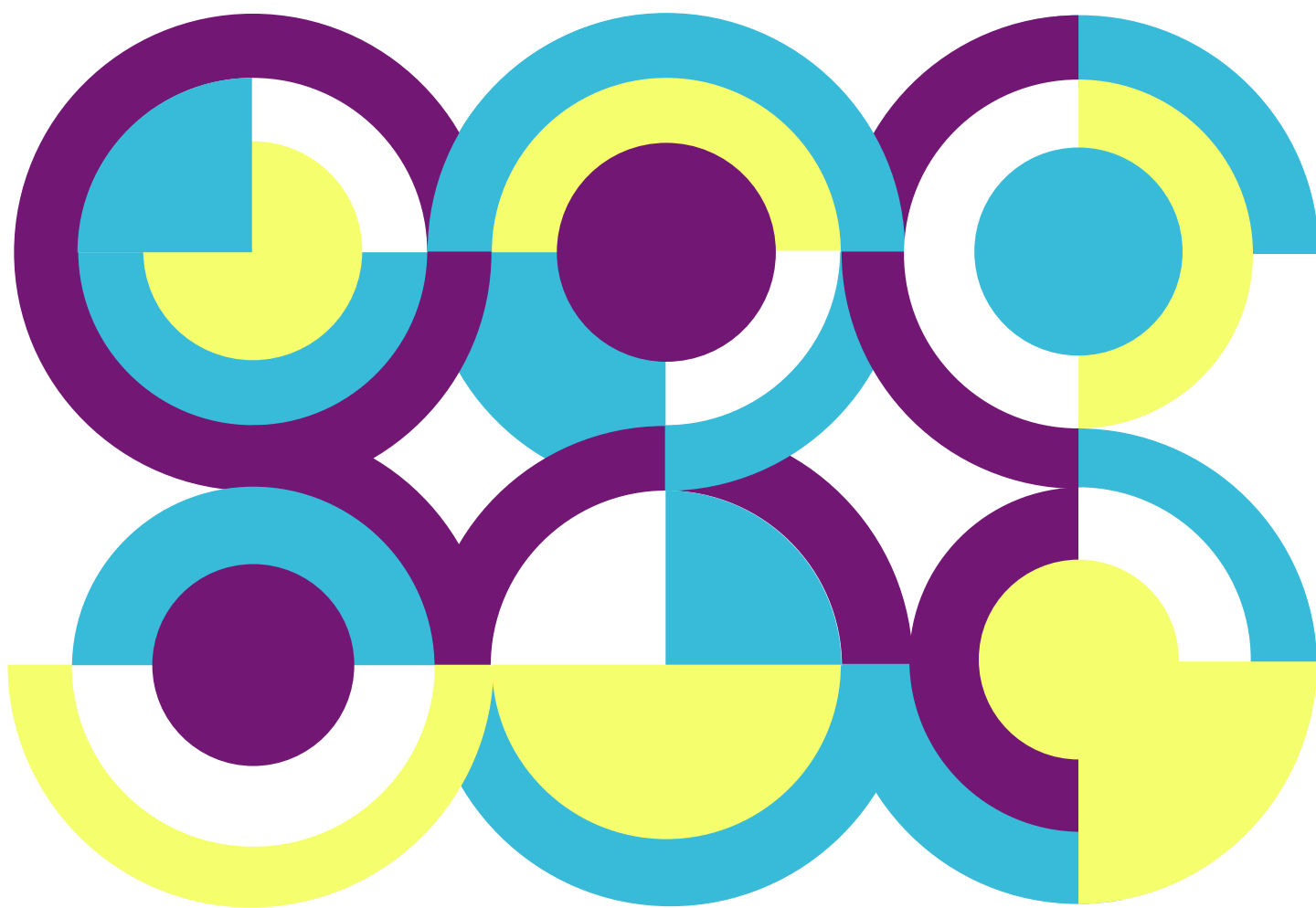


Manual para a intervenção em grupo com homens condenados por VCM em regime aberto e caixa de ferramentas

*Iniciativa Ibero-Americana para prevenir e eliminar
a violência contra as mulheres*



Manual para a intervenção em grupo com homens condenados por VCM em regime aberto e caixa de ferramentas

Iniciativa Ibero-Americana para prevenir e eliminar a violência contra as mulheres



Autores do Relatório

Jorge Freudenthal Pascual

Caterina de Tena Pérez

Revisão e contribuições

Secretaria Técnica e Presidência da Iniciativa para Prevenir e Eliminar a Violência contra as Mulheres (IIPEVCM) e Divisão de Género da Secretaria-Geral Ibero-Americana (SEGIB).

Introdução	5
1. Apresentação	9
1.1. Qual é o objetivo de um manual deste tipo?	9
1.2. A quem se destina?	10
1.3. Como utilizá-lo?	10
1.4. Um manual que consensualiza critérios de qualidade	11
2. Manual para a intervenção com homens	13
2.1. Objetivos do programa de intervenção	13
2.2. Metodologia do programa de intervenção	14
3. Avaliação	33
3.1. Instrumentos de avaliação	34
3.2. Ferramentas para avaliar a mudança	35
4. Proposta de Modelo de programa	36
4.1. Admissão ao programa	36
4.2. Estrutura do programa	37
4.3. Desenvolvimento do programa e conteúdos	38
5. Recomendações finais	71
Anexos	73
Bibliografia	85
Caixa de ferramentas	89
Ferramentas qualitativas	94
Ferramentas quantitativas	101



A violência contra as mulheres (VCM) continua a atingir níveis alarmantes, apesar dos progressos alcançados e dos recursos mobilizados pelos países. Os dados mais recentes sobre femicídios/feminicídios mostram que, em média, 140 mulheres e raparigas são assassinadas todos os dias em todo o mundo pelos seus parceiros, ex-parceiros ou familiares próximos (UNODC e ONU Mulheres, 2024).

A prevenção primária é a abordagem mais estratégica para eliminar a violência contra as mulheres e raparigas (ONU Mulheres). Esta realidade é igualmente evidenciada nos documentos estratégicos da Iniciativa Ibero-Americana para Prevenir e Eliminar a Violência contra as Mulheres (IIPEVCM), que afirmam ser necessário "trabalhar não só para alcançar a igualdade de género em todas as áreas e a todos os níveis, mas também para promover mudanças nas atitudes e práticas discriminatórias". Trabalhar na prevenção primária, alterando normas e atitudes sociais, tanto de mulheres e homens, como de raparigas e rapazes, permite desenvolver as competências necessárias para fomentar relações saudáveis e promover uma compreensão mais ampla dos comportamentos e papéis socialmente atribuídos a mulheres e homens (Garnelo, Jivapong, Murphy e Bellatin, 2021).

O trabalho com homens neste domínio não tem sido sempre devidamente considerado, mas os estudos de género e de masculinidades que abordaram a violência contra as mulheres na América Latina e nas Caraíbas apresentam evidências da ligação entre a violência e as formas como os homens *aprendem, vivem e exercem normas relacionadas com a masculinidade* (Aguayo, F., Kimelman, E., Saavedra, P., Kato-Wallace, J., 2016).

É verdade que as avaliações não são tão numerosas quanto seria de esperar, apesar dos anos de trabalho nesta área, e muito menos as que se centram na análise de mudanças profundas nas relações de género ou nas estruturas de poder. No entanto, os estudos demonstram cada vez mais que intervenções corretamente estruturadas podem incentivar atitudes e comportamentos mais equitativos nos homens e rapazes, nomeadamente nas áreas da saúde sexual e reprodutiva, da educação dos filhos, do trabalho de prestação de cuidados e da prevenção da violência física e sexual entre parceiros (ONU Mulheres, 2020).

A nível internacional, há mais de três décadas que se reconhece a necessidade de trabalhar com os homens para prevenir a violência contra as mulheres e promover mudanças

socioculturais. Este reconhecimento está presente na Convenção de Belém do Pará (1994), na Conferência Internacional sobre População e Desenvolvimento (1995), na Comissão das Nações Unidas sobre o Estatuto Jurídico e Social das Mulheres (2004), na Convenção de Istambul (2011) e na Declaração de Pachuca (2014), para citar apenas alguns exemplos.

A elaboração do presente *Manual para a intervenção em grupo com homens condenados por violência contra as mulheres em regime aberto* resulta de um processo colaborativo e estruturado, realizado no âmbito da *Consultoria para o Desenvolvimento de Estratégias de Prevenção da Violência contra as Mulheres e Medição da Mudança Cultural*, iniciada em janeiro de 2025. A consultoria reflete o compromisso da IIPEVCM em desenvolver ferramentas práticas e adaptadas à realidade dos países membros, promovendo intervenções que fomentem sociedades mais igualitárias e livres de violência.

O principal objetivo desta consultoria é criar um quadro comum ou modelo de intervenção com homens, integrando critérios de qualidade e princípios teórico-técnicos baseados em investigações especializadas sobre a violência contra as mulheres, bem como nas experiências e aprendizagens acumuladas pelos países membros da Iniciativa. O seu objetivo final é gerar *"uma mudança de atitudes e práticas relativamente aos papéis de género, quebrar estereótipos negativos e promover relações igualitárias"* (IIPEVCM, 2023).

O trabalho começou com um workshop prospetivo e de consulta, que permitiu alcançar um consenso sobre os critérios de qualidade subjacentes ao modelo de intervenção proposto, bem como recolher as experiências e perspectivas dos países membros da Iniciativa. Deste modo, foi possível garantir que os resultados corresponderiam às necessidades

e aos contextos específicos de cada país. Este espaço de participação foi fundamental para estabelecer as bases dos dois principais produtos a desenvolver:

- ▶ Manual para a intervenção em grupo com homens condenados por violência contra as mulheres em regime aberto.
- ▶ Caixa de ferramentas de medição qualitativa e quantitativa para avaliar o impacto das intervenções e o grau de mudança nas atitudes e comportamentos dos homens participantes.

Estes produtos foram submetidos a um processo de validação, que consistiu num workshop de contraste com os países membros da Iniciativa. Por último, planeou-se um workshop de formação dirigido ao pessoal técnico dos países, de modo a garantir a correta aplicação do manual e das ferramentas selecionadas para medir a mudança ocorrida nos homens após a sua participação no programa de intervenção.

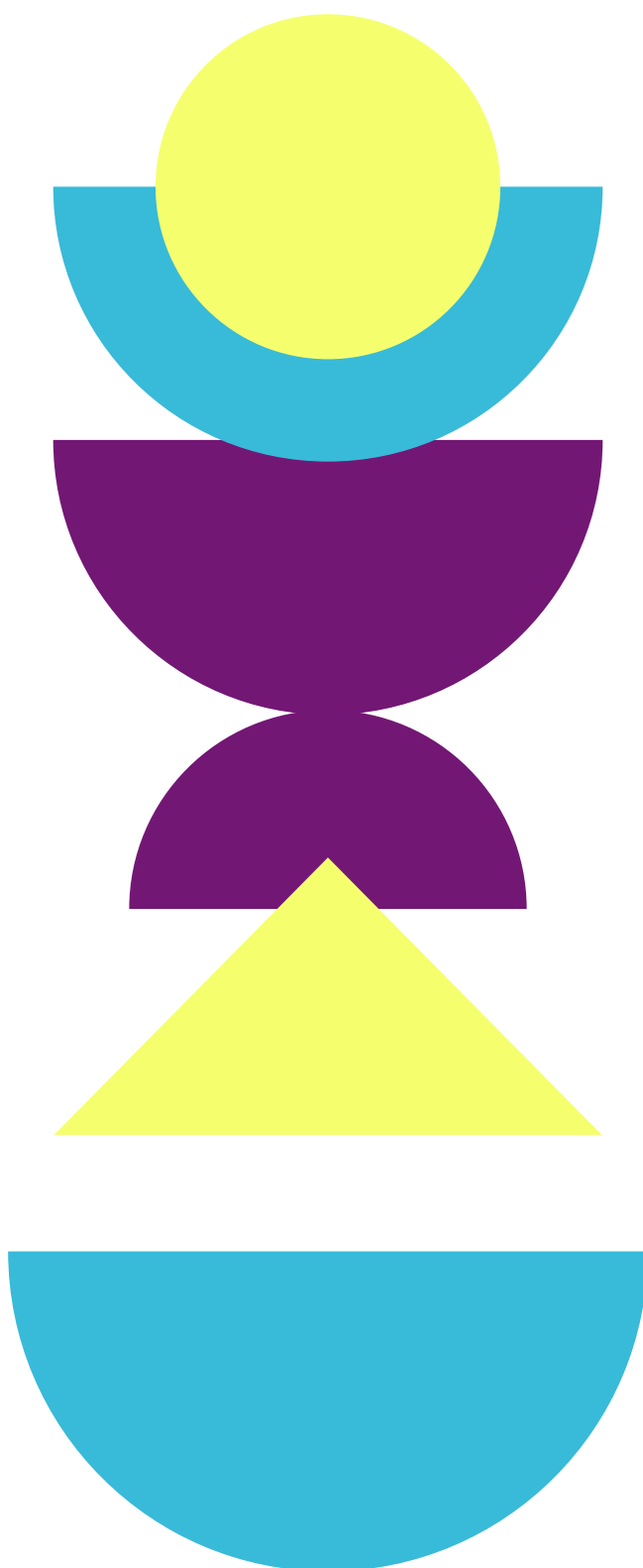
A base bibliográfica utilizada para a elaboração do manual, e que sustenta a sua abordagem conceptual, inclui avaliações, revisões sistemáticas, meta-análises e revisões exploratórias de um número significativo de programas de intervenção com homens na América Latina e na Europa nos últimos 30 anos. Todos estes recursos foram cuidadosamente revistos e contrastados, com o objetivo de consolidar um modelo de programa de intervenção com homens condenados por violência contra as mulheres que corresponda aos critérios e padrões de qualidade estabelecidos por estas investigações especializadas, procurando assim aumentar o impacto positivo dos respetivos resultados.

A elaboração deste documento foi orientada pela vasta experiência profissional do consultor na gestão de programas deste tipo¹. O modelo apresentado neste manual permitirá harmonizar a conceção e a execução destes programas nos países da Iniciativa, garantindo o cumprimento dos padrões internacionais de boas práticas.

O manual está estruturado numa *Apresentação*, que explica o seu objetivo, o público a que se dirige, a forma de o utilizar e os critérios de qualidade subjacentes. A seguir, na secção

Manual para a intervenção com homens, são dadas orientações sobre os objetivos e a metodologia que qualquer programa de intervenção deste tipo deve adotar para cumprir os padrões de qualidade consensualizados. As secções finais centram-se no *Desenvolvimento do modelo do programa de intervenção* e na proposta de instrumentos de acompanhamento e *Avaliação*, que farão parte da caixa de ferramentas para medir a mudança no programa de intervenção.

¹ Jorge Freudenthal Pascual é terapeuta e coordenador do Programa Gakoa de "Intervenção com homens autores de crimes de Violência de Género" do Instituto Basco de Reinserção Social, no âmbito do Serviço Basco de Gestão de Penas, desde 2011.



1.1

Qual é o objetivo de um manual deste tipo?

O presente ***Manual para a intervenção em grupo com homens condenados por violência contra as mulheres em regime aberto*** foi concebido como uma ferramenta prática destinada aos profissionais que concebem e/ou trabalham em programas de reeducação com homens que exercem violência contra as mulheres. O seu objetivo é servir de orientação para a conceção, estruturação e gestão destes programas, unificando critérios de qualidade que harmonizem o trabalho a realizar nessas intervenções no âmbito dos países da Iniciativa Ibero-Americana para Prevenir e Eliminar a Violência contra as Mulheres.

O manual não pretende ser um guia clínico ou um protocolo de investigação, mas sim um instrumento de apoio às e aos profissionais e responsáveis pela conceção e gestão dos referidos programas. O seu objetivo é ajudar a definir e gerir intervenções com homens condenados, integrando as experiências de trabalho, bem como os critérios de qualidade e as boas práticas estabelecidas na bibliografia especializada revista.

Pretende garantir que os programas de intervenção realizados com este tipo de homens adotem uma perspetiva transversal de género, nomeadamente nos módulos específicos e nos instrumentos psicométricos utilizados para avaliar a mudança do agressor. O documento fornece elementos significativos, bem como critérios de qualidade e avaliação, de modo a assegurar o alcance máximo dos objetivos deste tipo de intervenção.

A prática e a experiência acumuladas, bem como a análise da bibliografia realizada, confirmam a necessidade destes programas de intervenção incluírem uma série de abordagens e princípios inevitáveis, tais como:

- ▶ A **perspetiva de género** aplicada de forma transversal a cada uma das intervenções e aos aspetos a trabalhar nas diferentes fases e unidades do programa.
- ▶ A **relação terapêutica assente na relação de ajuda**, com tudo o que esta envolve em termos de acolhimento

incondicional e de modelo de relação que nos permite ver a pessoa como alguém digno de ser olhado nos olhos, de frente, sem necessidade de nos defendermos dela e com a possibilidade de efetuarmos mudanças vitais para conseguirmos estabelecer relações afetivas mais igualitárias, baseadas numa masculinidade não violenta. É, assim, proposto um modelo integrador baseado nos princípios teóricos e práticos do construtivismo, dos modelos terapêuticos humanistas e do modelo sistémico.

- ▶ **A perspetiva penal e de alternativa** que, longe de ser um impedimento, é concebida como um ponto de partida real que, sem determinar os processos a realizar, os condiciona, devendo ser, por conseguinte, incorporada na relação terapêutica, de modo a modificar a motivação inicial, puramente coerciva, pessoal e de oportunidade de mudança.
- ▶ **O contar com as contribuições de todos os agentes envolvidos** nos processos de deteção, condenação ou intervenção nesta problemática.

- » Sobretudo, pessoas que concebem programas de intervenção com homens e/ou que trabalham com homens que exercem violência contra as mulheres, com ou sem mandato judicial.
- » Pessoas que trabalham no domínio jurídico, para ficarem a conhecer o trabalho que está a ser feito com homens condenados e, assim, informarem, logo que possível, sobre o que significa um "programa especializado em VCM", as possibilidades que envolve e o que representa.
- » Pessoas que intervêm no âmbito "social", a fim de se posicionarem de forma crítica relativamente a esta questão, detetarem situações deste tipo, começarem a desmascarar os mecanismos de defesa dos homens que exercem maus-tratos, ou para não caírem na armadilha de dizer que, *sem um reconhecimento dos factos, nada pode ser feito*.
- » Pessoas que desejam obter referências para trabalharem com base nas potencialidades de cada um.

1.2

A quem se destina?

Este manual destina-se a pessoas que trabalham, ou tenham contacto, em qualquer área, com homens condenados por crimes de violência contra as mulheres (VCM) ou que a exercem. Isto implica:

1.3

Como utilizá-lo?

Este documento deve ser utilizado como um mapa ou uma rota, onde está assinalado o destino (os objetivos) e onde os e as profissionais encontram orientações claras a seguir, com indicações baseadas em critérios de qualidade, bem como algumas paragens obrigatórias a

realizar na intervenção com os agressores de violência contra as mulheres.

A ideia é implementar o manual de uma forma semiestruturada, permitindo selecionar as unidades mais adequadas consoante a fase de intervenção, em vez de o utilizar como um guia de recursos que podem ser escolhidos aleatoriamente. Pretende-se que a fundamentação de base que orienta esta proposta de programa de intervenção determine o seu desenvolvimento. A metodologia, as perspetivas e os modelos devem condicionar a forma de pensar, sentir e agir das e dos profissionais responsáveis por estes programas, fazendo com que a perspetiva de género os situe de forma crítica e construtiva.

Deve também ser entendido que a equipa terapêutica do programa deverá ter experiência e conhecimentos suficientes para se poder adaptar ao mesmo e vice-versa.

1.4

Um manual que consensualiza Critérios de qualidade

A revisão da bibliografia especializada e das avaliações de programas de intervenção com homens realizados no espaço ibero-americano permitiu **compilar e unificar uma série de critérios de qualidade ou padrões internacionais de boas práticas**, que possibilitam a formulação de um modelo de intervenção específico destinado a **aumentar o efeito positivo dos seus resultados**.

Estes critérios de qualidade foram apresentados no workshop prospetivo realizado no âmbito desta consultoria e **aprovados pelos países da Iniciativa Ibero-Americana para Prevenir e Eliminar a Violência contra as Mulheres**. Todos eles **estão presentes neste manual**, nas diferentes secções a que se referem, conforme se pode verificar a seguir:

Nos Objetivos

- ▶ Preservar a integridade física e psíquica das mulheres.
- ▶ Responsabilização por comportamentos sexistas e/ou violentos contra as mulheres.
- ▶ Consciencialização e sensibilização em matéria de VCM e igualdade.
- ▶ Desmontar o esquema sexista.
- ▶ Promover mudanças socioculturais no domínio da igualdade.

No formato do programa

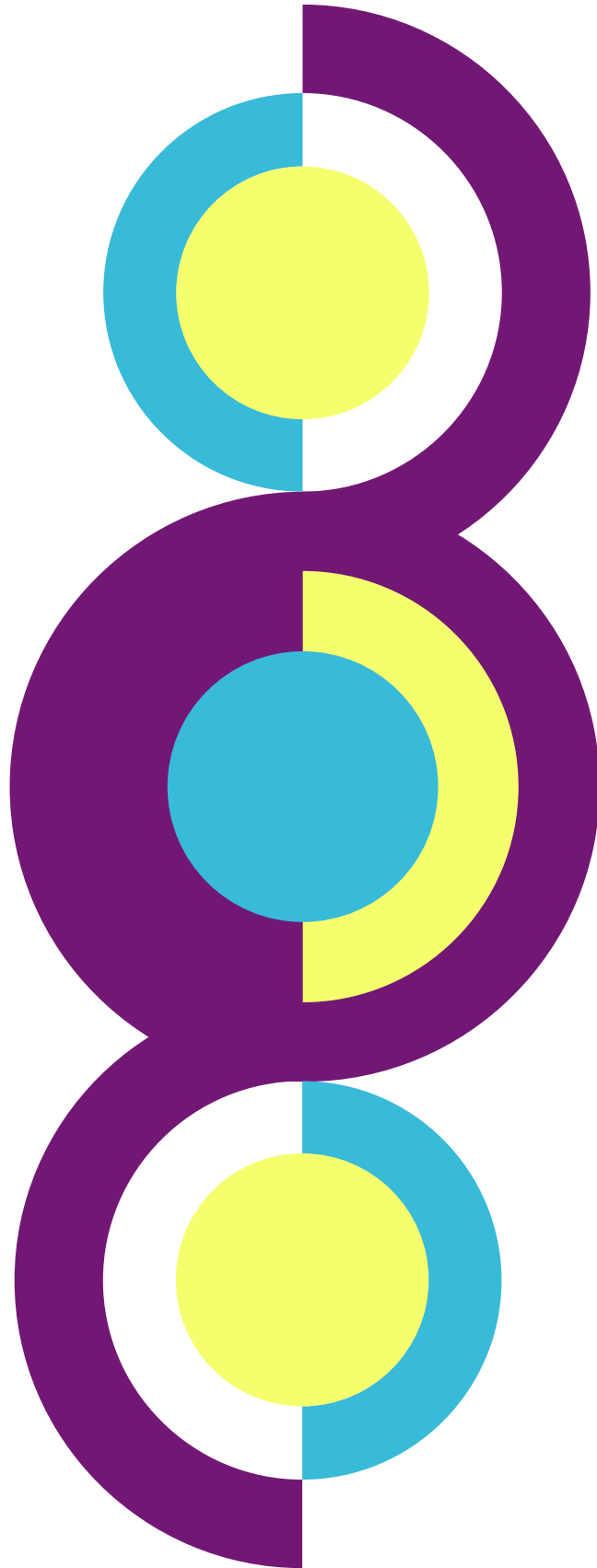
- ▶ Presencial.
- ▶ Metodologia de grupo.
- ▶ O grupo como espaço seguro.
- ▶ Par misto de facilitadores.
- ▶ Tamanho: entre 7 e 12 participantes.
- ▶ Materiais e recursos audiovisuais.

Na metodologia do programa

- ▶ Abordagem bio-psico-social.
- ▶ Perspetiva intersectorial, igualitária e diversa.
- ▶ Perspetiva de género transversal.
- ▶ Desenvolvimento de masculinidades não violentas.
- ▶ Evitar abordagens patologizantes.
- ▶ Perspetiva humanista, sistémica, sistémico-relacional, cognitivo-comportamental.
- ▶ Perspetiva judicial.
- ▶ Duração: 9 meses → 36 sessões de duas horas.

Na proposta de formação do programa

- ▶ Formação em VCM, igualdade, género, perspetivas feministas.
- ▶ Competências terapêuticas e psico-educativas.
- ▶ Fundamentação e conceptualização da VCM muito claras e bem estabelecidas.
- ▶ Competências sociais e pessoais.
- ▶ Formação na aplicação de instrumentos de avaliação quantitativa.



2. Manual para a intervenção com homens

Tal como referido na secção anterior, o *Manual para a intervenção em grupo com homens condenados em regime aberto* é uma **ferramenta de apoio que fornece indicações para a conceção e implementação de um programa de reeducação destinado a homens que exercem violência contra as mulheres**, e que cumpre os critérios de boas práticas. A seguir, são apresentadas orientações sobre os objetivos e a metodologia que qualquer programa de intervenção deste tipo deve adotar.

2.1

Objetivos do programa de intervenção

A bibliografia especializada consultada é unânime ao considerar que "preservar a integridade física e psíquica das mulheres" é o **principal objetivo** de qualquer programa que intervenha no domínio da violência contra as mulheres (VCM), nomeadamente os programas dirigidos aos homens. Isto inclui a segurança das filhas e dos filhos, bem como a do pessoal que trabalha no programa.

Para além deste objetivo prioritário, existem outros objetivos **específicos** que também devem orientar o trabalho a realizar e que têm um impacto direto nos homens que participam nestes programas:

- ▶ Aprofundar o seu conhecimento pessoal sobre sentimentos, pensamentos e comportamentos relacionados com a conduta violenta.
- ▶ Identificar as dinâmicas que conduzem a uma escalada da violência.
- ▶ Conseguir que se responsabilize pelos comportamentos violentos.
- ▶ Adquirir estratégias para reconduzir as atitudes agressivas.
- ▶ Adquirir competências, atitudes e comportamentos compatíveis com a responsabilidade e a ausência de violência nas relações.
- ▶ Desenvolver empatia com a vítima de violência.
- ▶ Abordar os problemas de abuso ou dependência de álcool e drogas, caso se verifiquem em simultâneo.
- ▶ Envolver-se em mudanças sociais alinhadas com a igualdade.
- ▶ Aumentar a sua participação nas tarefas domésticas.
- ▶ Aumentar a sua relação com a prestação de cuidados.

- ▶ Modificar os mitos e as crenças de tipo sexista.
- ▶ Consciencializar e sensibilizar em matéria de igualdade.
- ▶ Reeducar e promover relações mais igualitárias.
- ▶ Operar uma mudança de mentalidade no domínio da VCM.

2.2

Metodologia do programa de intervenção

Esta secção desenvolve os principais aspetos relacionados com a metodologia do programa. Neste sentido, são apresentadas as diferentes perspetivas que o programa de intervenção com homens deve adotar, bem como os modelos de intervenção recomendados e as características que a equipa de profissionais responsáveis pela liderança e facilitação da intervenção deve possuir, incluindo o respetivo formato.

2.2.1

Perspetivas do programa de intervenção

Perspetiva de género

Ao abordar as principais questões necessárias para trabalhar com homens condenados por crimes de violência contra as mulheres (VCM) e em conformidade com os critérios de qualidade, é fundamental fazê-lo com uma perspetiva de género clara.

A ONU Mulheres define a *perspetiva de género* como uma abordagem que reconhece que as diferenças entre homens e mulheres em termos de papéis e responsabilidades, acesso e controlo de recursos, oportunidades e limitações, afetam ambos os sexos de forma diferente. Esta abordagem tem como objetivo identificar e colmatar essas diferenças, de modo a promover a igualdade de género e o empoderamento das mulheres.

Esta perspetiva implica reconhecer as origens e as causas da VCM no sistema patriarcal que dominou ao longo da história, com o objetivo de perpetuar a superioridade dos homens sobre as mulheres, recorrendo ao poder e à força. Em suma, através da violência nas suas diferentes manifestações: violência institucional, violência simbólica, violência física, violência psicológica, violência sexual, violência económica...

A inclusão da perspetiva de género nos programas de intervenção sobre a VCM, tanto com as vítimas como com os agressores, não só responde a uma reivindicação social e histórica, como também exige um trabalho de formação significativo por parte das e dos profissionais que trabalham nesta área.

A integração da perspetiva de género de forma transversal significa proporcionar a todos os sistemas que atuam, direta ou indiretamente, em questões de igualdade ou de VCM, um ponto de vista diferente, que lhes permita discernir as desigualdades de género.

A perspetiva de género deve estar muito presente no momento de implementar o programa. A ideia é que seja intercalada e misturada com os conteúdos.

Em termos concretos, a **implementação transversal da perspetiva de género na intervenção de reeducação** (UN Women Training Center) é aquela que:

- ▶ Tem como objetivo erradicar no agressor qualquer comportamento de dominação baseado no género. Procura tornar visíveis e desativar os padrões de comportamento (incluindo os seus aspetos emocionais, comportamentais e cognitivos) que o agressor utiliza para controlar, subjugar e exercer diferentes formas de violência sobre a mulher.
- ▶ Revela, modifica e substitui por alternativas igualitárias os esquemas cognitivos (como pensamentos distorcidos, preconceitos e atitudes) que apontam para comportamentos dominantes do agressor sobre a mulher.
- ▶ Desativa, faz emergir e substitui as sequências de cognição, emoção e comportamento associadas aos privilégios masculinos ou a comportamentos discriminatórios de género, desvinculando pensamentos, emoções e comportamentos dos respetivos reforços e substituindo os que estão ligados à discriminação, ao controlo ou ao abuso das mulheres.
- ▶ Identifica e desarticula as ancoragens, os ativadores e os reforços sociais associados aos comportamentos de discriminação, controlo, dominação e violência contra as mulheres por parte do agressor.

Tudo isto implica adotar uma abordagem transformadora de género e de masculinidades que questione o machismo, as normas tradicionais de género e a utilização da

violência. Além disso, devem ser integradas teorias de género e de masculinidades baseadas numa perspetiva de direitos humanos, igualdade de género, interseccionalidade, diversidades, desconstrução do patriarcado, misoginia, homofobia e transfobia. Esta abordagem deve incidir tanto na violência contra mulheres, raparigas e rapazes, como na violência contra outros homens.

Análise das masculinidades

Para que a perspetiva de género esteja completa, é necessário incluir uma análise das masculinidades hegemónicas tradicionais, significando-as, desmontando-as e promovendo modelos saudáveis de masculinidade que fomentem a igualdade, a corresponsabilidade, um estilo de vida positivo e uma paternidade responsável. É preferível evitar o termo "novas masculinidades", visto não serem novas, mas sim modelos que sempre existiram, embora tenham sido reprimidos e boicotados pela cultura patriarcal predominante.

A perspetiva de género preocupa-se também em analisar a forma como os rapazes desenvolvem a sua masculinidade, em contraposição a tudo o que é feminino e/ou homossexual, e como a sociedade e a cultura favorecem este desenvolvimento hegemónico. Tal leva a que os rapazes adotem valores de género altamente estereotipados, viciados, tóxicos e de risco, juntamente com ideias homofóbicas e misóginas. É precisamente neste ponto que reside a importância de incluir o processo de masculinização no programa, dado que existe uma correlação elevada entre a masculinidade e a VCM. O mesmo acontece com os comportamentos machistas, homofóbicos e, muitas vezes, racistas. Por outro lado, as masculinidades tradicionais apresentam grandes lacunas ao nível da regulação e da inteligência emocional, podendo conduzir a relações em que a violência psicológica está muito presente.

Para implementar o programa, a metodologia deve integrar o trabalho com a experiência biográfica e emocional dos utentes, bem como a reflexão sobre o impacto da violência sobre aqueles que a sofrem, o seu ambiente e eles próprios.

Perspetiva judicial

Como ponto de partida para uma aproximação a este fenómeno na perspectiva da justiça, deve considerar-se **a legislação própria de cada país** no âmbito da Iniciativa².

Cada país deve adaptar o programa à sua legislação e às suas particularidades, de modo a cumprir a lei e, ao mesmo tempo, os objetivos do programa. Este manual partilha o objetivo principal das diferentes leis, que é o de proteger as mulheres. Tal constitui um dos critérios de qualidade, uma vez que é um objetivo comum a todas as leis. É essencial garantir a segurança das parceiras ou ex-parceiras (e da sua descendência, se a houver) dos homens que participem no programa.

Segundo as Nações Unidas (1993), a VCM é "todo e qualquer ato de violência baseado no facto de se pertencer ao sexo feminino, de que resulte ou possa resultar sofrimento ou lesão física, sexual ou psicológica para as mulheres, incluindo a ameaça da prática de tais atos, a coação ou a privação arbitrária da liberdade, ocorrendo na vida pública ou privada". Este problema afeta toda a sociedade e tem a sua origem na desigualdade histórica entre mulheres e homens.

Esta situação histórica de inferioridade das mulheres fez com que os maus-tratos contra elas fossem considerados um assunto privado, sem necessidade de intervenção social ou

pública. As leis sobre a VCM são recentes. Sob a influência do patriarcado, a justiça demorou a agir contra estas violências. É fundamental que os Estados disponham de recursos para implementar e aplicar integralmente estas leis.

Embora as respostas legais tenham sido sobretudo penais, é necessária uma **abordagem mais ampla, que inclua programas de intervenção com homens numa perspectiva de género**. Estes programas visam proteger a integridade das mulheres e da sua descendência, evitando a revitimização e promovendo mudanças nos agressores. A maioria dos países da Iniciativa dispõe de programas deste tipo nas respetivas legislações³.

Para além de reparar, em certa medida, os danos causados à sociedade, o trabalho com homens agressores responde também à **perspetiva judicial** que é o foco desta secção. Isto significa que **as medidas não devem limitar-se a uma resposta punitiva, devendo antes adotar uma perspetiva reparadora, emancipadora e pedagógica, de modo a permitir trabalhar com os homens condenados por VCM**. Estes valores resultam dos conceitos de reinserção e de ressocialização, que são fundamentais neste tipo de trabalho.

A reinserção social é o processo pelo qual uma pessoa, que foi privada de liberdade ou que perdeu a sua ligação à sociedade, tenta reintegrar-se na comunidade. Este processo sistemático tem como objetivo corrigir e modificar os fatores que conduziram à perda de liberdade ou à condenação, de modo a **prevenir futuras reincidências e a readaptar o indivíduo à sociedade**. A reinserção social está relacionada com os serviços correccionais, que são ativados quando uma pessoa viola as regras essenciais de convivência, e inclui medidas de intervenção psicológica e psicoeducativa.

² A legislação de referência em matéria de violência contra as mulheres pode ser consultada no ANEXO I.

³ As referências legislativas dos países da Iniciativa neste domínio podem ser consultadas no ANEXO II.

O presente programa de intervenção é desenvolvido num contexto de regime aberto, fora da prisão, aplicando medidas penais alternativas de cariz sociopedagógico, que combinam vigilância e assistência, com vista à inserção social do condenado.

Baseia-se no reconhecimento de que a **violência contra as mulheres exige uma proteção específica e distinta da violência doméstica**, dada a natureza do problema e as suas causas. Por conseguinte, é importante salientar que os programas de intervenção com homens condenados não dispensam a necessidade das administrações de justiça **disponibilizarem ferramentas suficientes para proteger as mulheres vítimas**, nomeadamente através de ordens de proteção, recursos de emergência, prestações económicas, assessoria jurídica, apoio e acompanhamento psicológico, entre outros.

Os diferentes agentes e profissionais que trabalham com agressores em programas de intervenção devem conhecer os aspetos fundamentais das leis aplicáveis a este domínio. A exigência de **especialização e de formação do pessoal** que acompanha os programas está intrinsecamente ligada ao critério de qualidade que estabelece a necessidade de contar com profissionais bem qualificados e formados.

Os homens condenados no processo judicial

A perspetiva judicial exige também a consideração de alguns aspetos relacionados com a **forma como estes homens lidam com todo o processo judicial e a sua possível participação** num programa de intervenção deste tipo.

Os homens condenados por crimes de violência contra as mulheres **tendem a apresentar um perfil diferente do que é habitual** nos outros homens envolvidos em processos penais. É importante salientar que, em muitos casos,

esta é a primeira vez que entram em contacto com o sistema penal e que os factos de que são acusados ocorreram no âmbito das suas relações mais íntimas. Estão bem integrados na sociedade, conservam os seus empregos e gozam de boa reputação social, o que se designa por "dupla fachada".

Com base na experiência de trabalho com este tipo de homens, e a título meramente indicativo, é possível fazer **algumas observações que são comuns** a estes homens:

- ▶ Trata-se do primeiro delito e do primeiro contacto com o sistema judicial, pelo que se mostram desconcertados com a rapidez do processo.
- ▶ Apercebem-se de consequências imediatas muito significativas em termos concretos e vitais (saída de casa, proibição de aproximação ou de comunicação, entre outras).
- ▶ Rejeitam tudo o que está relacionado com o processo penal (agentes da polícia, procuradores, juízes, advogados, etc.).
- ▶ Manifestam sentimentos de raiva e rejeição em relação à queixosa.
- ▶ Negam os factos com base na continuidade da relação com a parceira.
- ▶ Racionalizam e justificam os factos alegados.
- ▶ Desconhecem as consequências reais da execução da pena.
- ▶ Rejeitam a realização de tratamento (trabalho, negação do delito...).
- ▶ Sofrem um estigma social.

Para abordar esta problemática de forma terapêutica, é essencial **esclarecer e desvendar o que aconteceu no processo penal**, desde o momento em que a queixa foi apresentada e o sistema judicial foi ativado. Muitas vezes, estes homens estão presos a mal-entendidos ou a ideias erradas sobre o processo judicial, resultantes das mensagens contraditórias ou equívocas recebidas dos vários intervenientes e da sua in experiência no ambiente judicial. **A informação é fundamental para esclarecer estas questões e facilitar a compreensão da situação** vivida, não numa perspetiva de rejeição, incompreensão e vitimização face ao funcionamento da justiça, mas sim **numa perspetiva de responsabilização pelos atos praticados** e de compreensão de que o sistema não é perfeito.

Para tal, é por vezes **necessário acompanhar a pessoa em todo o caminho processual**, desde a intervenção policial ou a apresentação da queixa, até à sentença condenatória e às decisões tomadas sobre a sua execução, incluindo medidas cautelares, penais e civis.

Perspetiva terapêutica / psicoeducativa

A psicoterapia é eficaz quando se estabelece uma relação interpessoal sólida entre a pessoa que procura ajuda (neste caso, de forma involuntária) e o ou a terapeuta. A qualidade emocional e relacional desta ligação é essencial para o sucesso do processo terapêutico.

O conceito de "**aliança terapêutica**" refere-se à colaboração entre a ou o terapeuta e o homem sobre o qual se intervém. Este termo foi definido por E.S. Bordin em 1979 e assenta em três elementos-chave:

- ▶ Acordo sobre os objetivos do tratamento: o terapeuta e o "cliente" devem chegar a acordo sobre os objetivos que pretendem alcançar.
- ▶ Acordo sobre as tarefas necessárias: ambas as partes devem chegar a um entendimento sobre as ações e os passos necessários para atingir esses objetivos.
- ▶ Vínculo emocional: é essencial construir uma ligação emocional que permita fazer avançar o processo terapêutico.

A aliança terapêutica é crucial na psicoterapia. Vários estudos demonstraram que **uma forte aliança no início do tratamento permite prever o seu sucesso no final**, independentemente do tipo de problema clínico ou da abordagem terapêutica utilizada.

O construtivismo no âmbito do programa

As **palavras e a linguagem constituem uma das bases do trabalho** e do sucesso deste modelo ou perspetiva. **A criação da realidade através do diálogo**. Segundo Watzlawick et al. (1984), a realidade é uma construção que depende da forma como cada pessoa vê o que a rodeia, e a linguagem é um instrumento de transformação.

A intervenção terapêutica é entendida como o desenvolvimento das capacidades do indivíduo, sendo que as mudanças dependem tanto da sua estrutura como da relação com a equipa terapêutica. A relação terapêutica é um processo de cocriação de significados, no qual o terapeuta orienta e o homem fornece informações fundamentais para superar as suas dificuldades. Não é necessário mergulhar

no passado, mas sim utilizá-lo como fonte de informação para compreender a experiência pessoal.

O objetivo da terapia é definir objetivos claros e realizáveis, com base nos problemas, padrões e processos do participante, **adaptando as técnicas à sua experiência e personalidade**. A **intervenção é personalizada** para cada pessoa, seguindo o princípio de Kelly da "aproximação crédula", que **consiste em aceitar a visão que a pessoa tem do seu problema sem fazer interpretações adicionais**.

Um dos pilares deste programa é o construtivismo, que, combinado com a perspectiva de gênero, possibilita uma intervenção terapêutica eficaz. A equipa terapêutica deve manter uma "distância terapêutica ótima" para estabelecer uma relação sólida com o cliente e fazer com que este se sinta ouvido e compreendido. Esta abordagem é fundamental, dado que a população com que habitualmente se trabalha apresenta defesas emocionais e crenças rígidas relativamente aos papéis de gênero.

Um dos objetivos do programa é desmontar o esquema ideológico sexista, utilizando a linguagem para **criar novas realidades e redefinir significados**. Os quadros de referência que moldam a realidade de cada indivíduo são frequentemente influenciados por uma cultura patriarcal, na qual os papéis de gênero são rígidos e distorcidos.

O feminismo oferece uma perspectiva ampla e flexível, essencial para compreender o comportamento e o sofrimento das mulheres. Uma psicoterapia que não integre esta perspectiva pode revelar-se ineficaz, ou até prejudicial. A teoria feminista é crucial para compreender e abordar os problemas de gênero que afetam as relações de casal e a violência de gênero.

A conjugação do modelo construtivista com a perspectiva de gênero deu origem ao programa de intervenção apresentado neste manual.

Perspetiva humanista

As pessoas que participam nestes programas são, na sua maioria, os chamados "**clientes involuntários**". De um modo geral, não se consideram a si próprios indivíduos com aspetos a melhorar ou que necessitem de passar por um processo psicoeducativo. Pelo contrário, **são homens que se apresentam como vítimas**, sobretudo do sistema judicial. Demonstram fortes mecanismos de defesa, justificando, racionalizando e minimizando as relações e situações que os conduziram ao espaço terapêutico. Estas atitudes são sustentadas por uma **cultura sexista e machista**.

Do ponto de vista externo, pode dizer-se que **chegam sem motivação**. No entanto, temos de considerar que, na verdade, estão motivados, embora não da forma desejada. **A sua motivação é não participar na terapia**. Esta situação é **crucial e vai ditar as nossas práticas**, nomeadamente na fase de acolhimento, no trabalho de motivação e na criação do vínculo terapêutico.

Esta abordagem realça a importância de nos centrarmos na pessoa, a partir da sua situação atual. A relação terapêutica será ajustada de acordo com a fase de mudança em que o indivíduo se encontra quando chega ao programa. É mais eficaz **estabelecer e atingir pequenos objetivos graduais** do que procurar grandes transformações imediatas. **Partimos do princípio de que a mudança é inevitável**, uma ideia que difere do conceito de homeostase e equilíbrio, contra o qual Viktor Frankl, entre outros, se posicionou claramente.

Trabalhar com estes homens **pode ser um processo mais longo e lento** do que trabalhar com pessoas que são voluntárias e estão motivadas desde o início. No entanto, **é possível e o processo é frutífero em muitos casos**, desde que se incluam elementos como a comunicação, o interesse, a preocupação, o cuidado, o respeito e a compreensão.

É provável que encontremos **resistência, rejeição e falta de interesse**, que **deverão ser tratados com aceitação e paciência**, evitando fazer interrogatórios ou exercer pressão. **É importante aguardar pelo momento oportuno** para realizar os confrontos necessários.

Partimos da ideia-chave da visão clássica Rogeriana (Rogers, C.R.) sobre a capacidade das pessoas: os seres humanos têm a capacidade, latente ou manifesta, de se compreenderem a si próprios e de resolverem os seus problemas de forma suficiente para alcançarem a satisfação e a eficácia necessárias a um funcionamento adequado. Além disso, existe uma tendência natural para exercer esta capacidade.

Esta capacidade e tendência, inerentes a todas as pessoas, requerem um **contexto de relações humanas positivas e um espaço seguro** que permita a sua aplicação e desenvolvimento. Ninguém consegue viver uma situação de confusão e um processo necessário de mudança sem acompanhamento e sem saber o que esperar no final dessa longa e difícil viagem.

Estas duas premissas definem os princípios do trabalho que se realiza no âmbito do programa de intervenção, privilegiando a atitude em relação à técnica.

O foco está na pessoa e não no problema. A pessoa que enfrenta este problema e este conflito é considerada na sua totalidade, com a sua luz e as suas sombras, tal como é e tal como é chamada a ser. **O caminho a percorrer**

conduzirá à apropriação da sua situação e das consequências de certos comportamentos sobre outras pessoas de quem gosta ou gostou, **ao domínio das reações impulsivas e ao crescimento pessoal** que lhe permita abrir-se à realidade, tanto a sua como a da sua envolvente.

A máxima de Yalom (Yalom, Irvin 1984), **"o que cura é o vínculo"**, é fundamental para a intervenção. **O vínculo e a relação terapêutica**. As técnicas surgirão mais tarde. Se a ou o terapeuta se concentrar na pessoa como um todo, a técnica será integrada no momento certo, sem se tornar a protagonista da intervenção. É importante recordar que a característica essencial de uma técnica psicoterapêutica é o facto de não exigir um compromisso pessoal por parte da ou do profissional. **A terapia basear-se-á na relação com os homens que participam no programa, de modo a garantir que cada encontro seja significativo**. Desta forma, estes homens terão a oportunidade de **estabelecer um vínculo saudável, um modelo de relação** que, em alguns casos, nunca tiveram a oportunidade de viver.

Se houver um verdadeiro encontro, mesmo que a relação seja temporária, a pessoa pode guardar a experiência e aplicá-la a outras relações. Isto permitir-lhe-á criar laços saudáveis, reforçar a sua rede de relações e agir de forma semelhante noutros contextos.

2.2.2

Modelo de intervenção

Modelo interseccional

A incorporação da perspetiva interseccional num programa de intervenção psicoeducativa com homens sobre a violência contra as mulheres **é essencial** para abordar as múltiplas dimensões que influenciam este tipo de

violência. A interseccionalidade **permite reconhecer que a violência não afeta todas as mulheres da mesma forma, nem é exercida por todos os homens a partir da mesma posição de poder.** Pelo contrário, está atravessada por fatores como a raça, a classe, a orientação sexual, a deficiência, a identidade de género e o contexto sociocultural.

São muitas as **razões para incluir a perspetiva interseccional** ao longo de todo o programa de intervenção com homens agressores, sendo que algumas delas são as seguintes:

► **Evita uma visão homogénea dos agressores e das vítimas.**

Nem todos os homens exercem violência da mesma forma ou pelas mesmas razões. Fatores como a masculinidade hegemónica, a pobreza, a migração ou o racismo podem influenciar a forma como a violência se manifesta e se desenvolve.

► **Identifica situações ou contextos de vulnerabilidade específicos das mulheres vítimas.**

As mulheres indígenas, afrodescendentes, LGBTQ, com deficiência ou em situação de pobreza enfrentam formas agravadas de violência, devido à discriminação estrutural.

► **Favorece estratégias de intervenção mais eficazes.**

Ao compreender como as estruturas de poder e as desigualdades sociais interagem, os programas podem conceber metodologias diferenciadas para

homens com realidades diferentes, evitando abordagens punitivas ou generalistas que podem criar resistência.

► **Quebra a reprodução de estereótipos.**

Uma abordagem interseccional evita supor que todos os homens violentos têm as mesmas motivações ou que todas as mulheres são afetadas pela violência da mesma forma. Tal permite abordar a violência numa perspetiva contextualizada e situada.

► **Promove a análise crítica da masculinidade.**

A integração da interseccionalidade implica questionar não só a violência em si, mas também como as normas de género, o racismo, a exclusão socioeconómica e outras opressões moldam a forma como os homens aprendem e reproduzem o uso da violência.

► **Facilita um processo de reeducação mais inclusivo e transformador.**

A intervenção psicoeducativa não deve centrar-se apenas na prevenção da violência, mas também na reconfiguração de modelos de masculinidade que permitam relações mais igualitárias e livres de discriminação e violência.

Esta perspetiva interseccional é crucial para **compreender a violência de forma integral, conceber intervenções mais justas e eficazes e promover uma verdadeira transformação** na construção de masculinidades não violentas.

Por conseguinte, a abordagem interseccional **será implementada de forma transversal em todo o programa**. A equipa terapêutica deve possuir competências técnicas que lhe permitam detetar e refletir, em cada fase da intervenção e nas unidades de formação, a influência do modelo interseccional e a forma como este afeta os conteúdos tratados e as pessoas.

Modelo multidimensional

O modelo multidimensional aborda o fenómeno da violência contra as mulheres (VCM) a partir de diferentes dimensões, **reconhecendo a complexidade da situação e a interação de vários fatores**. Em vez de se concentrar num único aspeto, este modelo **tem em conta múltiplos elementos** que podem influenciar ou contribuir para o resultado final.

No âmbito deste programa de intervenção sobre a VCM, o modelo multidimensional integra diferentes dimensões, estando alinhado com a abordagem ecológica de Bronfenbrenner. Esta abordagem permite analisar a forma como os vários níveis do meio interagem e afetam a dinâmica da violência:

- ▶ **Dimensão psicológica:** a saúde mental, as emoções, as motivações e os processos cognitivos do indivíduo.
- ▶ **Dimensão social:** o ambiente social, familiar e comunitário que afeta ou está envolvido na situação do indivíduo.
- ▶ **Dimensão cultural:** as crenças, os valores e as normas culturais que influenciam o comportamento.

- ▶ **Dimensão económica:** as condições económicas ou os recursos disponíveis que afetam as oportunidades e a qualidade de vida.
- ▶ **Dimensão educativa:** o nível de educação, as competências adquiridas pelo indivíduo e o seu acesso a novas oportunidades de aprendizagem.

2.2.3

Qualificação do pessoal terapêutico

Uma vez definidos os objetivos e a metodologia, bem como as respetivas abordagens e modelos de intervenção, é altura de nos concentrarmos nas características que devem estar presentes nos profissionais que facilitam os programas de intervenção com homens e que são essenciais para cumprir os critérios de qualidade acordados.

Parte-se do princípio de que **o principal instrumento terapêutico** a pôr em ação é **o pessoal que está à frente da intervenção**, o que não exclui a necessidade de formação específica sobre violência contra as mulheres, experiência no acompanhamento e em grupos, bem como responsabilidade pessoal.

Isto significa que a equipa terapêutica, para além da formação em VCM, em género e em igualdade, **deve ter formação específica em traumas e traumas complexos, bem como a capacidade de facilitar um modelo de intervenção terapêutica de base humanista com perspetiva de género** (Gestalt, integrativa, logoterapia, análise transaccional, sistémica-familiar...).

É necessário apostar em **profissionais** flexíveis, originais e com uma visão alargada, que demonstrem competências para combinar proximidade e firmeza, autenticidade e uma conceção positiva e liberal da pessoa. Isto exige **maturidade emocional**: a capacidade de participar no processo de mudança sem o tentar moldar à sua própria imagem, sem fazer julgamentos, realçando os progressos e envolvendo-se afetivamente. É essencial que a pessoa terapeuta se deixe afetar e questione as suas próprias crenças sobre as questões a serem trabalhadas.

A capacidade e a prática empática são consideradas fundamentais para qualquer terapeuta. Tal só é possível se estiver "*interiormente organizado*", o que lhe permitirá reorganizar, se necessário, o seu sistema de necessidades, interesses e crenças.

Relativamente aos terapeutas, concordamos com Kaiser (Helmuth Kaiser, 1965) que estes devem ter, pelo menos, as seguintes características:

- ▶ Um interesse genuíno pelas pessoas.
- ▶ Uma abordagem teórica que ajude as pessoas a comunicarem livremente.
- ▶ Ausência de padrões que obstaculizem o encontro.
- ▶ Recetividade.

Por conseguinte, a equipa terapêutica deve **rever e clarificar os seus valores e crenças**, assumindo a **responsabilidade** de proporcionar às pessoas alternativas que lhes permitam modificar as suas formas de funcionamento. Trata-se de pôr em prática os **princípios clássicos da relação de ajuda**, acompanhando

as pessoas cujas capacidades de reação estão bloqueadas, de modo a ajudá-las a ultrapassar um conflito.

Não se trata de uma "*intervenção*", mas sim de acolher o mundo do outro, num clima de respeito e centrado nas suas necessidades. Trata-se de estabelecer uma relação em que a outra pessoa possa descobrir por si mesma a sua própria capacidade de a utilizar para amadurecer e, assim, **provocar a mudança** e o desenvolvimento pessoal.

Atitudes de base da equipa terapêutica

O sucesso da intervenção terapêutica depende, em grande medida, das atitudes adotadas pela equipa terapêutica na sua prática diária. Para além de incluir uma lista de máximos, as **três atitudes básicas** que devem estar presentes nesta equipa são as seguintes (Rogers C.R, 2004).

- ▶ **Empatia:** Descreve-se como "*colocar-se no lugar do outro*". Ao contrário da simpatia, que implica identificar-se com o outro, a empatia consiste num movimento do ajudante em direção ao ajudado, com vista a compreender o seu mundo. Requer uma perceção aguçada e sensível das manifestações da outra pessoa, como os sentimentos, os significados ou as vivências, de modo a facilitar a resolução de uma crise. As dificuldades em ser empático incluem o medo de se envolver emocionalmente, a própria vulnerabilidade e, por vezes, a crença de que não é eficaz.
- ▶ **Autenticidade:** Refere-se à coerência entre o que se diz, o que

se sente e o que se faz. Implica um nível básico de autoconhecimento e uma boa comunicação entre o que se sente, aquilo de que se tem consciência e o que se acaba por expressar.

- ▶ **Aceitação incondicional:** Implica a ausência de julgamento moral na relação com a outra pessoa, aceitando a sua forma diferente de considerar a vida. Isto não exclui ter os seus próprios valores e comunicá-los, mas sim não os impor. Significa respeitar o outro simplesmente por ser pessoa, mesmo que não se concorde com o seu comportamento. Significa confiar nos seus recursos para enfrentar os problemas e na sua capacidade de querer o bem e de decidir em conformidade, mesmo que esteja errado. Trata-se de aceitar incondicionalmente as suas decisões e a sua pessoa.

Competências terapêuticas necessárias

Para além das atitudes básicas essenciais mencionadas, é necessário desenvolver um conjunto de competências específicas que permitam uma intervenção eficaz e transformadora. A equipa terapêutica deve possuir, pelo menos, as seguintes competências:

- ▶ **Escuta ativa:** Consiste em acolher a pessoa e a sua mensagem, o que está intimamente relacionado com a capacidade de observação:

ver, ouvir e escutar, tanto o que é dito como o que não é expresso verbalmente. Os principais obstáculos à escuta são a ansiedade, a pressa, a impaciência, a superficialidade, a passividade e a tendência para julgar, interpretar, consolar ou dar sermões. Trata-se de fazer um silêncio interior, de utilizar e de colocar à disposição do outro o tempo mental livre.

- ▶ **Resposta empática:** Consiste em compreender o que a pessoa está a viver e os significados que a sua situação tem para ela, refletindo essa compreensão através de palavras e linguagem não-verbal. Isto inclui não só o que é dito, mas também o que é expresso de forma não-verbal. É importante concentrarmo-nos em ouvir o que a outra pessoa exprime e evitar interpretar a partir da nossa própria perspetiva da realidade.
- ▶ **Personalização:** Consiste em concretizar, especificar e evitar que a pessoa generalize, e em ajudá-la a assumir a sua responsabilidade pessoal. O foco centra-se no que significa para ela o que expressa sobre os seus sentimentos, as suas experiências e o que procura alcançar.
- ▶ **Confrontação:** Consiste em convidar a pessoa para um exame mais aprofundado, mostrando-lhe as discrepâncias entre os seus sentimentos, pensamentos e ações. O objetivo é torná-la consciente de conteúdos que expressou,

mas que até agora tinha evitado considerar, promovendo uma responsabilização progressiva. Trata-se de um processo de desmascaramento que visa uma mudança construtiva e um desafio para redescobrir potencialidades ocultas ou mal utilizadas, a fim de as traduzir num programa de ação. A confrontação só deve ocorrer após um acolhimento incondicional, num clima de diálogo. Deve ser concreta e específica, apresentando-se como uma proposta e não como um juízo ou uma crítica.

2.2.4

O grupo como formato de intervenção

O trabalho de grupo é um dos espaços mais privilegiados para a reflexão e a ação nos domínios psicoeducativo e terapêutico. Os grupos de trabalho psicoeducativo proporcionam um ambiente rico em estímulos e oportunidades de crescimento pessoal, autoconhecimento, amadurecimento e motivação para a mudança. De facto, são considerados mais eficazes do que os modelos de intervenção individual. As experiências e reflexões das últimas décadas demonstram os recursos e o potencial do trabalho em grupo. Estas vantagens devem-se ao facto de o conhecimento e a mudança resultarem não só da transmissão de informações, mas também do envolvimento emocional direto dos seus membros. O conhecimento integra-se de forma eficaz quando se centra e analisa a experiência vivida em relação aos outros.

Conceptualização do trabalho em grupo

É importante salientar que a perspetiva principal a partir da qual o trabalho de grupo é concebido é a humanista, o que se refletirá no que se segue.

Os aspetos do trabalho de grupo baseiam-se nos seguintes princípios, que são essenciais para acompanhar os processos pessoais:

- ▶ A pessoa como um ser aberto.
- ▶ A existência humana resulta da fórmula antropológica "ser eu significa ser consciente e ser responsável".
- ▶ As necessidades relacionais das pessoas.

A visão da pessoa como um ser aberto

Os seres humanos só podem amadurecer e crescer através de relações significativas com os outros. Por esta razão, o trabalho será baseado no binómio "liberdade-responsabilidade", do qual derivam práticas de grupo não reducionistas que abrangem todas as dimensões da pessoa. Isto exige autoconhecimento, escolha, coerência e capacidade de auto-transcendência, ou seja, a capacidade de sair de si próprio para se entregar a uma tarefa concreta, como amar uma pessoa, mantendo sempre a capacidade de moldar a atitude perante os acontecimentos da vida. Trabalhar de forma constante a partir desta perspetiva permitirá desenvolver a empatia, elemento-chave nos processos mencionados.

"Ser eu" significa ser consciente e ser responsável

É no grupo que se desenvolve o trabalho fundamental do programa para cada pessoa, centrado em três orientações principais:

1. **Aprender a pensar:** O objetivo é educar a dimensão racional. Isto implica desenvolver critérios para organizar a informação e atribuir a importância adequada a cada aspeto, criando um espaço para a reflexão e para agir de forma coerente. Além disso, a aprendizagem é feita com base numa visão crítica da sociedade e da cultura, com especial ênfase na perspectiva feminista.
2. **Ensinar a gostar:** Gostar com eficácia implica compreender o gostar como um ato de vontade, ordenando os impulsos de modo a tomar decisões responsáveis, através de um uso adequado da liberdade. Isto requer autoconhecimento e um trabalho de consciência emocional para lidar com as dificuldades e as frustrações como parte integrante do processo pessoal.
3. **Ensinar a amar:** Abordar a afetividade para conseguirmos amar intensamente, valorizar a vida e desenvolver um projeto de vida coerente e duradouro. O conhecimento dos nossos afetos, das suas causas e consequências, contribuirá para o desenvolvimento adequado da empatia e da responsabilidade.

As necessidades relacionais das pessoas

Este princípio é uma das premissas fundamentais da psicoterapia integrativa, segundo a qual os seres humanos têm necessidades psicológicas básicas de relacionamento que orientam o seu comportamento. A este respeito, baseamo-nos no trabalho de (Richard Erkine, 2016).

Estas necessidades incluem:

- ▷ **A necessidade de estimulação.**
Estimulação interna (sensações e emoções) e estimulação externa. Fornece as informações necessárias para orientar a satisfação das necessidades básicas.
- ▷ **A necessidade de criar estrutura.**
É o motor da organização das experiências e constrói configurações percetivas visuais, auditivas, táteis e cinestésicas. Trata-se de uma tendência inata para dar significado à experiência, tornando-a previsível e conferindo-lhe continuidade ao longo do tempo. Responde à necessidade de abordar as três questões existenciais: "Quem sou eu?", "Quem são os outros para mim?" e "O que estou a fazer neste mundo?".
- ▷ **A necessidade de estabelecer relações com outras pessoas significativas que proporcionem afeto, cuidados e proteção.** Estas relações são construídas através do contacto interpessoal, que inclui tanto o estímulo do contacto físico como o reconhecimento validador do outro relativamente às suas qualidades e à sua própria existência.

Assim, as necessidades relacionais envolvem a necessidade de contacto interpessoal. Isto inclui:

- ▶ **Necessidade de segurança:** Responde à necessidade de ser vulnerável (sensível) e de estar em harmonia com os outros, envolvendo a resposta de proporcionar proteção sob a forma de segurança física e afetiva, bem como de respeito.
- ▶ **Necessidade de validação, confirmação e de se sentir importante:** Implica a necessidade de sentir que a experiência é válida, importante e aceite pelo outro.
- ▶ **Necessidade de aceitação por parte de uma figura protetora:** Trata-se da necessidade relacional de ser aceite por alguém consequente, fiável e digno de confiança.
- ▶ **Necessidade de confirmação da experiência:** Manifesta-se pela necessidade de ter a experiência confirmada através do desejo de estar na presença de alguém que é semelhante, que compreende porque viveu uma experiência parecida.
- ▶ **Necessidade de autodefinição:** Em que a forma única de ser da pessoa (a sua singularidade) pode ser manifestada e aceite pelo outro sem ser humilhada.
- ▶ **Necessidade de causar impacto:** Refere-se a ter uma influência que afete o outro de alguma forma

desejada. Surge quando se atrai a atenção do outro de forma ativa e eficaz, ocorrendo uma mudança no seu comportamento ou afeto.

- ▶ **Necessidade de que o outro tome a iniciativa:** Conseguir que o outro tome a iniciativa em relação às nossas necessidades.
- ▶ **Necessidade de expressar afeto:** A sintonia com a necessidade relacional da pessoa de expressar amor consiste na aceitação com agrado, por parte do terapeuta ou do outro, da gratidão do primeiro e de expressões gentis de afeto, bem como no reconhecimento do papel normal do afeto na manutenção de uma relação importante.

Estas necessidades vitais encontram no espaço do grupo uma resposta que, embora possa não ser plena, é adequada. Assim, é a **própria dinâmica da reunião de grupo que gera múltiplas e diversas possibilidades**, favorecendo a explicitação de objetivos de um programa dirigido a homens condenados por crimes de violência contra as mulheres (VCM), tais como a empatia, a escuta ativa e a comunicação.

Um dos aspetos mais interessantes do trabalho de grupo é o **processo de autoconhecimento**, que não ocorre de forma imediata ou automática, mas sim de maneira gradual, através de um processo de abertura e de encontro com os outros e consigo próprio. Outro aspeto decorrente do anterior é a capacidade de compreender e reestruturar o próprio pensamento e comportamento, especialmente no que se refere a crenças e ideias distorcidas.

Isto acontece como consequência de uma maior consciencialização e clareza na perceção de si próprio e dos outros, bem como de um renovado sentimento de segurança e de uma maior capacidade de gerir o seu comportamento e as suas relações.

Vantagens do formato de grupo

Tendo em conta o anteriormente exposto, é possível estabelecer as vantagens do trabalho de grupo, que são as seguintes:

- ▶ Toma e dá força aos participantes.
- ▶ Permite gerar uma cultura de encontro e de compromisso com o outro (em que o outro "sou eu próprio"), aumentando as possibilidades de identificação com situações e problemas.
- ▶ Os custos são mais acessíveis do que os de longos períodos de terapia individual.
- ▶ Fomenta a capacidade de empatia e de autodistanciamento, levando a uma maior consciencialização da própria realidade e da necessidade de mudança.
- ▶ Potencia os resultados das terapias individuais.
- ▶ Permite um enriquecimento ao contar com pessoas que, num determinado momento, podem atuar como agentes terapêuticos.
- ▶ Leva a descobrir que há outras pessoas que estão a viver ou

viveram a mesma situação e que estão a realizar processos de mudança e a superar problemas semelhantes.

- ▶ Permite aprender a resolver situações problemáticas.
- ▶ Fomenta as perguntas de sentido necessárias para a mudança.
- ▶ Alarga o panorama para considerar alternativas e compreender o sentido e os valores.
- ▶ Proporciona apoio emocional e um sentimento de pertença.
- ▶ Exige responsabilidade com base na pertença.
- ▶ Trata-se de um espaço seguro para expressar emoções, modelar comportamentos e redefinir conceitos.
- ▶ Os modelos de contraste são "pessoas não especialistas", o que aumenta a motivação para a mudança.

Configuração do grupo

No que respeita à configuração do grupo, devem ser tidos em conta os seguintes elementos:

- ▶ **O espaço físico.** Deve ser acessível, atraente e promover o encontro, a segurança, a intimidade e a interação

entre as pessoas. Recomenda-se que os lugares sejam confortáveis e iguais, colocando-os todos à mesma altura e permitindo uma disposição em círculo.

- ▶ **O número de pessoas que compõem o grupo.** De 7 a 12 pessoas, no máximo (idealmente 10), com flexibilidade, tendo em conta que um número inferior restringe a interação e que mais de doze pessoas impede que cada uma tenha o seu espaço de expressão.
- ▶ **O período de tempo.** Frequência semanal de 120 minutos, tempo suficiente para favorecer a coesão do grupo e, consequentemente, um trabalho produtivo em relação aos objetivos definidos, sem que seja entendido como interminável. Isto implica um acompanhamento individualizado.
- ▶ **Que seja aberto ou fechado.** No grupo aberto, entram pessoas novas consoante o ritmo e o número de pessoas presentes em cada momento. São grupos flexíveis que beneficiam da entrada e saída de cada pessoa. Os objetivos são claramente personalizados e o acompanhamento é individualizado. São grupos sem fim, com vida própria. Nos grupos fechados, consegue-se uma maior estabilidade, continuidade e coesão. O modelo proposto baseia-se em grupos fechados, com uma duração semelhante à de um ano letivo: cerca de 9 meses, com aproximadamente

50 sessões, sempre em função dos critérios económicos que determinam o início e o fim dos processos.

- ▶ **A configuração do grupo.** Envolve a seleção dos participantes. Estes deverão ser compatíveis entre si e partilhar um objetivo comum. Além disso, deverão ter passado por uma fase de acolhimento individual, na qual clarificaram os seus objetivos pessoais, assumiram uma parte da responsabilidade pelo tema a abordar e manifestaram motivação e vontade de mudar e de o fazer em grupo. O grupo deverá ser heterogéneo, com base em critérios interseccionais. Esta decisão será tomada em conjunto pelo terapeuta e pela pessoa em terapia. Por outro lado, deverá ser excluído qualquer tipo de psicopatologia não estabilizada e/ou de toxicodependência ativa.
- ▶ **Apoio em sessões individuais.** Sempre que a pessoa que participa no grupo ou a equipa terapêutica considerarem necessário, as sessões de grupo serão complementadas com sessões individuais.

Funcionamento do grupo.

Quanto ao funcionamento do grupo, serão propostos conceitos de base que implicarão uma prática concreta e muito flexível, exigindo do terapeuta a capacidade de "aproveitar" qualquer mensagem dos participantes.

- ▶ O **material** fundamental de trabalho é o que os participantes trazem e partilham. As dinâmicas de grupo serão determinadas em função disso, tendo sempre em conta o objetivo principal do programa. Tal permitirá que as decisões sobre os temas sejam tomadas com flexibilidade, mas também com clareza e firmeza.
- ▶ Cada participante deve ter o seu próprio **espaço** para se exprimir.
- ▶ O grupo é concebido como um **espaço seguro**, com compromisso de confidencialidade e limitado apenas à ausência de risco para os participantes ou para terceiros.
- ▶ **As regras básicas** incluem a ausência de violência física ou verbal, o respeito pelos membros do grupo e pelas outras pessoas de quem se fala, a pontualidade, a assiduidade e a não-utilização de drogas de qualquer tipo (legais ou ilegais), bem como a manutenção da confidencialidade sobre o que é partilhado no grupo.
- ▶ Falar na primeira pessoa.

A estruturação das sessões

Cada sessão de grupo deverá ter a seguinte estrutura:

- ▶ **Ronda inicial de novidades pessoais.** Em determinados momentos, e consoante a situação do grupo ou

os temas considerados importantes, será feita uma ronda guiada, em que cada membro responderá a uma pergunta de tipo existencial relacionada com o que os une e com o mundo emocional (por exemplo, qual é o sentimento mais presente na última semana? Como é que o expressei? Como é que fui notado? O que é que espero deste encontro? Há algo que queira agradecer? Há algo que gostaria de ter dito ou feito na última reunião? Qual foi o aspeto mais positivo desta semana?). Esta alternativa dependerá sempre das necessidades dos membros do grupo. O material pessoal é muito mais útil do que qualquer dinâmica estruturada antecipadamente.

- ▶ Caso alguma **comunicação dos membros do grupo** tenha pertinência e esteja relacionada com um dos temas a trabalhar no processo, esta será nomeada e trabalhada numa perspetiva personalista e construtivista. Muitas das sessões são preenchidas com os contributos dos participantes, através dos quais serão abordados os diferentes elementos psicoeducativos do programa, os quais serão incluídos nos registos.
- ▶ **Abordagem do aspeto a trabalhar**, detalhada no capítulo dos conteúdos (Secção 4 do presente documento).
- ▶ **Ronda final**, na qual cada membro do grupo partilha o que retirou da sessão e como se sente a nível emocional.

Acompanhamento das sessões

Para **acompanhar e controlar** os progressos alcançados pelo programa, no final de cada sessão de trabalho, a equipa terapêutica preencherá uma **ficha de registo** sobre os conteúdos tratados em cada sessão de grupo. A evolução terapêutica de cada participante será também registada numa **ficha individual**, através de um método de observação aplicado ao longo das sessões.

Para além destes dois documentos, será elaborado um **diário evolutivo**, no qual os aspetos mais importantes de cada sessão de grupo serão descritos com maior profundidade do que na ficha de registo. Neste diário, serão registados acontecimentos significativos relativos ao funcionamento do grupo, como conflitos ou alianças entre os participantes, bem como outras novidades.

A equipa terapêutica realizará **reuniões semanais** para analisar a **evolução dos objetivos individuais de cada participante** e dos **objetivos gerais do grupo**. As fichas

individuais servirão de referência para discutir os progressos, a participação e o cumprimento dos compromissos assumidos. Este acompanhamento dos participantes (método qualitativo) terá um **peso maior** - até - do que os questionários quantitativos na avaliação da evolução dos participantes e do funcionamento do grupo.

Esta **reunião semanal** da equipa terapêutica servirá também para preencher o diário evolutivo, com base na discussão racional e na observação das e dos profissionais ao longo das sessões.

O objetivo é realizar um **acompanhamento contínuo durante todo o programa**, recorrendo a estas ferramentas (fichas e diário), bem como à supervisão das sessões de grupo, às discussões racionais e à observação dos participantes, entre outros aspetos.

O Anexo III inclui um **modelo de tabela de registo**, um modelo de **ficha individual** do conteúdo terapêutico e um modelo de **diário evolutivo** das sessões.



Tal como acontece com muitos programas de intervenção social, os programas destinados a homens condenados por violência contra as mulheres são frequentemente **controversos** devido à escassez de resultados, tanto positivos como negativos. Tal pode dever-se a um financiamento insuficiente, à falta de meios técnicos e humanos, bem como ao desconhecimento ou à falta de sistematização.

No entanto, **os dados revelam que estes programas conseguem alcançar uma certa melhoria nas taxas de violência exercida por estes homens, aumentando a sensibilização e a consciencialização em termos de igualdade.** Para se obterem resultados positivos, **é necessário melhorar os sistemas de acompanhamento e de avaliação destes programas.**

A bibliografia consultada aponta para **desafios comuns** a muitos dos programas analisados neste domínio, que podem ser resumidos da seguinte forma:

1. Falta de formação na aplicação dos instrumentos de avaliação.
2. Falta de acompanhamento ou de mecanismos de acompanhamento.

3. Falta de triangulação das fontes.
4. Falta de sistematização das experiências e de divulgação das aprendizagens adquiridas.

As recomendações para melhorar a eficácia das avaliações destes programas incluem:

1. Longos períodos de acompanhamento.
2. Monitorização contínua dos participantes para avaliar os seus progressos e garantir que não reincidem em comportamentos violentos.
3. Avaliação contínua para assegurar a qualidade da intervenção.
4. Avaliação de impacto, recorrendo a metodologias rigorosas, que incluem a triangulação das fontes de informação e a consideração da perspetiva das vítimas.

A seguir, são analisados os instrumentos de avaliação habitualmente utilizados neste tipo de programas de intervenção, realçando-se as respetivas vantagens e desvantagens. Por fim, propõe-se uma série de instrumentos de medição, a título de recomendações, que acompanharão este manual e funcionarão como uma "Caixa de Ferramentas" para medir a mudança.

3.1

Instrumentos de avaliação

Em alguns programas de intervenção com homens, optou-se por criar um conjunto de questionários psicométricos, que incluem um grande número de testes destinados a medir aspetos da personalidade, crenças sexistas, comportamentos violentos e competências de gestão emocional, entre outros. Nestes casos, é necessário dispor de financiamento suficiente para aplicar e corrigir esses questionários antes e depois do tratamento, bem como da formação necessária para o efeito, a que se seguirá um trabalho pormenorizado de sistematização dos resultados.

Para os participantes no programa, a aplicação do conjunto de testes é frequentemente **muito trabalhosa** (questionários muito longos, linguagem técnica, letra pequena, problemas de leitura e de escrita, problemas de concentração, etc.). Além disso, o facto de poder gerar ideias patologizantes sobre os motivos que levam à participação num programa de VCM, faz com que os participantes **respondam de forma tendenciosa**, com um elevado componente de desejabilidade social. Tal provoca resultados contraditórios e uma eficácia do programa não conclusiva.

Também se observou em diferentes programas que os resultados nos pré-tratamentos são melhores do que nos pós-tratamentos.

Isto deve-se ao facto de os participantes, inicialmente, terem respondido com um viés de desejabilidade social e, paradoxalmente, com uma falta de sensibilização para a questão. Por outras palavras, **no pós-tratamento, com o programa já implementado e trabalhado, os participantes foram mais sinceros e assumiram mais responsabilidade pelas suas ideias e ações.**

Em muitos casos, optou-se por **incluir a incidência e a reincidência** em VCM como método de avaliação dos resultados e da eficácia do programa. Esta opção **apresenta algumas dificuldades de medição**, dado ser possível optar por utilizar apenas dados policiais (queixas), judiciais (condenações), auto-relatórios ou testemunhos de parceiras, ex-parceiras ou familiares. Aqui surge um problema bem conhecido: é muito comum ocorrerem episódios de VCM e **a vítima não denunciar a agressão** por várias razões.

As tarefas de medição são realmente importantes para poder validar o trabalho efetuado e verificar as alterações. Alguns programas limitam-se a realizar **medições funcionais**, que são úteis, fáceis de aplicar, não clínicas nem patologizantes, e que medem aspetos muito concretos. Deste modo, evita-se algum enviesamento nos participantes.

Por outro lado, uma elevada percentagem de programas realiza **avaliações qualitativas**, através de entrevistas diretas com os homens, com feedback da equipa terapêutica e, em alguns casos, com feedback da família, das parceiras ou ex-parceiras.

Quanto aos **instrumentos e ferramentas utilizados** para avaliar a validade e a eficácia dos programas, existe uma grande variedade e, infelizmente, **não há consenso na comunidade científica sobre quais são os mais válidos e recomendados.** Embora os testes destinados a medir fatores, traços ou dimensões da

personalidade, interesses ou competências cognitivas sejam amplamente aceites e validados, os questionários relacionados com a violência exercida, as crenças sexistas e o machismo, apresentam preconceitos de género, bem como falta de sistematização, padronização e adaptação cultural. Este facto **torna a avaliação quantitativa** de alguns programas **muito complicada**.

Por outro lado, existe também a **apreciação ou avaliação qualitativa**, que analisa diferentes **características dos programas na perspetiva da equipa terapêutica**, dos próprios **participantes** e das suas **famílias, parceiras ou ex-parceiras**, recorrendo a métodos de observação e técnicas qualitativas. Trata-se de uma **avaliação subjetiva** baseada em experiências, sentimentos, opiniões e emoções, obtidos através de entrevistas, grupos de discussão, inquéritos de satisfação e observação de mudanças cognitivas, emocionais e comportamentais, registadas pelos facilitadores ao longo da implementação.

3.2

Ferramentas para avaliar a mudança

A proposta deste manual é que a avaliação seja abrangente, funcional e tenha um objetivo claramente definido. Para esse efeito, foi concebida uma **caixa de ferramentas, que inclui questionários qualitativos e quantitativos**, permitindo a medição de variáveis relacionadas com a violência, o risco, as tarefas domésticas e a prestação de cuidados.

Foram selecionadas várias ferramentas **quantitativas fáceis de utilizar**, tanto pela equipa terapêutica como pelos participantes no programa. Trata-se de ferramentas **comprovadas, fiáveis e validadas** pela comunidade científica. Todos os questionários, **à exceção de um, têm acesso livre e gratuito**. Apenas foi incluída uma ferramenta que deve ser paga: a S.A.R.A. V3, dada a sua importância para as e os profissionais na prevenção da violência conjugal antes de esta ocorrer. Esta ferramenta já provou a sua eficácia em países como o Canadá, Estados Unidos, Reino Unido, Alemanha, Países Baixos e países nórdicos. De qualquer modo, as restantes ferramentas respondem perfeitamente aos objetivos pretendidos para medir a eficácia do trabalho realizado, a prevenção da VCM e/ou as mudanças produzidas nos homens participantes. Caberá a cada programa de intervenção decidir se a integra ou não entre as suas ferramentas.

Além disso, a Caixa de Ferramentas inclui **uma ferramenta de medição da mudança qualitativa**, que poderá ser **mais eficaz para alcançar os objetivos dos programas de intervenção**, na medida em que permite uma visão mais concreta do momento específico que está a ser avaliado. Inclui também outra ferramenta que permite aos participantes avaliar o programa de intervenção.

A caixa de ferramentas encontra-se no final do presente documento.

Os conteúdos de todo o programa **constituem o seu núcleo central**. Segue-se uma breve apresentação de uma proposta a ser trabalhada no programa pela equipa terapêutica no seu dia-a-dia, tendo sempre em mente que o material principal provém dos homens participantes. Este material servirá de **ponto de partida preferencial** para abordar os diferentes conteúdos. Isto requer uma escuta ativa e profunda, uma atenção plena e uma relação terapêutica de confiança, que se estabelece desde o início, permitindo encarar o trabalho, frequentemente desafiante, em termos de progresso e melhoria.

Além disso, **a equipa terapêutica deve desenvolver competências para abordar todos os conteúdos de forma transversal, adotando uma perspetiva feminista** e dedicando especial atenção à unidade sobre perspetiva de género. Para tal, **é essencial ter conhecimentos aprofundados** sobre todos os conteúdos do programa. Estes conteúdos são necessários e, do ponto de vista da psicologia e com a formação adequada, são abordáveis. Os responsáveis pela implementação do programa podem ampliá-lo, tendo sempre em conta a perspetiva de género e relacionando-o com as restantes unidades.

4.1

Admissão ao programa

O sistema jurídico de cada país estabelece o **acesso e o encaminhamento** para programas destinados a homens condenados por violência

contra as mulheres (VCM) em regime aberto. Esta situação pode variar em função da legislação, dos recursos disponíveis e/ou dos serviços existentes em cada país. Os critérios gerais de admissão serão os estabelecidos em cada caso, constituindo **o primeiro filtro** de admissão ao programa.

Nesta fase, **é também avaliada a adequação ou não de cada indivíduo ao programa**, tendo em conta a sua situação profissional, os horários, as distâncias e a logística pessoal. É de notar que, caso a legislação nacional estabeleça a obrigatoriedade de participação no programa, este será apenas aberto aos homens que **possam frequentar na sua totalidade**. Tudo isto sem prejuízo do pressuposto de que, em certas ocasiões, os utentes não consigam comparecer por razões justificadas.

O **segundo filtro corresponde à equipa terapêutica** do programa, que formará os **grupos de intervenção**. **Idealmente, os grupos deverão ser heterogêneos e multiculturais**. Neste sentido, é essencial que a equipa técnica tenha a **autonomia** necessária para decidir quem admite no grupo, pois disso pode depender **o sucesso do programa**. Pessoas com dependências ativas, especialmente perturbadoras, sem qualquer predisposição ou com dificuldades logísticas, limitarão e condicionarão o funcionamento adequado do grupo. Estes homens necessitam de um tipo específico de intervenção para poderem cumprir a obrigação de participar num

programa deste género, caso a participação seja obrigatória por lei. Nesse sentido, **é importante dispor de um manual de recursos sociais e clínicos para poder encaminhar aqueles que o necessitem**. Tal poderá ser o caso de programas de desabitação do consumo de substâncias tóxicas ou de uma intervenção mais clínica para o tratamento de perturbações mentais (surto psicóticos, esquizofrenia, depressão, etc.).

Os critérios a ter em conta são os seguintes:

Critérios de admissão

- ▶ Ausência de critérios de Não-admissão.
- ▶ Boa predisposição e motivação.
- ▶ Compromisso com a assiduidade e a pontualidade.
- ▶ Certo grau de responsabilidade.

Critérios de NÃO-admissão

- ▶ Toxicodependência ativa.
- ▶ Perturbações de saúde mental graves e não estabilizadas.
- ▶ Entrada iminente na prisão.
- ▶ Ausência de motivação e má predisposição.
- ▶ Conhecimentos insuficientes da língua.

Critérios de expulsão

- ▶ Faltas injustificadas e reiteradas.
- ▶ Falta de envolvimento e de participação.
- ▶ Falta grave de respeito para com os restantes elementos do grupo ou para com os terapeutas.
- ▶ Quebra da confidencialidade.

4.2

Estrutura do programa

Propõe-se que a **estrutura do programa seja flexível**, permitindo a combinação de sessões de grupo com sessões individuais, sempre que solicitado pelo utente ou considerado adequado pela equipa terapêutica. Desta forma, será mais fácil lidar com conteúdos específicos que afetam cada pessoa, tais como aspetos traumáticos.

O **programa divide-se em três fases**: uma fase inicial, uma fase de grupo e uma fase de acompanhamento, cujas características são apresentadas a seguir.

Fase inicial

Esta fase inicial é individual e divide-se em vários momentos:

- ▶ O primeiro momento consiste no acolhimento, no estabelecimento da aliança terapêutica e na definição do contexto.
- ▶ O segundo momento, denominado “fase social”, é aquele em que se estabelece a relação terapêutica adequada.
- ▶ Trata-se de uma fase de conhecimento da pessoa, com uma curiosidade genuína, para se obter a máxima informação possível sobre ela (genograma, custódias, situação profissional, passatempos, etc.), definir objetivos individuais, empatar e filtrar.

É neste espaço que se podem **identificar** aspetos traumáticos da vida do utente e estabelecer um acompanhamento terapêutico individualizado para **lidar** com essas experiências. Estes aspetos são essenciais para uma melhor compreensão

do utente e para que este estabeleça uma ligação entre as suas experiências passadas e a violência por si praticada. É também nesta fase que se podem **detetar** problemas relacionados com o abuso de substâncias e definir o percurso terapêutico mais adequado.

Nesta fase, começa-se a trabalhar a adesão ao tratamento e a motivação.

A fase inicial decorre em duas a quatro sessões individuais, cada uma com a duração de uma hora. **A equipa terapêutica não se apresenta como especialista, mas sim de forma horizontal.** Sempre que possível, esta fase deverá envolver um **par misto de terapeutas**.

Fase de grupo

A fase de grupo é a **mais longa** e é onde:

- ▶ O programa é desenvolvido.
- ▶ Os testes psicométricos são aplicados.
- ▶ Tem lugar a despedida.

Fase de acompanhamento

Esta fase tem como objetivo **avaliar individualmente a evolução e o progresso** de cada participante no programa após a sua conclusão. Propõe-se **um acompanhamento aos 6 e aos 12 meses** após a conclusão. A sua finalidade é **verificar**, por meio de entrevistas não estruturadas (presenciais, telefónicas ou telemáticas), a **consistência das mudanças, bem como identificar melhorias e possíveis dificuldades ou recaídas**. Sempre que possível, e com o consentimento dos utentes, sugere-se **que as informações sejam contrastadas** com os diferentes recursos e agentes sociais que intervenham ou tenham podido intervir com a pessoa.

4.3

Desenvolvimento do programa e conteúdos

A seguir, é apresentada uma descrição do conteúdo do programa e dos elementos-chave para o seu desenvolvimento. O esquema utilizado é o seguinte:

- ▶ Em primeiro lugar, aparece **o nome da unidade** que será trabalhada em cada sessão.
- ▶ Este é acompanhado por uma lista de **aspetos considerados fundamentais** o trabalho. Trata-se de aspetos flexíveis, que podem ser alterados e alargados de acordo com as necessidades do programa.
- ▶ Além disso, é apresentada a **relação transversal** que deve existir entre cada uma das unidades, um elemento-chave que permitirá **reforçar o trabalho** realizado de forma específica.

! Nota importante

O conteúdo das unidades é apresentado como um guia para a estruturação do programa. Cada terapeuta deverá adaptar os conteúdos à sua formação e experiência. Não se trata de um manual que aborde exaustivamente a temática de cada unidade, mas sim de uma indicação do caminho a seguir, assinalando as paragens obrigatórias da viagem que significa trabalhar com um grupo de pessoas com estas características.

Estas paragens, ou unidades, deverão ser desenvolvidas de forma psicoeducativa e terapêutica pela equipa técnica, tendo em conta as particularidades de cada grupo. As explicações e o vocabulário serão adaptados ao nível dos participantes.

4.3.1

"Como o fazemos"

Esta secção analisa os elementos e as técnicas que se repetem ao longo das intervenções individuais e de grupo, bem como em cada uma das fases. O objetivo é que o grupo, com a orientação da equipa terapêutica e através de uma abordagem construtivista, elabore em conjunto novos quadros conceptuais que sirvam de referência para desenvolver relações baseadas no respeito, na igualdade e no cuidado.

Exposição

Será feita uma exposição clara, concisa e concreta para explorar os pontos de partida e definir os conceitos fundamentais de cada unidade. Com base nos vários modelos terapêuticos propostos pela abordagem humanista (Gestalt, sistémica, corporal, terapia centrada no cliente, terapia das necessidades humanas, terapia feminista e terapia integrativa, entre outros), o foco estará no desenvolvimento pessoal de cada participante. Será assegurado que todo o grupo compreenda adequadamente os conceitos, de modo a estabelecer uma base de conhecimentos a partir da qual se possa construir.

Os responsáveis pela implementação do programa poderão utilizar recursos audiovisuais para introduzir e trabalhar as diferentes unidades. Desta forma, será possível visualizar excertos de filmes (por exemplo, "Inside Out"), bem como publicidade, canções atuais e infantis, e conteúdos das redes sociais e de influenciadores. Serão utilizados todos os recursos materiais necessários e disponíveis para cumprir o programa.

Para facilitar a compreensão e o acompanhamento das sessões, é recomendável utilizar uma ferramenta audiovisual (como uma apresentação em PowerPoint ou similar).

As apresentações devem ser feitas de forma acessível e adaptada às necessidades de cada pessoa e do grupo. Deve evitar-se uma abordagem demasiado técnica.

Não são recomendadas exposições magistrais nem uma postura de autoridade ou de posse da verdade absoluta. Se o trabalho for bem realizado, a equipa terapêutica tornar-se-á, naturalmente, uma referência para os participantes do grupo.

Dinâmicas de grupo

As dinâmicas de grupo ocupam um lugar importante no desenvolvimento do programa, não só para favorecer a interação, comunicação e trabalho de equipa, mas também para facilitar a interiorização e a assimilação dos conceitos.

As técnicas de dramatização, como o *role-playing*, revelam-se muito úteis neste tipo de grupos. Permitem explorar as emoções, atitudes, valores e perceções que influenciam o pensamento e o comportamento dos participantes, estimulando simultaneamente a empatia e a escuta ativa.

Desconstruir para construir

Em todas as unidades, a equipa terapêutica enfrentará o difícil trabalho de desmontar constantemente mitos e falsidades relacionados com a violência contra as mulheres (VCM), o género e a justiça, entre outros temas. Para lidar com esta questão, será necessário desconstruir todas essas ideias e construções mentais baseadas em mitos e falsidades, a fim de evitar partir de premissas erróneas.

A ordem em que as unidades são apresentadas nesta proposta de conteúdo não é ordinal nem diretiva, devendo basear-se na realidade dos indivíduos e no momento do grupo para que as unidades sejam introduzidas na altura

mais adequada. No entanto, é necessário ter trabalhado exaustivamente as emoções e a violência com a maioria dos elementos do grupo antes de abordar outros aspetos.

Algumas orientações

As unidades e os respetivos conteúdos interagem entre si de forma circular. Isto significa que alguns conteúdos são repetidos, mas esta repetição não é redundante, uma vez que amplia o quadro de referência ao abordar os conteúdos sob diferentes perspetivas, conduzindo a conclusões mais enriquecedoras.

O objetivo da primeira sessão de grupo é que os participantes se conheçam, quebrar o gelo, criar adesão ao tratamento, favorecer a coesão do grupo, reduzir os níveis de ansiedade e de stress com que chegam e, muito importante, estabelecer os compromissos de funcionamento. Estes compromissos incluem assiduidade, pontualidade, abstinência de drogas legais ou ilegais, não-utilização de telemóveis, confidencialidade, respeito, participação, sinceridade e colaboração. Para atingir estes objetivos, a equipa terapêutica deverá aplicar as dinâmicas adequadas.

4.3.2

Unidades do programa de intervenção

Género	
O que é trabalhado	» Conceitos de sexo e género. » A construção destes conceitos na sociedade e na família. » Socialização de género. » Consequências do género na vida pessoal e social. » Legados históricos recebidos, o condicionamento e funcionamento com base neles, heranças transgeracionais e antropologia do género. » Papéis femininos e masculinos. » Pensamentos distorcidos em relação a esta questão. » Modelos de masculinidade, desenvolvimento da masculinidade e socialização primária e secundária. » Patriarcado. » Androcentrismo. » Modelo alternativo e as suas vantagens e compromissos. » Divisão das tarefas na unidade familiar. » Valores e vantagens do feminismo.
Em relação a	Todas as unidades, de forma transversal, embora também o façamos de forma específica.

Masculinidades

O que é trabalhado

- » Construção social da masculinidade.
- » Masculinidade - poder, domínio, controlo e violência.
- » Masculinidade tradicional - estereótipos, mitos, distorções e pensamentos automáticos.
- » Privilégios da masculinidade hegemónica tradicional.
- » Masculinidades alternativas.
- » Machismo e misoginia - masculinidades clássicas.
- » Racismo e masculinidade.
- » Masculinidades tradicionais vs. masculinidades alternativas.
- » Os modelos de masculinidade, o seu desenvolvimento e socialização primária e secundária
- » Desenvolvimento emocional e masculinidade.
- » Responsabilidade afetiva.
- » Paternidade e masculinidades saudáveis.

Em relação a

Todas as unidades, de forma transversal, embora também o façamos de forma específica.

Emoções

O que é trabalhado

- » A diferença entre emoção e sentimento.
- » Conceito de “universais”.
- » Emoções básicas e tipos de emoções.
- » O amor.
- » A responsabilidade e a culpa, bem como a transição da culpa para a responsabilidade.
- » Função adaptativa e desadaptativa das emoções.
- » Identificação, aceitação, integração e expressão.
- » Legados recebidos na família.
- » Estereótipos subjacentes à sociedade.
- » Pensamentos erróneos.
- » Relação entre pensamentos e comportamentos.
- » Dependência afetiva.

Em relação a

- Perspetiva de género e de masculinidades:
- » Desmistificar o conceito de emoções e sentimentos femininos e masculinos: identificá-los como universais.
 - » Identificar de forma não crítica os sentimentos que são

considerados como um sinal de fragilidade e que são associados ao sexo feminino ? Redefinir as emoções no âmbito da igualdade de género.

- » Emoções e construção dos papéis de género.
- » Gestão das emoções no ciclo da violência.
- » Impacto do género na expressão emocional.

Empatia:

- » Ouvir-se para ouvir.
- » Identificar os indicadores de emoções em si próprio, nos outros e na vítima.
- » Empatia como uma resposta emocional aos outros.
- » Empatia e ligação emocional na prevenção.

Competências de comunicação:

- » Processo de Identificação-Integração-Expressão.
- » O papel da emoção na comunicação verbal e não verbal.
- » A comunicação eficaz como ferramenta de gestão das emoções.
- » Emoções e barreiras para uma comunicação eficaz.

Mecanismos de defesa:

- » Identificação dos MD relativamente às emoções próprias e alheias.
- » Emoções e utilização de mecanismos de defesa nos agressores.
- » Emoções e utilização de mecanismos de defesa nas vítimas.
- » Emoções e utilização de mecanismos de defesa na relação de casal.
- » Desenvolvimento de competências para potenciar os mecanismos de defesa.

Distorções cognitivas:

- » Como as distorções cognitivas afetam a gestão das emoções.
- » O ciclo de emoções e distorções cognitivas na violência de género.

Autoestima:

- » No que se refere a Auto-conceito e conhecimento pessoal.

- » Ciclo entre emoções e autoestima.
- » Estratégias para melhorar a autoestima através das emoções.
- » A relação da autoestima com as emoções em contextos de violência de género.

Controlo da ira:

- » Identificação da ira: indicadores físicos e cognitivos; a ira como emoção.
- » Controlo da ira e a sua relação com as emoções.
- » Expressão adequada.
- » Emoções subjacentes que afetam a ira.
- » Controlo emocional e regulação da ira.
- » Fatores emocionais que dificultam o controlo da ira.

Comunicação

O que é trabalhado

- » Modelos de comunicação.
- » Ingredientes para uma boa e má comunicação.
- » Teoria da comunicação humana.
- » Identificação de estereótipos de género.
- » Comunicação não-verbal.
- » Escuta ativa.
- » A realidade da nossa comunicação e as suas consequências.
- » Capacidade para comunicar de forma assertiva.

Em relação a

Perspetiva de género e de masculinidades:

- » Identificar estereótipos.
- » Linguagem e papéis de género.
- » Comunicação e poder de género.
- » Estilos de comunicação e género.
- » Comunicação não-verbal e género.

Emoções:

- » Processo de Identificação-Integração-Expressão.
- » As emoções afetam a comunicação.
- » O papel da emoção na comunicação verbal e não-verbal.
- » A comunicação eficaz como ferramenta de gestão das emoções.
- » Emoções e barreiras para uma comunicação eficaz.

Violência:

- » Descobrir o exercício da violência através da comunicação.
- » A comunicação como instrumento de controlo.
- » O papel da comunicação não-verbal na violência.
- » Comunicação e violência de género: identificar a violência psicológica e as suas consequências através da comunicação.
- » Comunicação e prevenção da violência.

Competências sociais:

- » Comunicação e resolução de problemas.
- » Relação entre a comunicação e as competências sociais: escuta ativa, assertividade, resolução de conflitos, empatia, expressão emocional, linguagem corporal e comunicação em grupo.
- » Importância da comunicação no desenvolvimento de competências sociais.
- » Impacto da melhoria das competências sociais na vida quotidiana.

Distorções cognitivas:

- » Relação entre distorções e comunicação subsequente.
- » Consequências nas relações.
- » Como melhorar a comunicação através da gestão das distorções cognitivas.
- » Como relacionar cada distorção com a comunicação.

Empatia

- » Consequências da comunicação nos outros.
- » Escuta ativa e empatia.
- » Compreensão emocional.
- » Assertividade e empatia.
- » Ligação emocional.
- » Identificação das emoções provocadas no parceiro pelas nossas mensagens e comunicação.

Violência

O que é trabalhado

- » Definição e finalidade da violência.
- » Definição de Violência contra as Mulheres, Violência Machista e Violência de Género. Características.

- » Diferenças em relação a outras formas de violência.
- » Violência vicária.
- » Roda do poder (Modelo Duluth).
- » Tipos de violência: física, psicológica, sexual e económica.
- » Identificação da legitimação ? sistema patriarcal.
- » Violência institucional e violência simbólica.
- » Ciclo da violência.
- » Controlo da ira.
- » Escalada da ira.
- » Viés de atribuição hostil.
- » Agressividade e hostilidade.
- » Indicadores físicos, fisiológicos, comportamentais e cognitivos.
- » Técnicas de controlo.
- » Consequências vividas pelo agressor e pela vítima.

Em relação a

Perspetiva de género e de masculinidades:

- » Desigualdade de poder.
- » Normas e papéis de género.
- » Sexismo e estereótipos.
- » Cultura da impunidade e normalização da violência.
- » Mecanismos de controlo e de subordinação.
- » Intersecção com outras formas de discriminação.

Emoções:

- » Identificação da ira.
- » Identificação de indicadores de escalada: a relação entre as emoções e o controlo da violência.
- » Efeitos emocionais da violência sobre as mulheres.
- » Emoções utilizadas para controlar as vítimas.
- » O impacto emocional a longo prazo da violência.
- » O papel das emoções na quebra do ciclo da violência.
- » A gestão das emoções nos agressores.
- » O papel da culpa, da vergonha e da responsabilidade emocional.

Comunicação:

- » Descobrir o exercício da violência através da comunicação.
- » A comunicação como instrumento de controlo.
- » O papel da comunicação não-verbal na violência.

- » Comunicação e violência de gênero: identificar a violência psicológica e as suas consequências através da comunicação.

Estilo de vida positivo:

- » A Não-Violência como alternativa.
- » A violência como padrão destrutivo vs. estilo de vida positivo.
- » Transformação do comportamento para o autocuidado e a autorregulação.
- » Empoderamento pessoal e responsabilidade.
- » Reforço positivo e mudança duradoura.
- » Substituir padrões destrutivos por comportamentos construtivos.
- » A relação entre o consumo de álcool ou drogas e a violência.

Mecanismos de defesa:

- » Identificação dos mecanismos de defesa face ao exercício da violência, nomeadamente a minimização, justificação, negação, racionalização, despersonalização e projeção.
- » A importância da auto-responsabilidade.
- » Os mecanismos de defesa e o ciclo da violência.

Distorções cognitivas:

- » Identificação das que se referem à Violência, tanto a nível de pensamentos como de comportamentos.
- » Reestruturação cognitiva: aprender a ver a violência algo inaceitável.
- » Distorções cognitivas como justificação da violência.
- » Impacto das distorções cognitivas no ciclo da violência.
- » Prevenção da recaída e reforço da mudança.

Empatia:

- » Com a vítima direta.
- » Com as vítimas de qualquer tipo de violência.
- » Reconhecimento dos direitos das mulheres.
- » A falta de empatia como a base da violência.
- » Empatia e modificação do comportamento.
- » Prevenção da recaída e da violência futura.

Autoestima:

- » Relação entre a baixa autoestima e a violência.

- » Relação entre a autoestima distorcida e a justificação da violência.
- » O impacto da violência na autoestima da vítima.
- » Prevenção da reincidência.

Paternidade:

- » Consequências nos filhos da violência exercida ou percebida.
- » Relação entre a violência e as concepções tradicionais de paternidade.
- » Violência e paternidade responsável: um modelo de paternidade não violenta.
- » Igualdade na educação dos filhos.
- » Relação entre a violência, o controlo sobre a mãe e os seus efeitos na paternidade.
- » O impacto da violência na relação pai-filho.
- » Mudanças na percepção da paternidade: redefinir a paternidade e aprender a ser um pai não violento e responsável.
- » Instrumentalização das e dos menores.

Sexualidade:

- » Relação entre violência e sexo: a violência sexual.
- » O impacto da violência sexual na vítima.
- » Coisificação da mulher.
- » Sexo e controlo: o sexo como estratégia de controlo.
- » Relação entre a violência e a sexualidade: a visão patriarcal da sexualidade, os direitos sobre o corpo da mulher e a ligação entre controlo sexual e abuso emocional.
- » Consentimento, respeito mútuo e igualdade.
- » Desaprender mitos sobre a sexualidade.

Competências sociais

O que é trabalhado

- » Definição do problema.
- » Sinais internos e externos.
- » Conhecimento pessoal, capacidades e lacunas.
- » Sentimentos, pensamentos e comportamentos relacionados com o conflito.
- » Controlo dos impulsos.
- » Diferenciar factos de opiniões.

	» Empatia e perspetiva. » Recolha de informações, tomada de decisões, execução e decisão. » Saber pedir ajuda. » Resolução e gestão de conflitos. » Negociação. » Mediação. » Comunicação Assertiva. » Soluções tentadas ineficazes. » Estabelecimento de limites saudáveis. » Gestão das emoções em situações sociais. » Construção de relações igualitárias.
Em relação a	Perspetiva de género e de masculinidades: » Resolução de conflitos entre casais. » Relacionar-se de forma igualitária ? desafiar os papéis tradicionais de género. » Promoção da igualdade de género nas relações: partilhar o poder de forma equitativa. » Comunicação respeitosa e empática. » Estabelecimento de limites saudáveis. » Identificar e respeitar os limites pessoais das mulheres, bem como reconhecer a autonomia e o consentimento como fundamentais para qualquer relação. » Rejeitar a violência e os mitos sobre a masculinidade. Emoções: » Identificação das emoções como sinais. » Autocontrolo emocional e capacidade de comunicação. » Empatia e gestão emocional. » Resolução de conflitos e regulação das emoções. » Expressão emocional saudável. » Tomada de decisões e gestão das emoções. » Tolerância à frustração. » Reforço positivo e emoções. Comunicação: » Capacidade para pedir ajuda. » Comunicação assertiva e competências sociais. » Comunicação e resolução de problemas: resolução de conflitos e competências de comunicação.

- » Relação entre a comunicação e as competências sociais: escuta ativa, assertividade, resolução de conflitos, empatia, expressão emocional, linguagem corporal e comunicação em grupo.
- » Importância da comunicação no desenvolvimento de competências sociais.
- » Impacto da melhoria das competências sociais na vida quotidiana.
- » Competências de negociação e de tomada de decisões.
- » Criação de confiança através da comunicação.

Violência:

- » A ineficácia da violência como solução para os conflitos.
- » Falta de competências para a resolução de conflitos.
- » Falta de autocontrolo e de competências emocionais.
- » Comunicação agressiva vs. assertiva.
- » Empatia e compreensão do impacto da violência.
- » Estabelecimento de limites e respeito mútuo.
- » Gestão da ira e controlo dos impulsos.
- » Desenvolvimento de relações saudáveis.
- » Autoconhecimento e autorregulação.

Mecanismos de defesa:

- » Identificação dos mecanismos de defesa que impedem uma planificação e uma gestão adequadas dos problemas.
- » Mecanismos de defesa e de evasão da realidade: aumentar o autoconhecimento.
- » Projeção e relações interpessoais.
- » Dessensibilização emocional.
- » Confrontação saudável e autocuidado.

Distorções cognitivas:

- » Comunicar de forma eficaz e assertiva.
- » Na recolha de informações.
- » Na tomada de decisões.
- » Identificar e corrigir distorções, promovendo uma comunicação mais aberta e realista.
- » Resolução de conflitos: perceção dos conflitos.
- » Empatia e perspetiva.

Estilo de vida positivo

O que é trabalhado

- » Mudanças realizadas no processo e na vida.
- » Bem-estar emocional e uma vida em harmonia com os outros.
- » Identificação de situações de risco pessoal: indicadores em emoções, pensamentos e comportamentos.
- » Fatores de risco imediatos.
- » Fatores repetitivos.
- » Construção de relações saudáveis.
- » Fatores que dependem e que não dependem da pessoa.
- » Consumo de drogas e álcool e abandono de padrões autodestrutivos.
- » Influência das substâncias tóxicas nas relações de casal e familiares.
- » Relação entre substâncias tóxicas e violência.
- » Capacidades e estratégias de confrontação.
- » Autocuidado e respeito por si próprio e pelos outros.

Em relação a

Perspetiva de género e de masculinidades:

- » Identificação das mudanças que vão ocorrendo relacionadas com os pensamentos e comportamentos.
- » Redefinição da masculinidade.
- » Relações baseadas no respeito, na igualdade e no reconhecimento da autonomia de cada um.
- » Ausência de relações de poder ou assimétricas e dependentes.

Emoções:

- » Identificação das emoções associadas a situações de risco.
- » Reconhecimento e aceitação das emoções.
- » Empatia e ligação emocional.
- » Autocuidado emocional e bem-estar.
- » Expressão emocional não violenta.

Comunicação:

- » Comunicação como expressão de emoções e necessidades.
- » Comunicação como exercício de prevenção.
- » Redução do stress e melhor gestão dos conflitos.
- » Autocuidado psicológico e empatia na comunicação.
- » Autocuidado no diálogo interno.

Violência:

- » Identificação de fatores e situações de risco: drogas, álcool, companhias, etc.
- » Compromisso com a Não-Violência.
- » Transformação da identidade masculina e das normas de gênero.
- » Promoção de relações saudáveis.
- » Redução do stress e gestão das emoções.
- » Substituição de comportamentos destrutivos por hábitos saudáveis.

Competências sociais:

- » Identificação das competências pessoais.
- » Autocuidado emocional e gestão das relações.
- » Autocuidado físico e bem-estar nas relações interpessoais.
- » Autocuidado psicológico e empatia.
- » Resolução de conflitos de forma construtiva.

Autoestima:

- » Indicadores de diminuição da autoestima como preditores de fatores de risco.
- » Melhoria da saúde emocional e da autoestima.
- » Autocuidado físico e percepção de si próprio.
- » Autocuidado mental e força interior.
- » O autocuidado como base para uma autoestima saudável.

Paternidade:

- » Experiência positiva da paternidade.
- » Ser um modelo de comportamentos saudáveis para os filhos.
- » Saúde emocional e ligação aos filhos.
- » Gestão de conflitos na paternidade.
- » Autoestima e paternidade responsável.
- » Paternidade ativa e participativa.

Educação sexual:

- » A sexualidade integrada como indicador de um estilo de vida positivo.
- » Saúde emocional e sexualidade respeitosa.
- » Atitudes positivas em relação à sexualidade.
- » Prevenção de comportamentos de risco.
- » Relações sexuais saudáveis e empáticas.
- » Sexualidade e autoestima.
- » Diversidade sexual e respeito pelos direitos sexuais.

Mecanismos de defesa

O que é trabalhado

- » Conceito de Mecanismo de Defesa (MD).
- » Funções adaptativas e desadaptativas.
- » Relação com distorções cognitivas e emoções.
- » Justificação, minimização, negação, deslocação da responsabilidade e projeção.
- » Relação com a responsabilidade e a culpa.
- » Identificação de MD relativamente ao comportamento violento e ao género.
- » Implicações para as relações de casal.
- » Identificação dos mecanismos próprios.
- » Responsabilidade.

Em relação a

Perspetiva de género e de masculinidades:

- » Identificação dos utilizados na VCM.
- » Defesa da Identidade de Género.
- » Mecanismos de defesa e normas de masculinidade: negação e racionalização.
- » Mecanismos de defesa e homofobia internalizada: projeção e deslocação.

Emoções:

- » Trabalhar sobre a angústia que os MD evitam, identificando-a e exprimindo-a para a ir integrando.
- » Negação e negação da culpa.
- » Racionalização e gestão da frustração.
- » Projeção e gestão do medo.
- » Repressão e inibição da tristeza ou da dor.
- » Deslocação e descarga emocional.
- » Sublimação e canalização construtiva das emoções.

Violência:

- » Descobrir o que se utiliza e o que utilizamos no que se refere à violência.
- » Negação: evitar assumir a responsabilidade pela violência.
- » Racionalização: justificação da violência.
- » Projeção: atribuir a culpa à mulher.
- » Deslocação: redirecionar a agressão para a parceira.
- » Repressão: evitar confrontar-se com a vulnerabilidade.
- » Idealização e desvalorização: justificação através da

desumanização.

- » Sublimação: redirecionar a agressão para algo socialmente aceitável.

Competências sociais:

- » Identificar os MD que impedem a conclusão dos processos de resolução de problemas.
- » Negação e falta de empatia nas relações sociais.
- » Racionalização e dificuldade em assumir responsabilidades.
- » Projeção e incapacidade de assumir as emoções.
- » Deslocação e falta de controlo emocional.
- » Repressão e falta de expressão emocional.
- » Idealização e desvalorização: estabelecimento de relações mais equilibradas.

Estilo de vida positivo:

- » Negação e fuga à responsabilidade.
- » Racionalização e justificação de comportamentos autodestrutivos.
- » Projeção e externalização dos problemas.
- » Deslocação e falta de controlo emocional.
- » Repressão e falta de autoconhecimento.
- » Sublimação e canalização construtiva das emoções.
- » Idealização e desvalorização: construção de relações equilibradas.

Distorções cognitivas:

- » Ver as diferenças e semelhanças com os MD.
- » Negação e minimização da violência (distorção: minimização).
- » Racionalização e justificação da violência (distorção: raciocínio emocional).
- » Projeção e culpabilização da mulher (distorção: pensamento polarizado).
- » Deslocação e incapacidade de aceitar a frustração (distorção: generalização excessiva).
- » Repressão e evitamento de emoções difíceis (distorção: filtragem).
- » Sublimação e canalização das emoções para algo positivo (distorção: pensamento catastrófico).
- » Idealização e desvalorização da parceira (distorção: personalização).

Empatia:

- » Negação e desumanização da vítima.
- » Racionalização e justificação do comportamento abusivo.
- » Projeção e transferência de emoções para a vítima.
- » Deslocação e incapacidade de reconhecer as emoções da parceira.
- » Repressão e desconexão emocional.
- » Sublimação e desenvolvimento da empatia através de comportamentos positivos.
- » Idealização e desvalorização da parceira e o respetivo impacto na empatia.

Autoestima:

- » Autoconhecimento.
- » Negação e proteção de uma autoestima frágil.
- » Racionalização e autojustificação.
- » Deslocação e agressão como forma de autodefesa emocional.
- » Sublimação e transformação da agressão em comportamentos positivos.
- » Idealização e desvalorização da parceira e a respetiva relação com a autoestima.

Paternidade:

- » Negação e responsabilidade paternal.
- » Racionalização e justificação de comportamentos abusivos para com os filhos.
- » Projeção e perceção distorcida dos filhos.
- » Deslocação e canalização da ira para os filhos.
- » Repressão e desconexão emocional com os filhos.
- » Sublimação e construção de uma paternidade positiva.
- » Idealização e desvalorização do papel paterno.

Educação sexual:

- » Negação e perceção da sexualidade.
- » Racionalização e justificação de comportamentos sexuais abusivos.
- » Projeção e distorção da sexualidade feminina.
- » Deslocação e controlo sexual.
- » Repressão e desconexão emocional da sexualidade.
- » Sublimação e desenvolvimento de uma sexualidade positiva.
- » Idealização e desvalorização do sexo e das mulheres.

Pensamentos distorcidos - distorções cognitivas

O que é trabalhado

- » Esquema de pensamentos, sentimentos e comportamentos.
- » Tipos de pensamentos; definição e identificação.
- » Estereótipos
- » O esquema ABC de Ellis.
- » Pensamentos automáticos.
- » Crenças irracionais.
- » Identificação de distorções relacionadas com o género.
- » Implicações para as relações de casal.
- » Mentalidade de vítima.
- » Ciúmes.
- » Pensamentos, sentimentos e comportamentos associados.
- » Questionamento.
- » Vivência.

Em relação a

Perspetiva de género e de masculinidades:

- » Identificação e desconstrução de questões relacionadas com o género em termos de identidade, emoções, papéis, empregos, sexualidade, dados históricos, relação de casal, funções sociais e família.
- » Leitura da mente e controlo sobre as mulheres.
- » Generalização excessiva e papéis de género.
- » Culpabilização dos outros (blaming) e "desresponsabilização" do agressor.
- » Pensamento dicotómico e expectativas rígidas em relação ao género.
- » Minimização e desumanização das mulheres.
- » Filtragem e visão distorcida das mulheres.
- » Personalização e sobrecarga das expectativas de controlo.

Emoções:

- » Trabalhar diretamente com os ciúmes e as emoções, pensamentos e comportamentos associados.
- » Generalização e emoção da ira.
- » Leitura da mente e emoção de ansiedade.
- » Filtragem e emoção de tristeza ou desespero.
- » Comunicação:
- » Consequências de certas distorções na comunicação, nomeadamente no comportamento ciumento.
- » Adivinhação de pensamentos e comunicação ineficaz.

- » Culpabilização dos outros e comunicação defensiva.
- » Pensamento dicotômico e comunicação polarizada.
- » Filtragem e falta de escuta ativa.
- » Minimização e desvalorização dos sentimentos da parceira.
- » Personalização e interpretação errônea das intenções da parceira.

Violência:

- » Identificação de distorções relacionadas com qualquer tipo de violência.
- » Viés de atribuição hostil.
- » Minimização, justificação e negação da violência.
- » Filtragem e percepção distorcida da relação.
- » Personalização e necessidade de controlar a parceira.
- » Pensamento dicotômico e visão das mulheres como "boas" ou "más".
- » Generalização e ideia de que "todas as mulheres são iguais".
- » Leitura da mente e controlo da parceira.

Competências sociais:

- » Leitura da mente e dificuldades de comunicação interpessoal.
- » Culpabilização dos outros e incapacidade de assumir responsabilidades.
- » Pensamento dicotômico e falta de flexibilidade nas relações.
- » Generalização excessiva e incapacidade de ver a parceira de forma individual.
- » Minimização e dificuldade em reconhecer as necessidades emocionais dos outros.
- » Filtragem e falta de atenção aos aspetos positivos das relações.
- » Personalização e sobrecarga emocional nas interações.

Estilo de vida positivo:

- » O autoconhecimento como elemento-chave de um estilo de vida positivo.
- » Minimização e falta de apreço pelas realizações pessoais.
- » Filtragem e incapacidade de se concentrar no que é positivo.
- » Culpabilização dos outros e falta de responsabilidade pessoal.

Mecanismos de defesa:

- » Diferenciação entre uns e outros nos casos em que é necessário.
- » Voltar ao tema: Mecanismos de Defesa.

Empatia:

- » Consequência da existência de pensamentos distorcidos para uma empatia adequada.
- » Personalização e incapacidade de ver as perspectivas dos outros.
- » Catastrofismo e falta de sensibilidade às emoções dos outros.
- » Desqualificação do positivo e falta de apreço pelos sentimentos dos outros.
- » "Devia", expectativas rígidas e falta de flexibilidade para reconhecer as emoções dos outros.

Autoestima:

- » Identificação de distorções sobre a própria pessoa e consequências imediatas para a autoestima, mentalidade e comportamento de vítima.
- » Desqualificação do que é positivo e baixa autoestima.
- » Personalização e culpa interna que afetam a autoestima.
- » Excesso de generalização e autoimagem distorcida.

Paternidade:

- » As distorções cognitivas e o papel de pai.
- » Os "Devia" e a pressão sobre a paternidade.
- » Tudo ou nada e o seu impacto na paternidade.
- » Personalização e paternidade.
- » Adivinhação do pensamento e consequências para a descendência.
- » Catastrofismo e medo.

Educação sexual:

- » Identificação de crenças irracionais a este respeito.
- » Distorções que podem contribuir para a ansiedade, insegurança, pressão desnecessária e falta de comunicação nas relações sexuais.
- » Corrigir as distorções cognitivas, de modo a alcançar uma percepção mais saudável, realista e respeitosa da sexualidade.
- » Tudo ou nada: a sexualidade como algo que deve ser "perfeito" ou "totalmente insatisfatório".

- » Personalização e sexualidade: o homem assume que tudo o que acontece nas relações sexuais é da sua exclusiva culpa ou responsabilidade.
- » Leitura da mente: assumir que a parceira deseja a mesma coisa - mal-entendidos, necessidades, limites...

Empatia

O que é trabalhado

- » Conceito de empatia.
- » Capacidade intrínseca para a empatia nas pessoas.
- » Escuta ativa e silêncio para a pôr em prática.
- » Indicadores verbais e não-verbais.
- » Relação direta com as emoções.
- » Expressão da empatia.
- » Diferença da Simpatia.
- » Diferenças de género.
- » Empatia com a vítima.
- » Exercícios práticos.

Em relação a

- Perspetiva de género e de masculinidades:
- » Normas de género e expressão de empatia.
 - » Empatia com a vítima.
 - » Empatia e papéis tradicionais de género.
 - » Mudança de mentalidade através da empatia.
 - » Impacto da empatia na mudança social e cultural.

Emoções:

- » Capacidade de as identificar em si próprio e nos outros através de indicadores verbais e não-verbais.
- » Reconhecimento e validação das emoções.
- » Empatia e regulação emocional.
- » Empatia e compreensão do sofrimento dos outros.
- » Relação entre emoções intensas e maus-tratos.
- » Empatia emocional e construção de relações saudáveis.

Comunicação:

- » Escuta ativa.
- » Empatia como base para uma comunicação não violenta.
- » Empatia para a resolução construtiva de conflitos.

- » Comunicação emocionalmente segura.
- » Capacidade e competências para devolver a compreensão vivida de forma assertiva.

Violência:

- » Controlo da ira: capacidade de reconhecer as consequências da ira exercida sobre a outra pessoa como um indicador da sua escalada.
- » Desenvolvimento da empatia com a vítima.
- » Falta de empatia e desumanização da vítima.
- » Desenvolvimento da empatia emocional e diminuição da violência.
- » Empatia e mudança de crenças sobre controlo e poder.

Competências sociais:

- » Capacidade para identificar sinais na resolução de conflitos.
- » Conhecimento pessoal, limites e capacidades.
- » Empatia como base para uma interação respeitosa.
- » Desenvolvimento da assertividade através da empatia.

Estilo de vida positivo:

- » A empatia como parte da inteligência emocional e esta como base de um estilo de vida positivo.
- » Empatia como ferramenta de autorreflexão e mudança.
- » Empatia e tomada de decisões responsáveis.
- » Resiliência e empatia.
- » Empatia e autocuidado: ser mais empático em relação às suas próprias necessidades emocionais.

Mecanismos de defesa:

- » Identificação da angústia no trabalho de se colocar no lugar da vítima e dos consequentes mecanismos de defesa.
- » Mecanismos de defesa como barreira à empatia.
- » Ultrapassar os mecanismos de defesa através da empatia.
- » Desenvolvimento da empatia através da confrontação dos mecanismos de defesa.

Distorções cognitivas:

- » Identificação das distorções que impedem o exercício da empatia.
- » Distorções cognitivas que facilitam a violência e como a empatia as desafia.

- » Empatia como ferramenta para reconhecer a perspectiva da vítima.
- » Empatia para questionar a distorção da culpa e da vitimização.

Autoestima:

- » A empatia como motor de mudança da autoestima, própria ou dos outros.
- » Empatia e baixa autoestima: um ciclo destrutivo.
- » Empatia como forma de quebrar o ciclo de autodesvalorização.
- » Melhoria da imagem e da empatia.
- » Empatia e reconhecimento das próprias emoções.

Paternidade:

- » Capacidade empática com os filhos, especialmente em momentos de dificuldade resultantes da separação ou da sua idade.
- » Empatia para quebrar o ciclo da violência intergeracional.
- » Empatia para melhorar a relação pai-filha/o.
- » Empatia como ferramenta para compreender o impacto nos filhos.

Educação sexual:

- » Capacidade de se colocar no lugar da parceira e empatia para compreender as suas necessidades e desejos.
- » Relação com a possível violência sexual praticada. Empatia para reconhecer as consequências do abuso sexual.
- » Educação sexual e empatia como instrumentos de mudança.
- » Empatia para melhorar a comunicação na sexualidade.
- » Empatia para compreender a sexualidade como parte de uma relação igualitária.

Autoestima

O que é trabalhado

- » Definição.
- » Autoconceito.
- » Autoimagem.
- » “*Self ideal*” e real.

	» Conhecimento pessoal. » A variabilidade da autoestima. » Escalas e ajustamentos. » Implicações na relação de casal. » Consequências para as relações em geral, incluindo a relação consigo próprio.
Em relação a	Perspetiva de género e de masculinidades: » Consciência dos pontos fortes e fracos enquanto homens. » A autoestima influenciada pelos papéis tradicionais de género. » A autoestima como resultado da competência de género. » Desenvolvimento de uma autoestima saudável numa perspetiva de género igualitária. » A autoestima e os maus-tratos como mecanismos de defesa face às inseguranças. » Reforço da autoestima numa perspetiva de género saudável. » Educação sobre masculinidades positivas. Emoções: » Autoestima ajustada e conhecimento emocional. » Relação entre as diferentes emoções e a possível flutuação da autoestima. » Baixa autoestima como resposta defensiva às emoções não geridas. » A importância de trabalhar a autoestima através da gestão emocional. » Autoestima e perceção das emoções da parceira. » Melhoria da autoestima através da autorreflexão emocional. » Autoestima e vulnerabilidade emocional. Comunicação: » Autoestima e comunicação assertiva. » Capacidade para expressar adequadamente o que pensamos, sentimos e consideramos. » A comunicação como reflexo da autoestima. » A comunicação e o controlo como estratégia de defesa da autoestima. » Falta de competências para uma comunicação assertiva. » Melhorar a comunicação para reforçar a autoestima.

Violência:

- » Autoestima adequada, relações produtivas e positivas, rejeição de atitudes negativas.
- » Baixa autoestima como base para a violência.
- » Insegurança emocional e violência.
- » A violência como tentativa de gerir a vulnerabilidade.
- » Construção de uma autoestima positiva como intervenção-chave.

Competências sociais:

- » Capacidade para identificar o que funciona, procurar soluções, tomar decisões e assumir responsabilidades em relação à autoestima.
- » Desenvolvimento de competências sociais através da autoestima.
- » Autoestima e resolução de conflitos sem recurso à violência.
- » Baixa autoestima e dificuldades nas competências sociais.
- » Estilo de vida positivo e tomada de decisões.

Estilo de vida positivo:

- » Uma autoestima adequada e um projeto de vida adequado.
- » Cuidados e respeito pessoal.
- » Autoestima e empatia como competências sociais fundamentais.
- » Autoestima como base para a adoção de hábitos saudáveis.
- » Autoestima como fator de motivação para a mudança.
- » Autoestima e responsabilidade na paternidade.

Mecanismos de defesa:

- » A autoestima como forma adaptativa alternativa a alguns mecanismos de defesa.
- » Os mecanismos de defesa em resposta ao medo da vulnerabilidade.
- » A importância da autorreflexão.
- » Autoaceitação e compaixão para consigo próprio.

Pensamentos distorcidos:

- » Distorções sobre si próprio que dificultam uma autoestima adequada: conhecimento pessoal.
- » Impacto das distorções cognitivas na autoestima.

- » A autoestima e a distorção cognitiva como fatores de reforço mútuo.
- » Distorções sobre as relações e a realidade com consequências para a autoestima.

Empatia:

- » Capacidade de considerar os outros pelo que são e não por uma avaliação projetiva negativa.
- » Baixa autoestima e falta de empatia.
- » A empatia como elemento de uma autoestima saudável.
- » Ciclos de feedback positivo.

Paternidade:

- » Chaves para uma educação que fomente a autoestima.
- » Influência da baixa autoestima na paternidade.
- » O papel da autoestima positiva na paternidade.
- » A paternidade como fator de motivação para a mudança.

Educação sexual:

- » A sexualidade como expressão e não como um meio para nos sentirmos bem connosco próprios.
- » Baixa autoestima e sexualidade disfuncional.
- » A educação sexual e a sua relação com a autoestima: sexualidade igualitária e respeitosa, e direitos sexuais das mulheres.
- » Desenvolvimento de competências emocionais e de comunicação na sexualidade.
- » Quebrar os estereótipos e as normas de género.

Paternidade

O que é trabalhado

- » Experiência da paternidade.
- » Expressão do afeto.
- » Chaves educativas.
- » Estilos parentais.
- » Instrumentalização dos filhos. (A criança face ao divórcio).
- » Violência vicária.

Em relação a

Perspetiva de género e de masculinidades:

- » Papéis tradicionais de género e paternidade.

- » Desafiar as normas de género na paternidade: mudanças a implementar.
- » Paternidade e socialização de género de filhos e filhas.
- » Paternidade e questionamento da masculinidade tradicional.
- » Educação sobre paternidade responsável: respeito, igualdade, equidade e responsabilidade.
- » Paternidade como motor de mudança: modelos de paternidade.
- » Pai masculino em termos de afeto, responsabilidade e igualdade.

Emoções:

- » Educação emocional.
- » Dificuldades emocionais e paternidade autoritária.
- » A expressão emocional como modelo para as filhas e filhos.
- » Emoções não geridas e comportamento agressivo.
- » Reflexão sobre o tipo de modelo emocional que se pretende ser para a descendência.
- » Reconhecimento das emoções da parceira e dos filhos.
- » Aprender modelos mais saudáveis de masculinidade, baseados no respeito e na empatia.

Comunicação:

- » Chaves para a relação com a parceira ou ex-parceira e para a comunicação com as filhas e filhos.
- » Importância da comunicação afetiva na paternidade.
- » Comunicação disfuncional e paternidade autoritária.
- » Comunicação e resolução de conflitos: comunicação sem violência.

Violência:

- » Identificação da possível instrumentalização de filhas e filhos.
- » Instrumentalização dos filhos na violência contra as mulheres.
- » Utilização dos filhos como meio de exercer controlo sobre a mãe.
- » Impacto da violência na paternidade e no desenvolvimento infantil.
- » Ciclo intergeracional de violência.
- » Prevenção da violência e paternidade positiva.

Competências sociais:

- » Trabalho sobre os conflitos com a parceira ou ex-parceira relativamente às filhas e filhos em comum.
- » Desenvolvimento de competências de comunicação.
- » Competências de resolução de conflitos.
- » Empatia e ligação emocional aos filhos.
- » Responsabilidade ativa na educação dos filhos: tarefas de prestação de cuidados.

Estilo de vida positivo:

- » Incorporação e/ou valorização da relação com as filhas e filhos nos projetos de vida, incluindo o cuidado e o usufruto.
- » Modelo de comportamento saudável para os filhos.
- » Alteração dos padrões de educação dos filhos.
- » Interação com a parceira e coparentalidade.

Mecanismos de defesa:

- » Identificação dos mecanismos relacionados com a vivência da paternidade (angústia devido à inexperiência, raiva contra a mãe, etc.).
- » A negação das emoções e o seu impacto na paternidade.
- » A racionalização e a forma como afeta o papel de pai.
- » A repressão emocional e a sua influência na relação com os filhos.
- » A deslocação e o seu impacto na paternidade.

Pensamentos distorcidos:

- » Identificação dos que se referem à paternidade e ao desempenho do respetivo papel.
- » Excesso de generalização - desqualificar e/ou rejeitar.
- » Adivinhação do pensamento: paternidade autoritária ou punitiva.
- » Filtragem negativa - stress emocional e enfraquecimento dos laços familiares.
- » Impacto geral das distorções cognitivas numa paternidade igualitária e responsável.

Empatia:

- » Capacidade de empatia com os filhos, especialmente em situações difíceis ou de conflito e em diferentes etapas evolutivas.

- » Desenvolvimento da empatia emocional.
- » A empatia como instrumento de prevenção da violência.
- » A empatia como modelo para a descendência.
- » A empatia e a melhoria da relação com a mãe das filhas e filhos.

Autoestima:

- » O impacto da autoestima no papel de pai.
- » A relação entre a autoestima e a violência.
- » Melhoria da autoestima para uma paternidade positiva.
- » A autoestima como base para modelar um comportamento positivo.

Educação sexual:

- » Chaves para a educação sexual.
- » Construir uma visão saudável da sexualidade.
- » A paternidade como responsabilidade na educação sexual das filhas e dos filhos.
- » Intervenção na percepção da mulher como objeto sexual.
- » Sexualidade e controlo na relação de casal.
- » A paternidade como exemplo de respeito e de valores.

Educação sexual

O que é trabalhado

- » Conceitos básicos.
- » Instrumentalização.
- » Diferenças de género.
- » Diferença entre afetividade e genitalidade.
- » Mitos e estereótipos.
- » Comunicação e expressão.

Em relação a

Perspetiva de género e de masculinidades:

- » Identificação das diferenças na vivência e nas necessidades com base no género e não no sexo.
- » Conceções distorcidas da sexualidade e do género: identificação de mitos e revisão de estereótipos de género.
- » A relação entre os papéis de género e a violência sexual.

- » A dominação, o controle e a posse da mulher - A sexualidade pode ser um instrumento de poder.
- » Educação sexual para prevenir a violência de gênero.
- » Reflexão sobre o poder nas relações de gênero.
- » Mudar a concepção de masculinidade.
- » Impacto e diferenças na educação de filhas e filhos.
- » Reflexão sobre o consentimento.

Emoções:

- » Distinguir entre afetividade-sexualidade-genitalidade.
- » Expressão emocional e sexualidade.
- » Emoções e controle na sexualidade.
- » A educação emocional como parte da educação sexual.
- » Emoções associadas ao abuso e à agressão sexual.
- » Relação entre paternidade, sexualidade e emoções.
- » A desconexão emocional e a violência sexual.
- » Substituição da ira e da frustração pela regulação emocional.
- » Educação sexual ligada a uma expressão emocional saudável, baseada no consentimento e na empatia para com a parceira.

Comunicação:

- » O exercício da sexualidade como expressão de afetividade.
- » A comunicação e o consentimento na sexualidade.
- » A educação sexual como base para melhorar a comunicação.
- » Falta de comunicação e violência.
- » Comunicação das emoções e sexualidade.
- » Comunicação não violenta.
- » Poder e controle na comunicação sexual.
- » Reaprendizagem da masculinidade através da comunicação.

Violência:

- » A cultura da violação.
- » O exercício da genitalidade como expressão de violência.
- » Drogas legais e ilegais como fatores de predisposição para a prática de violência.
- » Normalização da violência sexual em alguns contextos.
- » Relação entre poder e controle na sexualidade.
- » A relação entre as emoções não geridas e a violência sexual.
- » Socialização masculina e violência sexual.

- » Educação sexual e violência como forma de resposta emocional disfuncional: comunicar desejos e frustrações.
- » A violência sexual e a objetificação das mulheres.
- » Visão patriarcal e desigual da sexualidade.

Competências sociais:

- » Comunicação assertiva e respeitosa: comunicar de forma eficaz os seus desejos sexuais.
- » Negociação de desejos e limites sexuais.
- » Resolução não violenta de conflitos.
- » Melhorar a empatia - maior compreensão de que o sexo deve ser mútuo, baseado no prazer compartilhado e no consentimento.

Estilo de vida positivo:

- » A experiência de uma afetividade e sexualidade integradas.
- » Promoção de relações saudáveis e respeitosas.
- » Melhoria da autoestima e do autocuidado.
- » Gestão da ira e da frustração no contexto sexual.
- » Transformação de crenças tóxicas sobre a sexualidade.
- » Prevenção de comportamentos de risco e de violência sexual.

Mecanismos de defesa:

- » Negação e minimização: não reconhecem a gravidade das suas ações nem o impacto que estas têm nas mulheres.
- » Racionalização: crença de que as mulheres devem satisfazer as expectativas sexuais dos homens, independentemente do consentimento.
- » Projeção: projeção de inseguranças ou desejos não expressos na parceira, recorrendo a atitudes como o controlo e/ou a violência.
- » Deslocação: reconhecimento das raízes das frustrações e emoções, e a sua canalização de forma saudável.
- » Idealização e despersonalização: as mulheres são vistas apenas como objetos de prazer.
- » Repressão: reconhecer e exprimir as suas emoções de forma construtiva.

Distorções cognitivas:

- » Identificação de pensamentos erróneos sobre a vivência e a expressão da sexualidade, incluindo a homossexualidade e crenças falocráticas e patriarcais.
- » Identificação de segredos e mitos.

- » Identificação de ideologias familiares com crenças.
- » Visão distorcida da sexualidade e do poder.
- » Leitura errónea dos sinais da parceira (sobretudo em termos de consentimento).
- » Generalização da violência e da sexualidade.
- » Idealização de uma masculinidade tóxica: modelos de masculinidade.

Empatia:

- » Exercício da empatia como forma de conhecer as necessidades da parceira.
- » Desenvolvimento de uma visão respeitadora da sexualidade.
- » Transformação das atitudes em relação às mulheres.
- » Consentimento e empatia.
- » Reconhecer e questionar crenças sexistas e masculinas.
- » Gestão das emoções na sexualidade.

Autoestima:

- » Desmistificação do exercício da genitalidade como base para uma autoestima saudável.
- » Baixa autoestima: influência nos comportamentos e perceções da sexualidade.
- » Melhoria da autoestima através de relações sexuais respeitadas.
- » Perceções da masculinidade e da sexualidade.
- » Autoestima e controlo na sexualidade.
- » Prevenção da violência através de uma autoestima saudável.
- » Autoaceitação e respeito pelos outros - relações sexuais saudáveis.

Paternidade:

- » Chaves para a educação sexual dos filhos e das filhas.
- » Sexualidade, consentimento e responsabilidade na paternidade.
- » Desenvolvimento de uma paternidade afetiva e respeitadora.
- » A paternidade como modelo de respeito e não de controlo.
- » Prevenção da transmissão de padrões de violência às gerações futuras.
- » Ensino dos papéis de género e da paternidade.
- » A educação sexual também na responsabilidade afetiva que envolve uma relação sexual.

Despedida

O que é trabalhado

- » Reflexão sobre o processo realizado pela pessoa que conclui o programa.
- » Reflexão dos restantes membros do grupo sobre o processo realizado e sobre o seu próprio processo.
- » Expressão afetiva.
- » Revisão dos conceitos trabalhados.
- » Reconhecimento e avaliação da mudança.
- » Empatia.
- » Celebração.
- » Prevenção de "recaídas".

A título de recomendações finais, são apresentados, a seguir, aspetos essenciais relacionados com as políticas públicas que devem acompanhar a implementação deste tipo de modelos de intervenção, de forma a garantir, tanto quanto possível, a mudança esperada nos homens participantes e a sua evolução para relações mais igualitárias.

Estas recomendações incluem:

- ▶ **Garantir a segurança das parceiras, ex-parceiras e filhas/filhos dos participantes.**
- ▶ **Incluir a intervenção com homens que tenham praticado violência como componente das políticas de combate à violência machista.**
- ▶ **Assegurar a disponibilização de serviços específicos para**

homens que tenham praticado violência, tanto para os que são encaminhados pelos tribunais como para os que acedam voluntariamente. Desta forma, será possível atender a uma população diversificada e a diferentes necessidades.

- ▶ **Criar um enquadramento institucional público adequado,** baseado em leis, organizações, equipas e orientações específicas, de modo a garantir a estabilidade e a continuidade dos programas com homens agressores ao longo do tempo.
- ▶ **Garantir a continuidade do programa de intervenção,** bem como a da **equipa terapêutica** e do espaço onde este decorre.



Anexo I

Legislação de referência em matéria de violência contra as mulheres nos países da IIPEVCM (lista não exaustiva).

País	Legislação de referência em matéria de violência contra as mulheres
Andorra	Lei n.º 1/2015 relativa à erradicação da violência de género e da violência doméstica. Lei n.º 13/2019 relativa à igualdade de tratamento e à não-discriminação. Lei n.º 6/2022, que estabelece a aplicação efetiva do direito à igualdade de tratamento e à não discriminação entre mulheres e homens.
Argentina	Lei n.º 27.533/2019 relativa à proteção integral das mulheres. Decreto n.º 123/2021, que estabelece o Conselho Federal para a Prevenção e Abordagem dos Femicídios, Travesticídios e Transfemicídios. Lei n.º 27.501/2019 relativa à proteção integral para prevenir, sancionar e erradicar a violência contra as mulheres. Lei n.º 27.499/2019, "Lei Micaela", que estabelece a formação obrigatória em questões de género para todas as pessoas que integram os três poderes do Estado. Lei n.º 27.452/2018, que estabelece o Regime de Reparação Económica para meninas, meninos e adolescentes, filhos e filhas de mulheres vítimas de femicídio ou homicídio no contexto de violência intrafamiliar e/ou de género. Lei n.º 26.879/2017, que estabelece a criação do Registo Nacional de Dados Genéticos relativos a crimes contra a integridade sexual. Lei n.º 27.363/2017, que priva os condenados por femicídio da responsabilidade parental.

Lei n.º 27.352/ 2017, que altera o Código Penal Nacional, com o objetivo de especificar as ações que constituem o crime de abuso sexual.

Lei n.º 27.210/2015, que estabelece o Corpo de Advogadas e Advogados para Vítimas de Violência de Género, no âmbito da Secretaria de Justiça do Ministério da Justiça e dos Direitos Humanos da Nação.

Lei n.º 26.842/2012, que altera o Código Penal e a Lei n.º 26.364/2008 relativa ao tráfico de seres humanos e à assistência às suas vítimas. Prevenção e sanção.

Lei n.º 26.791/2012, que introduz agravantes por motivos de género na infração penal do homicídio.

Lei n.º 26.485/2012 relativa à proteção integral para prevenir, sancionar e erradicar a violência contra as mulheres nas esferas em que estas desenvolvem as suas relações interpessoais.

Lei n.º 26.364/2008 relativa à prevenção e sanção do tráfico de pessoas e à assistência às suas vítimas.

Lei n.º 25.087/ 1999 relativa a crimes contra a integridade sexual.

Lei n.º 24.632/1996, relativa à adoção da Convenção Interamericana para Prevenir, Punir e Erradicar a Violência contra a Mulher.

Lei n.º 24.417/1994, relativa à proteção contra a violência familiar.

Decreto Nacional 2.385/1993 relativo ao assédio sexual na administração pública nacional.

Bolívia

Constituição Política do Estado, de 7 de fevereiro de 2009. Direito à integridade física, psicológica e sexual das mulheres em particular (art. 15.III da CPE).

Lei integral n.º 348, que visa garantir às mulheres uma vida livre de violência.

Lei integral n.º 263 contra o tráfico de seres humanos.

Lei n.º 243/2012, que estabelece medidas de combate ao assédio e à violência política contra as mulheres.

Lei n.º 2.033 relativa à proteção das vítimas de crimes contra a liberdade sexual.

Colômbia	Lei n.º 2.137/2021, que estabelece o Sistema Nacional de Alerta Precoce para a Prevenção da Violência Sexual contra as Meninos, Meninas e Adolescentes. Lei n.º 1.761/2015, que estabelece a infração penal de feminicídio como crime autónomo e outras disposições (Lei Rosa Elvira Cely). Lei n.º 1.753/2015: Plano Nacional de Desenvolvimento 2014 - 2018 "Todos por um novo país". Lei n.º 1.719/2014, que altera vários artigos das Leis n.º 599, de 2000, e n.º 906, de 2004, e estabelece medidas para garantir o acesso à justiça das vítimas de violência sexual, nomeadamente no contexto do conflito armado. Lei n.º 747/2021, que estabelece a infração penal do tráfico de seres humanos e outras disposições. Lei n.º 1257/2008, que estabelece regras em matéria de sensibilização, prevenção e sanção de formas de violência e discriminação contra as mulheres.
Espanha	Lei Orgânica n.º 1/2004, de 28 de dezembro, relativa a Medidas de Proteção Integral contra a Violência de Género. Real Decreto-Lei n.º 12/2020, de 31 de março, que estabelece medidas urgentes em matéria de proteção e assistência às vítimas de violência de género. Lei Orgânica n.º 10/2022, de 6 de setembro, relativa à garantia integral da liberdade sexual. Real Decreto-Lei n.º 9/2018, que altera a Lei Orgânica n.º 1/2004, de 28 de dezembro, relativa a Medidas de Proteção Integral contra a Violência de Género.
México	Lei Geral de Acesso das Mulheres a uma Vida Livre de Violência, de 2007, atualizada em 2022. Código Penal Federal (femicídio: artº. 325; prostituição forçada: art. 204). Lei Geral para Prevenir, Sancionar e Erradicar os Crimes de Tráfico de Pessoas e para a Proteção e Assistência às Vítimas destes Crimes, de 2012 (atualizada em 2021).

Panamá	Lei n.º 16/2004. Disposições relativas à prevenção e tipificação de crimes contra a integridade e liberdade sexual. Lei n.º 82/2013 relativa à violência contra as mulheres (incluindo o femicídio). Lei n.º 202/2021, que altera a Lei n.º 82. Lei n.º 79 /2011 relativa ao tráfico de seres humanos e atividades conexas.
Portugal	Lei n.º 112, que estabelece o regime jurídico aplicável à prevenção da violência doméstica, à proteção e à assistência das suas vítimas e revoga a Lei n.º 107/99 e o Decreto Lei n.º 323/2000. Resolução da Assembleia da República Portuguesa n.º 4/2013, de 21 de janeiro de 2013, que aprova a Convenção do Conselho da Europa para a Prevenção e o Combate à Violência contra as Mulheres e a Violência Doméstica. Estratégia Nacional para a Igualdade e a Não Discriminação 2018-2030 (ENIND) «Portugal + Igual». Plano de Ação para a Prevenção e o Combate à Violência contra as Mulheres e a Violência Doméstica (PAVMVD).
Rep. Dominicana	Lei que facilita o acesso à justiça das mulheres vítimas de violência (2011). Lei n.º 137/2003 relativa ao tráfico ilícito de migrantes e ao tráfico de seres humanos. Lei n.º 88/2003, através da qual são criadas, em todo o território nacional, casas de acolhimento ou refúgios para proporcionar um abrigo temporário seguro a mulheres, meninos, meninas e adolescentes vítimas de violência intrafamiliar ou doméstica. Lei n.º 24/1997, que introduz alterações ao Código Penal, ao Código de Processo Penal e ao Código de Proteção das Meninos, Meninas e Adolescentes.

Uruguai

Lei n.º 19.580/2017 relativa à violência de género contra as mulheres.

Lei n.º 19.643/2018 relativa à prevenção e combate ao tráfico de seres humanos.

Lei n.º 18.561/2008 relativa ao assédio sexual. Normas para a sua prevenção e sanção no contexto de trabalho e na relação professor-aluno.

Lei n.º 19.538/2017, que altera os artigos 311 e 312 do Código Penal, relacionados com atos de discriminação e feminicídio.

Lei n.º 19.747/2019, que altera o Capítulo XI da Lei n.º 17.823. Código da Infância e Adolescência.

Lei n.º 19.889/2019 - Lei de Apreciação Urgente. Artigo 104. Registo Nacional de Violadores e Abusadores Sexuais.

Lei n.º 17.815/2004 relativa à violência sexual, comercial ou não comercial, cometida contra crianças, adolescentes e pessoas incapazes.

Lei n.º 17.514/2002 relativa à erradicação da violência doméstica (em relação à violência sofrida por crianças e adolescentes do sexo masculino).

Anexo II

Legislação de referência na intervenção com homens nos países da IIPEVCM. Lista não exaustiva.

País	Legislação de referência na intervenção com homens
Andorra	Lei 1/2015, relativa à erradicação da violência de género e doméstica. Art. 19.
Bolívia	Lei integral n.º 348 para garantir às mulheres uma vida livre de violência. Art. 82.4.
Colômbia	Lei n.º 1257/2008, que estabelece regras para a sensibilização, prevenção e sanção de formas de violência e discriminação contra as mulheres. Art.17.
Espanha	LO n.º 1/2004 sobre medidas de proteção global contra a violência de género. Art. 42.
México	Lei Geral de Acesso das Mulheres a uma Vida Livre de Violência, de 2007, atualizada em 2022. Art. 9.IV, 41.VIII e 53.
Panamá	Lei n.º 82/2013 que adota medidas de prevenção da violência contra as mulheres e reforma o C.P. Arts. 37 e 39.
Portugal	Lei n.º 112, que Estabelece o regime jurídico aplicável à prevenção da violência doméstica, à proteção e à assistência das suas vítimas e revoga a Lei n.º 107/99 e o Decreto Lei n.º 323/2000. Art. 31 e 38.
Rep. Dominicana	Lei n.º 00485 de 2011, que facilita o acesso à justiça das mulheres vítimas de violência. Art. 3.
Uruguai	Lei integral n.º 19.580 para garantir uma vida livre de violência de género. Art. 65.

[illegible]

[illegible]

FICHA INDIVIDUALIZADA DE CONTEÚDOS TERAPÊUTICOS

DIÁRIO EVOLUTIVO

Data:

Participantes:

T1

T2

*T1: Terapeuta 1, T2: Terapeuta 2

Faltam:

Terapeutas:

Ambiente de grupo:

Temas pessoais abordados:

Temas gerais abordados:

Prioridades para o próximo grupo:

Aspetos a ter em conta:

Bibliografia IIPVCM

Quadro Ibero-Americano de referência sobre a violência contra as mulheres, 2023. Iniciativa Ibero-Americana para Prevenir e Erradicar a Violência contra as Mulheres. Disponível em: https://mujereslibresdeviolenciaeniberoamerica.org/wp-content/uploads/2023/07/Referencia-conceptual-iberoamericana-sobre-VCM_IIPVCM.pdf

A violência contra as mulheres na Ibero-América: panorama regional, 2023. Iniciativa Ibero-Americana para Prevenir e Erradicar a Violência contra as Mulheres. Disponível em: https://mujereslibresdeviolenciaeniberoamerica.org/wp-content/uploads/2023/07/Panorama-regional-sobre-VCM_IIPVCM.pdf

Plano Estratégico 2022-2025. Iniciativa Ibero-Americana para Prevenir e Erradicar a Violência contra as Mulheres. Disponível em: https://mujereslibresdeviolenciaeniberoamerica.org/wp-content/uploads/2024/01/AF_BAJA_Plan-Estrategico_V33.pdf

Bibliografia consultada

Aguayo, F., Kimelman, E., Saavedra, P., Kato-Wallace, J. (2016). Hacia la incorporación de los hombres en las políticas públicas de prevención de la violencia contra las mujeres y las niñas. EME/CulturaSalud, Promundo-US, ONU Mulheres e UNFPA. Disponível em: <https://lac.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/ES-Engaging%20Men%20in%20Public%20Policies%20to%20Prevent%20VAWG-Final%20for%20Web-071916.pdf>

Bizitegi (2022). Perspectiva de género e interseccionalidad: Reflexiones para la intervención socioeducativa y psicosocial. Disponível em: https://www.bizitegi.org/wp-content/uploads/2023/03/Bizitegi_Perspectiva-genero_cas.pdf

Central America Women's Network (CAWN) (2011). Violencias interseccionales: Debates feministas y marcos teóricos. Disponível em: https://americalatinagenera.org/wp-content/uploads/2014/07/violencias_interseccionales.pdf

Delegação do Governo contra a Violência de Género do Ministério da Igualdade do Governo de Espanha (2022). Estrategia Estatal para combatir las violencias machistas 2022 – 2025. Disponível em: <https://violenciagenero.igualdad.gob.es/planes-actuacion/estrategiasestatales/estrategia-2022-2025/>

Direção de Atenção às Vítimas de Violência de Género, Departamento do Interior. Governo Basco (2010). Guía práctica de intervención en programas piloto de re-educación con agresores en violencia de género.

Eccheburua E., Fernández Montalvo J. e De Corral P. (2010). Escala de predicción del riesgo de homicidio y de la violencia grave en la relación de pareja. Revista Psicothema. Disponível em: <https://www.psicothema.com/pdf/3840.pdf>

Fabra Fres, Núria; Heras Trías, Pilar e Fuertes Ledesma, Sonia. La reinserción social postpenitenciaria: un reto para la educación social. Revista de Educación Social. N.º 22. Disponível em: <https://eduso.net/res/revista/22/el-tema-colaboraciones/la-reinsercion-social-postpenitenciaria-un-reto-para-la-educacion-social>

Ferreiro Basurto, V., Ferrer Pérez, V. A., Bosch Fiol, E., Navarro Guzmán, C., & Blahopoulou, J. (2015). Instrumentos para el análisis de los programas de intervención con maltratadores en casos de violencia de género aplicados en España. *Journal of Feminist, Gender and Women Studies*, (2). Disponible em: <https://revistas.uam.es/revIUEM/article/view/2223>

Garnelo, M., Jivapong, B., Murphy, B., Bellatin, P. (2021). Estrategias basadas en el comportamiento para involucrar a los hombres en la prevención de la violencia ejercida contra las mujeres y las niñas. ONU Mulheres para as Américas e as Caraíbas e The Behavioral Insights Team. Disponible em: https://lac.unwomen.org/sites/default/files/2022-05/Informe_Estrategias_Comportamiento_Hombres_Preencion_Violencia_12May22.pdf

Geldschläger Heinrich, Beckmann Stefan, Jungnitz Ludger, Puchert Ralf, Jurgis Stabingis Ansis, Dully Cyril, Kraus Heinrich, Logar Rosa, Kristian Dotterud Per, Lorentzen Jørgen e Schweier Sibylle (2010). Programas Europeos de Intervención para Hombres que Ejercen Violencia de Género: Panorámica y Criterios de Calidad. *Psychosocial Intervention* vol.19 no. 2 Madrid jul. Disponible em: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1132-05592010000200009

Greig Alan, Flood Michael (2020). Work with men and boys for gender equality: a review of field formation, the evidence base and future directions. Discussion Paper. ONU Mulheres. Disponible em: <https://www.unwomen.org/sites/default/files/Headquarters/Attachments/Sections/Library/Publications/2020/Discussion-paper-Work-with-men-and-boys-for-gender-equality-en.pdf>

Iniciativa Spotlight, UNFPA, Promundo-US e EME-Fundación CulturaSalud. (2021). Programas con hombres que han ejercido violencia basada

en género en América Latina y el Caribe hispano. 2021. Disponible em: <https://www.spotlightinitiative.org/es/news/programas-de-reeducacion-de-hombres-que-han-ejercido-violencia-basada-en-genero-en-america>

Jeanine Nothaft Raíssa, Beiras Adriano, (2019). What do we know about interventions with perpetrators of domestic and family violence? *Revista Estudos Feministas*, Florianópolis, 27. Disponible em: <https://www.scielo.br/j/ref/a/Zmdztnb8WYrFsWXFr8S/?format=pdf&lang=en>

Lila, Marisol; Catalá, Alba; Conchell, Raquel; García, Antonio; Lorenzo, María Victoria; Pedrón, Vicente e Terreros, Elena (2010). Una Experiencia de Investigación, Formación e Intervención con Hombres Penados por Violencia contra la Mujer en la Universidad de Valencia: Programa Contexto. Disponible em: <https://producciocientifica.uv.es/cumentos/5eb09e662999527641138a3f?lang=en>

López de Zubiría Díaz, S. (2017). Los programas formativos en los casos de violencia de género. Una medida penal alternativa, desconocida y necesaria. *FEMERIS: Revista Multidisciplinar de Estudios de Género*, 2(2), 35-52. Disponible em: <https://e-revistas.uc3m.es/index.php/FEMERIS/article/view/3757>

López-Ramos Ana, Cifre Eva, Hernández Ana, Sanfélix Joan (2024). Is it real or just for show? Construction and validation of a questionnaire for the assessment of egalitarian masculinities. *Revista JOMH*, publicada a 30 de julho de 2024. Disponible em: <https://oss.jomh.org/files/article/20240730-341/pdf/JOMH2023111501.pdf>

Ministério do Desenvolvimento Social do Chile (s.f.). Guía de Corresponsabilidad en el Cuidado. Disponible em: https://www.desarrollosocialyfamilia.gob.cl/storage/docs/Guía_de_Corresponsabilidad_del_Cuidado_MDS.pdf

Montero Andrés, Bonino Luis, Corsi Jorge, Lorente Miguel e G-25 (2006). Monográfico Criterios de Calidad para la intervención con hombres que ejercen violencia en la pareja (HEVPA). Cuaderno para el debate, Grupo 25. Disponible em: <https://www.mujiereisenred.net/IMG/pdf/CUADERNO1-G25.pdf>

ONU Mulheres, Transforming Patriarchal Masculinities: Learning from Practice Lessons from UN Women DRILS Initiative (Dialogue, Reflection, Insight, Learning & Sharing) (2024). Disponible em: <https://www.unwomen.org/sites/default/files/2024-10/transforming-patriarchal-masculinities-learning-from-practice-en.pdf>

Soledad Truccone, Marianela (2019). El uso del tiempo y el trabajo doméstico del cuidado, la deuda estadística de la economía invisible. Revista Interdisciplinaria de Ciencias Sociales (RAIGAL). N.º 5, abril 2018-marzo 2019 (Sección Dossier, pp. 60-75) Disponible em: <https://raigal.unvm.edu.ar/ojs/index.php/raigal/article/view/197>

Soriano, Olga (2009). El enjuiciamiento de la violencia de género. Ed. Iustel. ISBN 978-84-9890-074-3. Resumen disponible em: <https://www.iustel.com/editorial/?ficha=1&referencia=91709008>

Unidade de Apoio à Investigação. Escola Andaluza de Saúde Pública, (s.f.). Catálogo de instrumentos para cribado y frecuencia del maltrato físico, psicológico y sexual. Observatório da Saúde da Mulher, Direção-Geral da Agência de Qualidade do Sistema Nacional de Saúde, Secretaria-Geral de Saúde, Ministério da Saúde e do Consumo. Disponible em: https://www.sanidad.gob.es/organizacion/sns/planCalidadSNS/pdf/equidad/genero_vg_01.pdf

Urbiola Pérez, I., Estévez Gutierrez, A. I., & Momeñe López, J. (2020). Desarrollo y validación del cuestionario VREP (Violencia Recibida, Ejercida y Percibida) en las relaciones de pareja en adolescentes. Apuntes de Psicología,

38(2), 103-114. Disponible em: <https://www.apuntesdepsicologia.es/index.php/revista/article/view/793>

Vaccaro, Sonia (2021). ¿Qué es el modelo Duluth? Modelos de Intervención con mujeres víctimas de violencia de género desde la psicología feminista. Disponible em: <https://psicologiafeminista.com/wp-content/uploads/2021/08/Que-es-el-Modelo-Duluth.pdf>

Valdez-Santiago R, C Híjar-Medina M, de Snyder VNS. Escala de violencia e índice de severidad: una propuesta metodológica para medir la violencia de pareja en mujeres mexicanas. Saúde Pública Mex [Internet]. 2 de abril de 2006 [citado a 18 de março de 2025];480: s221-s231. Disponible em: <https://www.saludpublica.mx/index.php/spm/article/view/4719>

WWP EN [European Network for the Work with Perpetrators of Domestic Violence]. (2023). European Standards for Perpetrator Programmes. Standards for Survivor- Safety- Oriented Intimate Partner Violence Perpetrator Programmes. Working document. Disponible em: https://www.work-with-perpetrators.eu/fileadmin/wwp/What_you_can_do/Ensure_the_quality_of_your_perpetrator_programme/European_Standards_for_Perpetrator_Programmes/European_Standards_for_Perpetrator_Programmes_website.pdf

Livros de referência

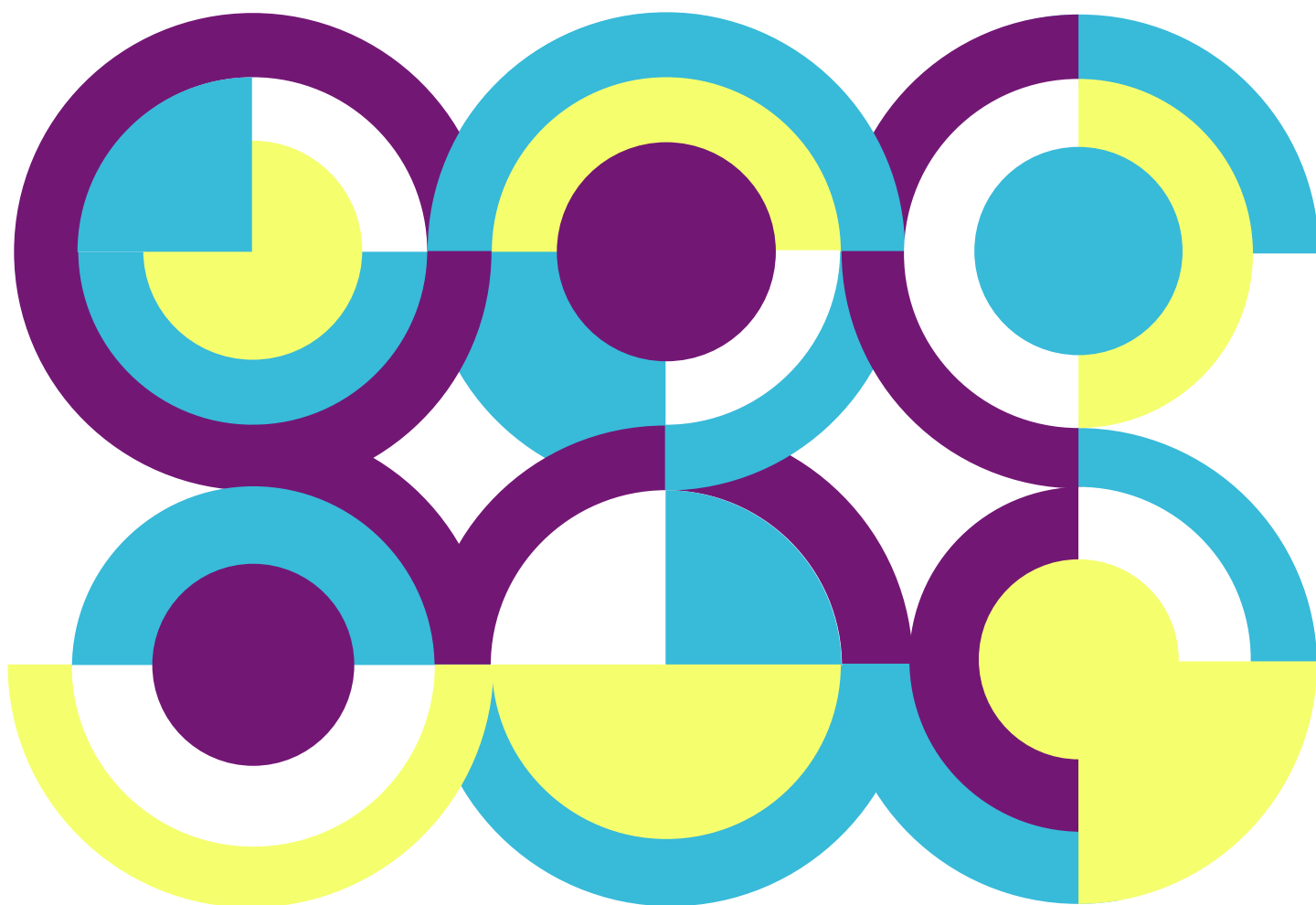
Celis Pacheco, R.; Rodriguez Ceberio, M. Constructivismo y construccionismo en psicoterapia. ED. Manual moderno 2016.

Corsi, J., Dohmen, M. L., & Sotés, M. Á. Violencia masculina en la pareja: una aproximación al diagnóstico y a los modelos de intervención. Paidós. 1995.

- Frankl, Viktor. El hombre en busca de sentido. Ed. Herder. 1947.
- Frankl, Viktor. Logoterapia y análisis existencial. Ed. Herder. 1987.
- Erskine, R. G. Presencia terapéutica y patrones relacionales. Ed. Karnac 2016.
- Hoyos Sancho, Montserrat. Tutela jurisdiccional frente a la Violencia de género. Ed. Lex Nova. ISBN 978-84-9898-105-6.
- Hirigoyen, M.F. Mujeres maltratadas. Ed. Paidós. 2016.
- Instituto da Mulher (Espanha) & Marchal Escalona, A. N. Manual de lucha contra la violencia de género. Aranzadi.
- Instituto de Reinserção Social de Euskadi; Peña Ruiz, Teresa; Freudenthal Pascual, Jorge. Programa Gakoa de "Intervenção com homens com crimes de violência de género".
- Nardone, Giorgio. Corrígeme si me equivoco. Ed. Herder. 2006.
- Nardone, Giorgio & Balbi, Elisa. Cruzar el mar sin que el cielo lo sepa. Ed. Herder. 2009.
- Nardone, Giorgio. El diálogo estratégico: Comunicar persuadiendo: técnicas para conseguir el cambio. Ed. Herder. 2011.
- Neimeyer Robert, A. Psicoterapia constructivista: rasgos distintivos. Ed: Desclée de Brouwe. 2013.
- Rogers, Carl. Psicoterapia centrada en el cliente. Ed. Paidós. 1981.
- Rogers, Carl R. El proceso de convertirse en persona. Ed. Paidós. 2011.
- Subijana, Ignacio José. La violencia en la relación de pareja: la protección de las víctimas en el sistema institucional de justicia. Série Documentos (volume 15).
- Watzlawick, Paul, Bavelas, Janet Beavin & Jackson, Don D. Teoría de la comunicación humana. Ed. Herder. 1991.
- Watzlawick, Paul, Weakland, John H. & Fisch, Richard. Cambio, formación y solución de los problemas humanos. Ed. Herder. 1992.
- Watzlawick, Paul & Nardone, Giorgio. Terapia breve estratégica. Ed. Paidós. 1999.
- Yalom, Irvin, Psicoterapia Existencial, Ed. Herder, Barcelona, 1984.
- Yalom, Irwin D. & Vinogradov, Sophia. Guía breve de psicoterapia de grupo. Ed. Paidós. 1996.
- Yalom, Irwin D. El don de la terapia. Ed. Destino. 2018.

Caixa de ferramentas

*Iniciativa Ibero-Americana para prevenir e eliminar
a violência contra as mulheres*



Introdução	91
Como utilizar esta Caixa de Ferramentas?	92
Conteúdo da Caixa de Ferramentas	94
1. Ferramentas qualitativas	94
1.1 Ficha de avaliação qualitativa ⁴	95
1.2 Questionário de avaliação do programa ⁵	97
2. Ferramentas quantitativas	101
2.1 Inventário de sexismo ambivalente (ASI) ⁶	101
2.2 Conflict Tactics Scales (CTS-2) ⁷	101
2.3 Escala de previsão de risco de violência severa por parceiro íntimo (EPV-R) ⁸	102
2.4 Inventário de Pensamentos Distorcidos sobre as Mulheres e o Uso da Violência (IPDMUV-R) ⁹	102
2.5 Questionnaire for the assessment of egalitarian masculinities (QAEM-27) ¹⁰	103
2.6 Escala de dependência emocional conjugal (SED) ¹¹	104
2.7 Manual de avaliação de risco de violência conjugal (S.A.R.A. V3)	104

⁴ Teresa Peña Ruiz de Arcaute; Jorge Freudenthal Pascual, 2011.

⁵ Teresa Peña Ruiz de Arcaute; Jorge Freudenthal Pascual, 2011.

⁶ Manuel Cárdenas; Siu-Lin Lay; Carmen González; Carlos Calderón; Isabel Alegría, 2010.

⁷ Straus, Hamby, Boney-McCoy e Sugarman, 1996; adaptação Loinaz, 2008.

⁸ Echeburúa, Amor, Loinaz y Corral, 2010.

⁹ Enrique Echeburúa, Pedro J. Amor, Belén Sarasua, Irene Zubizarreta y Francisco Pablo Holgado-Tello, 2016.

¹⁰ Ana López-Ramos, Eva Cifre, Ana Hernández, Joan Sanfélix, 2024.

¹¹ Camarillo, Echeburúa, Ferre y Amor, 2020

A presente Caixa de Ferramentas acompanha o *Manual para a intervenção em grupo com homens condenados por violência contra as mulheres em regime aberto*.

O documento inclui uma série de ferramentas qualitativas e quantitativas para avaliar o impacto das intervenções e o grau de mudança nas atitudes e comportamentos dos homens que participam nos programas de intervenção.

Tal como o manual, a elaboração desta Caixa de Ferramentas foi realizada no âmbito da *Consultoria para o Desenvolvimento de Estratégias de Prevenção da Violência contra as Mulheres e*

Medição da Mudança Cultural, lançada em janeiro de 2025.

Uma consultoria que responde ao compromisso da Iniciativa Ibero-Americana para Prevenir e Eliminar a Violência contra as Mulheres (IPEVCM) de criar ferramentas práticas e adaptadas à realidade dos países membros, promovendo intervenções que fomentem sociedades mais igualitárias e livres de violência.

A ferramenta mais útil desta caixa é, sem dúvida, a *Ficha de avaliação qualitativa*, que permite à equipa terapêutica efetuar uma avaliação contínua dos homens que participam no programa. Oferece uma visão muito concreta num momento específico.

No entanto, a utilização de ferramentas quantitativas permite validar ou medir a utilidade de programas deste tipo. Tal como é explicado no manual, é difícil desenvolver ferramentas de medição precisas, mas estas fornecem informações úteis antes e depois do tratamento. São ferramentas indispensáveis para justificar o programa e o trabalho realizado, permitindo validar a sua eficácia.

Os questionários incluídos nesta caixa de ferramentas foram selecionados com base na sua facilidade de utilização, tanto para a equipa terapêutica como para os participantes. São fáceis de aplicar e de medir e foram validados pela comunidade científica relevante. Procurou-se incluir principalmente ferramentas validadas em espanhol, com uma exceção, devido ao seu interesse, a QAEM-27.

Estes questionários têm vindo a ser utilizados pelas administrações públicas, forças de segurança e por instituições penitenciárias no seu trabalho com vítimas de violência contra

as mulheres e com agressores, o que lhes confere confiança e fiabilidade. O CTS-2 é o questionário mais amplamente utilizado e recomendado para avaliar a violência conjugal.

Como utilizar as ferramentas?

Antes de aplicar os questionários incluídos nesta caixa de ferramentas, é importante ter em conta que estes não estão validados para cada país ou população específica. As dificuldades metodológicas associadas à aplicação de instrumentos quantitativos impedem a existência de instrumentos validados para cada país participante na IIPEVCM que integrem também o modelo interseccional de forma transversal. No entanto, todos eles são muito úteis para obter uma "fotografia" bastante precisa dos parâmetros medidos, especialmente quando se comparam os resultados antes e depois do tratamento.

Recomenda-se a utilização de duas ou três ferramentas para realizar a avaliação antes e depois do tratamento. Estas devem ser aplicadas, pelo menos, na terceira sessão de trabalho e nunca na primeira, visto ser mais eficaz se já tiver sido estabelecida uma relação de confiança que garanta a sinceridade

das respostas. É essencial assegurar aos participantes a confidencialidade dos resultados, garantindo que estes não serão utilizados para além da avaliação dos respetivos progressos no programa, nem noutras áreas, como a policial ou a judicial.

Recomenda-se que se comece por utilizar o questionário Conflict Tactics Scales (CTS-2), o questionário da Escala de Dependência Emocional Conjugal (SED) e o questionário da Escala de Previsão de Risco de Violência Severa por Parceiro Íntimo. Mais tarde, especialmente

nas últimas semanas do programa, poderão ser incorporadas as restantes ferramentas incluídas na caixa.

Para além dos resultados específicos de cada ferramenta, as informações obtidas permitirão apreciar **a mudança para comportamentos mais igualitários** verificada nos participantes. Veremos a evolução e os resultados.

As informações obtidas com ferramentas quantitativas permitem verificar e confirmar o que foi obtido qualitativamente.

Ficha de avaliação qualitativa

O acompanhamento contínuo e o preenchimento das fichas individuais e do diário evolutivo facilitarão a compilação e a sistematização dos progressos de cada participante ao longo do programa. As informações recolhidas nesses documentos permitirão à equipa terapêutica elaborar um relatório final, no qual serão apresentadas as suas impressões sobre a evolução de cada participante com base na análise de indicadores-chave. Para esse efeito, será utilizada uma ficha de avaliação qualitativa.

O que é medido

O progresso de cada participante em relação a 9 marcadores ou indicadores:

- ▷ Não ter causado danos a si próprio ou a terceiros.
- ▷ Regulação saudável do estado de ânimo.
- ▷ Gestão e regulação adequadas das emoções.
- ▷ Ausência de dependências.
- ▷ Aceitação de erros e capacidade de se perdoar a si próprio.
- ▷ Maior autoconhecimento.
- ▷ Comunicação saudável.
- ▷ Desenvolvimento de competências analíticas semelhantes às da equipa terapêutica.
- ▷ Interiorização e sensibilização para as questões de género, sem desejabilidade social.

Utilidade

Esta ferramenta permite avaliar os progressos de cada participante na adoção de comportamentos mais igualitários, com base no cumprimento de marcadores ou indicadores individuais. É útil para identificar os objetivos que ainda têm de ser alcançados.

Além disso, permite avaliar, com uma só ferramenta, uma variedade de marcadores que, de outra forma, seria complexo medir, captando assim uma gama mais ampla de respostas. Valoriza também a perspetiva e o feedback da equipa terapêutica, que contribui com a sua experiência no terreno.

Facilita a avaliação contínua ao longo do programa e pode servir de base para a formulação de perguntas para futuras investigações quantitativas.

O que está incluído

Modelo de ficha de avaliação qualitativa.

1.1

Ficha de avaliação qualitativa

Pessoa:	
Indicador	Acompanhamento
Não ter causado danos a si próprio ou a terceiros.	
Regulação saudável do estado de ânimo.	
Gestão e regulação adequadas das emoções.	
Ausência de dependências.	
Aceitação de erros e capacidade de se perdoar a si próprio.	
Maior autoconhecimento.	
Comunicação saudável.	
Desenvolvimento de competências analíticas semelhantes às da equipa terapêutica.	
Interiorização e sensibilização para as questões de género, sem desejabilidade social.	
Comentários adicionais	

Utilização da ferramenta: Recomenda-se que esta ficha seja preenchida no final do programa, com base nas informações obtidas através das ferramentas de acompanhamento contínuo e durante as sessões de controlo com a equipa terapêutica.

Questionário de avaliação do programa por parte dos participantes

O que é medido	▷ O grau de satisfação dos utentes com o programa. ▷ Os progressos e as mudanças que consideram ter efetuado, segundo o seu ponto de vista. ▷ Aspetos a melhorar, a nível pessoal e do programa. ▷ A relação terapêutica, o trabalho da equipa técnica e o seu grau de envolvimento.
Utilidade	▷ O questionário permite obter um feedback direto dos participantes sobre o programa, proporcionando resultados enriquecedores e construtivos. ▷ Valoriza a perspetiva dos participantes na concretização dos objetivos. ▷ Consolida os pontos fortes do programa e identifica os seus pontos fracos, de modo a permitir a sua melhoria. ▷ Reforça as qualidades terapêuticas. ▷ Permite obter uma pontuação simples, subjetiva e funcional do programa. ▷ Serve como um exercício de reflexão, no qual os homens avaliam a sua participação no programa e o seu nível de envolvimento.
O que está incluído	▷ Questionário de avaliação do programa.

Utilização da ferramenta: Este questionário será distribuído aos participantes para que o preencham durante a última sessão.

1.2

Questionário de avaliação do programa

O que é que retira da sua participação neste programa?

Uma ideia, uma reflexão, recursos, ferramentas...

Que conselhos daria a alguém que está a iniciar um programa como este?

Que mudanças observou em si desde que iniciou o programa?

Qual é o seu ponto forte nas relações pessoais e conjugais?

Que aspetos considera que tem de continuar a melhorar?

Em relação à forma de trabalhar do programa, o que é que gostou mais e o que é que gostou menos?

O que é que melhoraria no programa?

Quais foram as qualidades da equipa terapêutica que mais o ajudaram?

Quais foram as suas qualidades que mais o ajudaram no processo?

Classifique o programa de 1 a 10, sendo 1 muito negativo e 10 muito positivo.
Marque com um círculo a opção escolhida.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Classifique a equipa terapêutica de 1 a 10, sendo 1 muito negativo e 10 muito positivo.
Marque com um círculo a opção escolhida.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Classifique o seu nível de envolvimento com o programa de 1 a 10, sendo 1 nada envolvido e 10 totalmente envolvido. Marque com um círculo a opção escolhida.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Inventário de Sexismo Ambivalente (ASI) (Cárdenas, M.; Lay, S.; González, C.; Calderón, C.; Alegría, I.)

O que é medido	Escala que tem como objetivo medir os preconceitos existentes em relação às mulheres. O sexismo é entendido como uma construção bidimensional e mede dois aspetos: ▷ Sexismo benevolente. ▷ Sexismo hostil.
Utilidade	▷ Instrumento útil para medir os níveis de preconceito relacionados com o género. ▷ Pode ser utilizado para detetar e elaborar perfis.
Ferramenta	▷ Acesso à ferramenta. ▷ Acesso ao artigo: Acerca da validação, adaptação e propriedades psicométricas da ASI¹².

Conflict Tactics Scales (CTS-2)¹³

O que é medido	▷ Grau em que os membros de um casal estão envolvidos em agressões físicas, psicológicas ou sexuais no âmbito da sua relação. ▷ Avalia a utilização de estratégias de raciocínio e de negociação para resolver conflitos. ▷ Avalia a presença de lesões resultantes de possíveis conflitos entre os membros do casal. ▷ Permite medir diferentes dimensões (ou seja, atos concretos de violência física, psicológica e sexual, estratégias de resolução de conflitos e possíveis consequências desses conflitos).
Utilidade	▷ Fornece uma visão bastante completa dos comportamentos de agressão no seio do casal.

¹² Revista salud & sociedad, V. 1, No. 2, maio – agosto, 2010.

¹³ Straus, Hamby, Boney-McCoy y Sugarman, 1996; adaptação Loinaz, 2008.

	▶ Permite obter informações sobre um único indivíduo ou sobre os dois membros do casal. ▶ Permite preservar a integridade física e psíquica das mulheres. ▶ É útil para definir objetivos na intervenção tanto com homens como com mulheres.
Ferramenta	▶ Acesso à ferramenta. ▶ Acesso ao artigo: Propriedades psicométricas da Conflict Tactics Scales (CTS-2).¹⁴

Escala de Previsão de Risco de Violência Severa por Parceiro Íntimo - Revista (EPV-R)¹⁵

O que é medido	▶ Estima a possibilidade de futuros comportamentos violentos no seio do casal. ▶ Os dados estão agrupados em cinco secções (dados pessoais, estado da relação conjugal, tipo de violência, perfil do agressor e vulnerabilidade da vítima).
Utilidade	▶ Permite identificar e gerir a violência no contexto profissional. ▶ Detetar e prevenir episódios de violência grave. ▶ Preservar a integridade física e psíquica das mulheres.
Ferramenta	▶ Acesso à ferramenta. ▶ Acesso ao artigo: Escala de Previsão de Risco de Violência Severa por Parceiro Íntimo - Revista (EPV-R)¹⁶.

Inventário de Pensamentos Distorcidos sobre as Mulheres e o Uso da Violência - Revisto (IPDMUV-R)¹⁷

O que é medido	▶ Crenças irracionais do agressor relacionadas com os papéis de género.
-----------------------	---

¹⁴ Ismael Loinaz¹, Enrique Echeburúa¹, Margarita Ortiz-Tallo y Pedro J. Amor. Psicothema 2012. Vol. 24, N.º 1, pp. 142-148.

¹⁵ Enrique Echeburúa, Pedro Javier Amor, Ismael Loinaz y Paz de Corral.

¹⁶ Psicothema 2010. Vol. 22, N.º 4, pp. 1054-1060.

¹⁷ Echeburúa, Amor, Sarasua, Zubizarreta y Holgado-Tello, 2016.

	▶ A utilização da violência como forma de resolução de conflitos aceitável.
Utilidade	▶ Permite detetar distorções cognitivas em homens que exercem ou exerceram VCM. ▶ É um instrumento útil no âmbito clínico-terapêutico, na medida em que permite definir e orientar o trabalho com os agressores. ▶ É também um instrumento sensível à mudança terapêutica. ▶ Contribui para a preservação da integridade física e psíquica das mulheres.
Ferramenta	▶ Acesso à ferramenta IPDMUV-R¹⁸. ▶ Acesso ao artigo: Inventário de Pensamentos Distorcidos sobre as Mulheres e o Uso da Violência - Revisto (IPDMUV-R): propriedades psicométricas¹⁹.

Questionnaire for the assessment of egalitarian masculinities (QAEM-27) ²⁰	
O que é medido	Questionário desenvolvido e validado para medir os progressos no sentido da igualdade de género nos homens. É composto por 27 itens, agrupados em seis dimensões: ▶ Consciência do sexismo. ▶ Corresponsabilidade. ▶ Práticas pró-igualitárias. ▶ Não-exercício da violência. ▶ Privilégios masculinos. ▶ Relações igualitárias.
Utilidade	▶ Proporciona uma ferramenta útil para avaliar o grau de apoio ou de aproximação dos homens adultos à igualdade de género. ▶ Pode ser utilizado para identificar o ponto de partida das intervenções e avaliar a sua eficácia.
Ferramenta	▶ Acesso à ferramenta original em inglês na secção ‘Supplementary Material’ do artigo, na pág. 57. ▶ Acesso ao artigo: Is it real or just for show? Construction and validation of a questionnaire for the assessment of egalitarian masculinities (QAEM-27).²¹

¹⁸ Echeburúa, Amor, Sarasua, Zubizarreta y Holgado-Tello, 2016.
¹⁹ Anales de psicología, 2016, vol. 32, N.º 3 (outubro), 837-846.

²⁰ Ana López-Ramos, Eva Cifre, Ana Hernández, Joan Sanfélix. 2024.
²¹ Journal of Men's Health 2024 vol.20(7), 48-58.

Escala de Dependência Emocional Conjugal (SED)²²

O que é medido	▶ Grau de dependência emocional no seio do casal.
Utilidade	▶ Ajuda a detetar possíveis assimetrias de poder no seio do casal ? subordinações. ▶ É útil para a relacionar com a autoestima, insegurança, individualização, autonomia, tomada de decisões, ansiedade, medo do abandono e/ou carências afetivas. ▶ Permite definir objetivos terapêuticos.
Ferramenta	▶ Acesso à ferramenta.

Manual de avaliação de risco de violência conjugal (S.A.R.A. V3).²³

O que é medido	Trata-se de uma ferramenta preditiva que avalia o risco de ocorrência de violência no seio do casal.
Utilidade	▶ Contribui para a prevenção da VCM e para a preservação da integridade física e psíquica das mulheres e dos seus filhos. ▶ Como estratégia profissional para reduzir o impacto da violência antes que esta ocorra. ▶ Para apoiar a tomada de decisões preditivas por parte dos diferentes profissionais.
Ferramenta	▶ Não se trata de uma ferramenta de acesso livre. Pode ser adquirida através deste link.

²² Camarillo, Echeburúa, Ferre y Amor, 2020.

²³ P. Randall, S.D. Hart, C.D. Webster y D. Eaves. Adaptación: A. Andrés Pueyo y S. López (Grupo de Estudios Avanzados en Violencia).

