.
- 1 2 3 4 5 NA NS
- 31) A Rede de Pares cria mudanças comunitárias em programas, políticas e práticas que melhoram as vidas das pessoas.
- 1 2 3 4 5 NA NS

32) A Rede de Pares efetuou mudanças em programas, políticas, e práticas nos sectores e sistemas da comunidade relacionados com as temáticas sobre as quais decidiu trabalhar.

1 2 3 4 5

NA

NS

33) Que mudanças específicas foram criadas pelo trabalho desta Rede em programas, políticas e práticas? As mudanças que observou no decorrer do desenvolvimento da Rede de Pares.

34) Os resultados que foram criados têm relevância.

1 2 3 4 5

NA

NS

35) Depois de cada atividade, a coordenação avalia como correu de forma a aprender com a experiência.

1 2 3 4 5

NA

NS

36) Parcerias antigas ou existentes foram melhoradas como resultado da Rede de Pares.

1 2 3 4 5

NA

NS

37) Novas relações foram construídas com novos parceiros como resultado da Rede de Pares.

1 2 3 4 5

NA

NS

38) Os membros da comunidade relacionados com a temática sabem agora mais sobre os recursos uns dos outros como resultado da Rede de Pares.

1 2 3 4 5

NA

NS

- 39) Como resultado da formação da Rede de Pares, ocorreram mudanças nos sistemas, incluindo mudanças nas relações da comunidade alargada que trabalha nas temáticas identificadas e na capacidade de abordar questões emergentes.

1 2 3 4 5 NA NS

- 40) Tenho visto mudanças positivas na comunidade que trabalha nestas temáticas como um resultado da Rede de Pares as entidades parceiras estão mais colaborativas e mais cooperativas.

1 2 3 4 5 NA NS

- 41) A Rede de pares ajudou as pessoas da comunidade a ter acesso a mais recursos/informação tanto dentro como fora da Rede de pares de forma a atingirem os seus objetivos.

1 2 3 4 5 NA NS

- 42) Considera que a Redes de Pares trabalha para o desenvolvimento da liderança, ativismo, participação, empoderamento, capacitação das comunidades e indivíduos para que os mesmos consigam solucionar as suas problemáticas?

Sim Não

Se a sua resposta à pergunta 42 foi Sim, qual diria que é a sua concordância com a frase:

A Redes de Pares trabalha para o desenvolvimento da liderança, ativismo, participação, empoderamento, capacitação das comunidades e indivíduos para que os mesmos consigam solucionar as suas problemáticas.

Concordo Totalmente Concordo com a Maior parte da Frase

43) Eu beneficieei da participação na Rede de Pares através de:

A. Construir relações com outros membros da Rede.

1 2 3 4 5 NA NS

B. Troca de informação com outras pessoas
– trabalho em rede.

1 2 3 4 5 NA NS

C. Trabalho com outras pessoas em questões
de importância.

1 2 3 4 5 NA NS

D. Fazer parte de um processo que traz mudanças
positivas significativas.

1 2 3 4 5 NA NS

44) A minha organização beneficiou da participação
na Rede de Pares através de:

A. Criação de soluções colaborativamente com
outros membros da Rede.

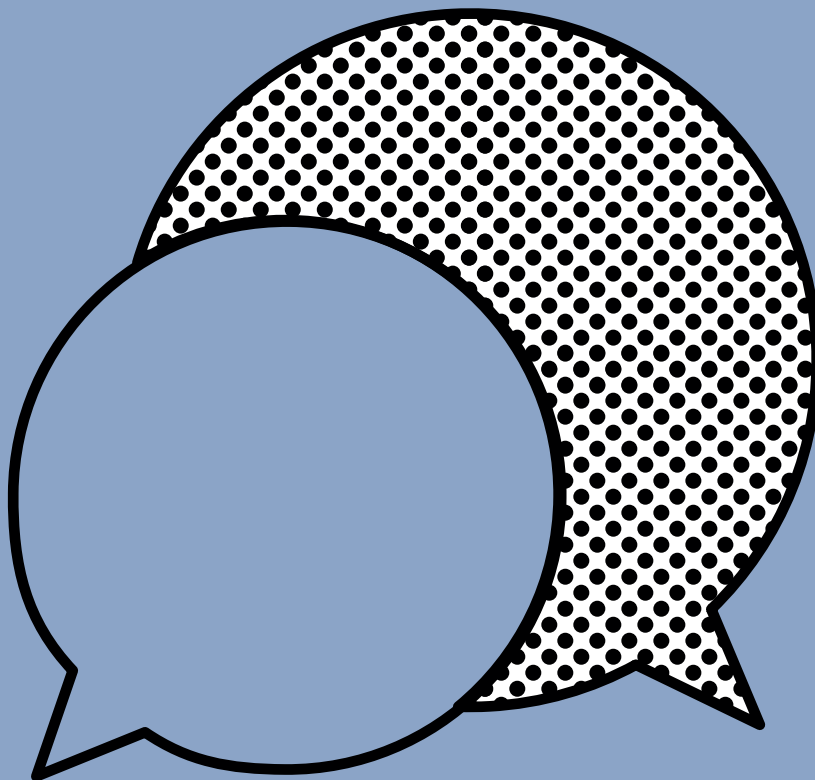
1 2 3 4 5 NA NS

B. Ganho de acesso a mais e/ou novos recursos.

1 2 3 4 5 NA NS

- 45) Que acontecimentos o surpreenderam que não esperava como resultado?

- 46) Como resultado do trabalho da Rede de Pares, quais os três aspetos mais significativos que considera ter aprendido?



Como Citar este Manual:

Vargas-Moniz, M.J., Conde, M.J., Martins, D., & Ornelas, J. (2022). Da Consultoria ao Ativismo na Violência de Género e Empoderamento das Mulheres: Manual de Construção de uma REDE de PARES. ISBN: 978-989-8384-81-2. APPsyCI/Ispa-Instituto Universitário.

Financiador:

Iceland 
Liechtenstein
Norway grants

Operador:



Parceiros:



Coordenação Técnico-Científica:

Maria João Vargas-Moniz;
Maria João Conde;
Dulce Martins;
e José Ornelas

Colaboração Especial:

Ana Beatriz Medina (ISPA – Instituto Universitário);
Sara Horta (TAIPA);
Anabela Jesus (TAIPA);
e as Mulheres membros da Rede Pares.

Protocolo de Financiamento:

EEAGRANTS/CIG OC4_B11

Editora:

ISPA – Instituto Universitário

Data de Edição:

Julho de 2022

ISBN:

978-989-8384-81-2

Depósito Legal

00000000

Tiragem

150 Exemplares

Impressão

LouresGráfica

Design Gráfico

Desisto

Tipos de Letra:
Favorit Medium, Favorit Medium Lining
Work Sans Regular, Italic.

© Rede Pares
Julho de 2022