RSV
ISSN 2674-8584

Received: 22/04/2026 - **Accepted:** 10/06/2026
Vol: 08.05
DOI: 10.66104/8ryt5328
Pages: 1-17

IMPACTOS DA VIOLÊNCIA PSICOLÓGICA NO AMBIENTE CONJUGAL SOBRE A SAÚDE MENTAL DAS VÍTIMAS

IMPACTS OF PSYCHOLOGICAL VIOLENCE IN THE MARITAL ENVIRONMENT ON THE MENTAL HEALTH OF VICTIMS

THE IMPACTS OF PSYCHOLOGICAL VIOLENCE IN INTIMATE PARTNER RELATIONSHIPS ON VICTIMS' MENTAL HEALTH

Cátia Maria Silva de Oliveira
Centro Universitário da Vitória de Santo Antão (UNIVISA), Vitória de Santo Antão, Pernambuco, Brasil.
Discente do curso de Bacharelado em Psicologia.
E-mail: Catyaarthurthalys@gmail.com

Murilo Leonardo da Cunha
Centro Universitário da Vitória de Santo Antão (UNIVISA), Vitória de Santo Antão, Pernambuco, Brasil.
Discente do curso de Bacharelado em Psicologia.
E-mail: murilo_vitoria@yahoo.com.br

Allyne Evellyn Freitas Gome
Centro Universitário da Vitória de Santo Antão (UNIVISA), Vitória de Santo Antão, Pernambuco, Brasil. Mestre em Psicologia Cognitiva UFPE e docente do curso de Bacharelado em Psicologia.
E-mail: allyne.gomes@univisa.edu.br

Resumo

A violência psicológica no ambiente conjugal constitui uma das formas mais recorrentes e silenciosas de violência doméstica, produzindo consequências significativas para a saúde mental das vítimas. Diferentemente da violência física, suas marcas não são visíveis imediatamente, o que dificulta sua identificação e enfrentamento social. Este artigo tem como objetivo geral compreender os impactos da violência psicológica no ambiente conjugal sobre a saúde mental das vítimas, bem como analisar os fatores que contribuem para a manutenção dessas relações

ISSN 2674-8584

Received: 22/04/2026 - **Accepted:** 10/06/2026
Vol: 08.05
DOI: 10.66104/8ryt5328
Pages: 1-17

e as possibilidades de intervenção psicológica. A pesquisa caracteriza-se como bibliográfica, qualitativa e descritiva, fundamentada em autores clássicos e contemporâneos das áreas da Psicologia, Sociologia e Direito. Os resultados apontam que a violência psicológica desencadeia transtornos emocionais como ansiedade, depressão, síndrome do pânico, baixa autoestima e dependência emocional, comprometendo significativamente a qualidade de vida das vítimas. Conclui-se que o fortalecimento de políticas públicas, redes de apoio e intervenções psicológicas especializadas é fundamental para prevenção e enfrentamento dessa problemática social.

Palavras-chave: violência psicológica; violência conjugal; saúde mental; abuso emocional.

Abstract

Psychological violence within intimate partner relationships is one of the most prevalent and silent forms of domestic violence, producing significant consequences for victims' mental health. Unlike physical violence, its effects are not immediately visible, making its identification and social confrontation more difficult. This article aims to understand the impacts of psychological violence in intimate relationships on victims' mental health, as well as to analyze the factors that contribute to the maintenance of these relationships and the possibilities for psychological intervention. The study is characterized as a bibliographic, qualitative, and descriptive research, based on classical and contemporary authors from the fields of Psychology, Sociology, and Law. The findings indicate that psychological violence triggers emotional disorders such as anxiety, depression, panic disorder, low self-esteem, and emotional dependence, significantly compromising victims' quality of life. It is concluded that strengthening public policies, support networks, and specialized psychological interventions is essential for the prevention and confrontation of this social problem.

Keywords: psychological violence; intimate partner violence; mental health; emotional abuse.

Resumen

La violencia psicológica en el ámbito conyugal constituye una de las formas más frecuentes y silenciosas de violencia doméstica, produciendo consecuencias significativas para la salud mental de las víctimas. A diferencia de la violencia física, sus marcas no son inmediatamente visibles, lo que dificulta su identificación y abordaje social.Este artículo tiene como objetivo general comprender los impactos de la violencia psicológica en el ámbito conyugal sobre la salud mental de las víctimas, así como analizar los factores que contribuyen al mantenimiento de estas relaciones y las posibilidades de intervención psicológica. La investigación se caracteriza como un estudio bibliográfico, cualitativo y descriptivo, fundamentado en autores clásicos y contemporáneos de las áreas de la Psicología, Sociología y Derecho.Los resultados indican que la violencia psicológica desencadena trastornos emocionales como ansiedad, depresión, síndrome de pánico, baja autoestima y dependencia emocional, comprometiendo significativamente la calidad de vida de las víctimas. Se concluye que el fortalecimiento de las políticas públicas, las redes de apoyo y las intervenciones psicológicas especializadas es fundamental para la prevención y el abordaje de esta problemática social.

Palabras clave: violencia psicológica; violencia conyugal; salud mental; abuso emocional.

RSV
ISSN 2674-8584

Received: 22/04/2026 - **Accepted:** 10/06/2026
Vol: 08.05
DOI: 10.66104/8ryt5328
Pages: 1-17

1. Introdução

A violência psicológica no ambiente conjugal representa uma grave problemática social e de saúde pública, atingindo milhares de pessoas em diferentes contextos sociais, culturais e econômicos. Segundo Bandeira (2014), trata-se de uma forma de violência caracterizada por agressões verbais, humilhações, manipulações, ameaças, chantagens emocionais, isolamento social e controle excessivo sobre a vítima, ocasionando sofrimento emocional intenso e comprometimento da saúde mental.

Durante muitos anos, a violência doméstica foi associada predominantemente à agressão física, invisibilizando outras formas de abuso, especialmente a violência psicológica. Entretanto, estudos contemporâneos demonstram que o sofrimento emocional causado por esse tipo de violência pode gerar consequências tão severas quanto às agressões físicas, afetando profundamente a autoestima, a autonomia e a estabilidade emocional das vítimas.

Segundo Bourdieu (1989), as relações de dominação existentes na sociedade são frequentemente naturalizadas por mecanismos simbólicos que tornam determinadas formas de violência socialmente aceitáveis. Nesse sentido, a violência psicológica se estabelece dentro das relações conjugais por meio de práticas de controle e submissão legitimadas historicamente pelas estruturas patriarcais.

Da mesma forma, Foucault (1979) afirma que o poder se manifesta nas relações sociais de maneira subjetiva e disciplinadora, influenciando comportamentos, emoções e identidades. Nas relações conjugais abusivas, o agressor utiliza estratégias de manipulação emocional e controle psicológico como forma de dominação, comprometendo gradativamente a autonomia da vítima.

No contexto brasileiro, Saffioti (2004) destaca que a violência doméstica está profundamente relacionada às desigualdades de gênero construídas historicamente na sociedade patriarcal. Para a autora, muitas mulheres permanecem em relações abusivas devido à dependência emocional, econômica e social, além do medo e da fragilidade emocional desenvolvidos ao longo do relacionamento.

Sob a perspectiva psicológica Beck (1997) argumenta que experiências traumáticas e relações abusivas contribuem para formação de pensamentos automáticos negativos e crenças disfuncionais, favorecendo o desenvolvimento de transtornos emocionais como depressão, ansiedade e sentimentos

RSV
ISSN 2674-8584

Received: 22/04/2026 - **Accepted:** 10/06/2026
Vol: 08.05
DOI: 10.66104/8ryt5328
Pages: 1-17

persistentes de incapacidade. Além disso, a relevância social deste estudo está relacionada à necessidade de ampliar debates sobre uma forma de violência frequentemente invisibilizada e naturalizada nas relações afetivas. Muitas vítimas não reconhecem que estão vivenciando violência psicológica, o que dificulta a denúncia e a busca por apoio profissional.

Diante desse contexto, surge o seguinte problema de pesquisa: Quais são os impactos da violência psicológica no ambiente conjugal sobre a saúde mental das vítimas? Sendo assim, temos como objetivo geral: compreender os impactos da violência psicológica no ambiente conjugal sobre a saúde mental das vítimas, bem como analisar os fatores que contribuem para a manutenção dessas relações e as possibilidades de intervenção psicológica. Já os específicos: Identificar as principais manifestações da violência psicológica nas relações conjugais; Compreender os efeitos emocionais, cognitivos e comportamentais causados pela violência psicológica nas vítimas e por fim, discutir as contribuições da Terapia Cognitivo-Comportamental no enfrentamento das consequências psicológicas decorrentes da violência conjugal

A relevância e justificativa desta pesquisa também se fundamenta no crescente número de casos de violência doméstica registrados no Brasil, especialmente aqueles relacionados à violência emocional. Muitas vítimas desenvolvem transtornos psicológicos severos, como ansiedade, depressão, síndrome do pânico, baixa autoestima, dependência emocional e transtorno de estresse pós-traumático. Conforme destaca Herman (1992), experiências traumáticas contínuas comprometem profundamente a identidade, o equilíbrio emocional e a sensação de segurança das vítimas.

No âmbito psicológico, a pesquisa torna-se relevante ao evidenciar como experiências abusivas afetam os processos cognitivos e emocionais das vítimas. Segundo Beck (1997), vivências traumáticas recorrentes favorecem o desenvolvimento de pensamentos automáticos negativos e crenças disfuncionais, levando o indivíduo a interpretar a si mesmo de forma inferiorizada e incapaz. Dessa maneira, o sofrimento emocional decorrente da violência psicológica ultrapassa o momento da agressão e produz consequências duradouras para saúde mental.

Outro aspecto importante refere-se à invisibilidade social da violência psicológica. Muitas vítimas permanecem em relacionamentos abusivos devido ao medo, dependência emocional, dependência financeira, pressão social e ausência de apoio familiar ou institucional. Em diversos casos, o sofrimento psíquico é minimizado pela sociedade, dificultando denúncias e acesso a serviços especializados de acolhimento e proteção.

RSV
ISSN 2674-8584

Received: 22/04/2026 - **Accepted:** 10/06/2026
Vol: 08.05
DOI: 10.66104/8ryt5328
Pages: 1-17

No campo social, o estudo busca promover conscientização acerca da gravidade da violência psicológica, demonstrando que agressões emocionais podem produzir danos tão graves quanto a violência física. Muitas vezes, o abuso emocional ocorre de forma progressiva e silenciosa, comprometendo gradativamente autoestima, autonomia e capacidade de reação da vítima.

No âmbito jurídico, a discussão torna-se essencial diante da importância da Lei Maria da Penha (Lei nº 11.340/2006), que reconhece a violência psicológica como uma das formas de violência doméstica e familiar contra a mulher. Entretanto, apesar dos avanços legais, muitas vítimas ainda encontram dificuldades para comprovar o abuso psicológico e obter proteção adequada.

Logo, esta pesquisa justifica-se pela necessidade de compreender os impactos da violência psicológica no ambiente conjugal sobre a saúde mental das vítimas, contribuindo para fortalecimento de políticas públicas, estratégias preventivas e práticas terapêuticas que promovam proteção, acolhimento e recuperação emocional das pessoas afetadas por essa forma de violência.

2. Metodologia

A presente pesquisa caracteriza-se como bibliográfica, de abordagem qualitativa e natureza descritiva. Segundo Gil (2008), a pesquisa bibliográfica é desenvolvida a partir de materiais já elaborados, constituídos principalmente por livros, artigos científicos, dissertações, teses, legislações e documentos institucionais, possibilitando aprofundamento teórico sobre determinado fenômeno.

A abordagem qualitativa foi adotada por permitir a compreensão dos aspectos subjetivos, sociais e psicológicos relacionados à violência psicológica no ambiente conjugal e seus impactos na saúde mental das vítimas. Conforme Minayo (2014), esse tipo de abordagem favorece a interpretação dos significados, experiências e processos envolvidos nos fenômenos humanos e sociais.

O levantamento bibliográfico foi realizado entre os meses de janeiro e março de 2026, por meio de consultas às bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO), Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Portal de Periódicos CAPES, Google Acadêmico e PubMed. Foram utilizados os seguintes descritores, em português e inglês, combinados por meio dos operadores booleanos AND e OR: "violência psicológica", "violência conjugal", "violência doméstica", "abuso emocional", "saúde mental", "intimate partner violence", "psychological violence", "emotional abuse", "mental health" e "cognitive behavioral therapy".

RSV
ISSN 2674-8584

Received: 22/04/2026 - **Accepted:** 10/06/2026
Vol: 08.05
DOI: 10.66104/8ryt5328
Pages: 1-17

Como critérios de inclusão foram considerados: artigos científicos, livros, capítulos de livros, dissertações, teses e documentos oficiais publicados entre 2004 e 2025; textos disponíveis integralmente; publicações em língua portuguesa, inglesa ou espanhola; e estudos que abordassem diretamente a violência psicológica em relações conjugais, seus impactos na saúde mental e possibilidades de intervenção psicológica.

Foram excluídos trabalhos duplicados, publicações sem relação direta com o tema investigado, estudos que abordavam exclusivamente violência física ou sexual sem discutir a violência psicológica, bem como materiais sem fundamentação científica ou metodológica adequada.

Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, foram selecionadas 42 publicações para análise, incluindo artigos científicos, obras clássicas da área, documentos legais e produções acadêmicas relevantes para os objetivos da pesquisa. A análise dos dados ocorreu por meio da leitura exploratória, seletiva, analítica e interpretativa dos materiais selecionados. A partir desse processo, os conteúdos foram organizados em eixos temáticos construídos conforme sua recorrência e relevância para os objetivos da pesquisa. Foram identificados temas relacionados às manifestações da violência psicológica, aos impactos na saúde mental das vítimas, às relações de poder presentes no contexto conjugal e às possibilidades de intervenção psicológica.

O processo analítico envolveu a identificação, agrupamento e interpretação dos principais temas encontrados na literatura, permitindo a sistematização dos conhecimentos produzidos sobre o fenômeno investigado. Dessa forma, a pesquisa procurou reunir e organizar evidências científicas acerca da violência psicológica no ambiente conjugal, contribuindo para a compreensão de seus impactos na saúde mental e para o fortalecimento das estratégias de prevenção e intervenção.

3 Fundamentação teórica

3.1 Violência Psicológica no Ambiente Conjugal

A violência psicológica é uma das formas mais comuns de violência doméstica e, ao mesmo tempo, uma das menos identificadas socialmente. Ela ocorre por meio de comportamentos que provocam sofrimento emocional, medo, insegurança, diminuição da autoestima e controle sobre a vítima. De acordo com a Lei nº 11.340/2006, Lei Maria da Penha, a violência psicológica compreende qualquer conduta que cause danos emocional e diminuição da autoestima, prejudicando o pleno desenvolvimento da vítima ou buscando controlar suas ações, crenças e decisões.

RSV
ISSN 2674-8584

Received: 22/04/2026 - **Accepted:** 10/06/2026
Vol: 08.05
DOI: 10.66104/8ryt5328
Pages: 1-17

Segundo Saffioti (2004), a violência doméstica está diretamente relacionada às estruturas patriarcais que historicamente colocam a mulher em posição de submissão. Nesse contexto, muitas práticas abusivas acabam sendo naturalizadas dentro das relações afetivas. A violência psicológica manifesta-se por meio de humilhações constantes, críticas excessivas, ameaças, manipulação emocional, controle financeiro, ciúmes possessivos e isolamento social. O agressor frequentemente utiliza mecanismos sutis de dominação, dificultando que a vítima perceba o abuso.

Além disso, o ciclo da violência descrito por Walker (1979) contribui para manutenção das relações abusivas. Esse ciclo envolve momentos de tensão, agressão e reconciliação, fazendo com que a vítima desenvolva esperança de mudança no comportamento do agressor. Outro aspecto relevante refere-se à invisibilidade social da violência psicológica. Como não deixa marcas físicas aparentes, muitas vítimas enfrentam dificuldades para comprovar o abuso e obter apoio social e jurídico.

3.2 Impactos da Violência Psicológica na Saúde Mental das Vítimas

Os impactos da violência psicológica sobre a saúde mental são profundos e podem permanecer mesmo após o término da relação abusiva. O sofrimento emocional contínuo compromete significativamente a qualidade de vida das vítimas, afetando relações sociais, desempenho profissional e estabilidade emocional.

Segundo Herman (1992), experiências traumáticas prolongadas produzem alterações emocionais intensas, comprometendo sentimento de segurança, identidade e autonomia. Entre os sintomas mais frequentes apresentados pelas vítimas destacam-se ansiedade, depressão, baixa autoestima, síndrome do pânico, transtorno de estresse pós-traumático, insônia, medo constante e sentimento de culpa.

A vítima frequentemente internaliza as críticas e humilhações sofridas, passando a acreditar que realmente possui incapacidade ou inferioridade. Conforme explica Beck (1997), experiências negativas recorrentes favorecem formação de crenças disfuncionais e pensamentos automáticos negativos.

Além disso, o isolamento social imposto pelo agressor fragiliza ainda mais o estado emocional da vítima, reduzindo redes de apoio e aumentando sentimento de dependência emocional. Em muitos casos, o sofrimento psicológico também

RSV
ISSN 2674-8584

Received: 22/04/2026 - **Accepted:** 10/06/2026
Vol: 08.05
DOI: 10.66104/8ryt5328
Pages: 1-17

desencadeia sintomas físicos, como dores musculares, fadiga, alterações alimentares, problemas gastrointestinais e crises de ansiedade.

Outro fator preocupante refere-se ao aumento dos casos de ideação suicida em vítimas submetidas a relacionamentos abusivos prolongados. A ausência de apoio emocional e o sentimento constante de incapacidade podem levar ao agravamento do sofrimento psíquico.

3.3 Relações de Poder e Dependência Emocional

As relações conjugais abusivas geralmente se estruturam a partir de relações desiguais de poder. O agressor utiliza mecanismos emocionais de manipulação e controle que fragilizam gradativamente a autonomia da vítima. Segundo Bourdieu (1989), a violência simbólica ocorre quando práticas de dominação tornam-se naturalizadas socialmente, levando indivíduos a aceitarem situações opressivas como normais.

Nas relações conjugais, essa violência manifesta-se por meio de controle emocional, chantagens afetivas, ameaças veladas e desqualificação constante da vítima. O agressor frequentemente alterna comportamentos agressivos e demonstrações de afeto, confundindo emocionalmente a vítima.

Além disso, fatores culturais contribuem para permanência em relações abusivas. Muitas pessoas são educadas a acreditar que o sofrimento faz parte do amor, favorecendo a romantização de comportamentos controladores e possessivos.

A dependência emocional também representa um importante fator de permanência nessas relações. A vítima passa a acreditar que não consegue viver sem o parceiro, desenvolvendo medo intenso da separação e sentimento de incapacidade diante da vida. Segundo Dias (2015), a violência psicológica compromete a liberdade emocional da vítima e interfere diretamente em sua capacidade de tomada de decisões.

3.4 A Abordagem Cognitivo-Comportamental no Enfrentamento da Violência Psicológica

A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) apresenta importantes contribuições no tratamento das consequências emocionais causadas pela violência psicológica. Desenvolvida por Beck (1997), a TCC parte do pressuposto de que pensamentos, emoções e comportamentos estão interligados. Dessa forma, situações traumáticas e abusivas influenciam

RSV
ISSN 2674-8584

Received: 22/04/2026 - **Accepted:** 10/06/2026
Vol: 08.05
DOI: 10.66104/8ryt5328
Pages: 1-17

diretamente a maneira como o indivíduo interpreta a si mesmo e o mundo ao seu redor.

Muitas vítimas de violência psicológica desenvolvem pensamentos automáticos negativos como: “eu não sou capaz”, “ninguém vai me amar”, “a culpa é minha” ou “não consigo viver sozinha”. A abordagem cognitivo-comportamental busca identificar e modificar essas crenças disfuncionais por meio da reestruturação cognitiva (BECK, 2022)

Entre as principais técnicas utilizadas destacam-se: psicoeducação sobre violência doméstica (no referente caso); identificação de pensamentos automáticos; reestruturação cognitiva; fortalecimento da autoestima; treinamento de habilidades sociais; técnicas de enfrentamento da ansiedade; desenvolvimento da autonomia emocional. São alguns exemplos de técnica que podem ser executadas, porém vale destacar o âmbito colaborador do paciente e a importância da Formulação do Caso e da Conceitualilização cognitiva do paciente para cada demanda que emergir.

A TCC também auxilia no reconhecimento de padrões abusivos e no fortalecimento emocional da vítima, permitindo reconstrução da identidade e retomada da autonomia. Além disso, o processo terapêutico contribui para redução dos sintomas depressivos e ansiosos, promovendo melhora significativa na qualidade de vida das vítimas.

3.5 Outras reflexões necessárias e complementares

Embora os referenciais clássicos utilizados neste estudo, especialmente as contribuições de Saffioti (2004), Bourdieu (1989), Foucault (1979), Herman (1992) e Beck (1997), permaneçam fundamentais para a compreensão das relações de poder, violência simbólica e sofrimento psíquico decorrente da violência psicológica, observa-se a necessidade de incorporar pesquisas mais recentes que ampliem a compreensão do fenômeno à luz dos avanços científicos das últimas décadas.

No campo da violência psicológica e da violência por parceiro íntimo, estudos contemporâneos têm demonstrado que os impactos emocionais desse tipo de violência podem ser tão severos quanto aqueles decorrentes da violência física. Uma revisão sistemática com metanálise realizada por Dokkedahl et al. (2022) identificou associações significativas entre violência psicológica, transtorno de estresse pós-traumático (TEPT), ansiedade e depressão, reforçando a necessidade de compreender o abuso emocional como uma modalidade de violência com consequências próprias e potencialmente duradouras.

RSV
ISSN 2674-8584

Received: 22/04/2026 - **Accepted:** 10/06/2026
Vol: 08.05
DOI: 10.66104/8ryt5328
Pages: 1-17

Além disso, pesquisas recentes têm enfatizado o conceito de abuso coercitivo (coercive control), compreendido como um padrão contínuo de comportamentos de dominação, vigilância, isolamento, manipulação emocional e restrição da autonomia da vítima. Diferentemente das abordagens centradas em episódios isolados de agressão, o modelo do controle coercitivo permite compreender a violência psicológica como um processo cumulativo de subjugação. Uma revisão sistemática conduzida por Lohmann et al. (2024) demonstrou que experiências de controle coercitivo apresentam forte associação com sintomas de depressão, transtorno de estresse pós-traumático e transtorno de estresse pós-traumático complexo (TEPT-C), indicando que os efeitos desse tipo de violência ultrapassam significativamente o sofrimento emocional transitório.

Outro aspecto que merece maior aprofundamento refere-se ao conceito de trauma complexo. Enquanto os estudos clássicos frequentemente abordam o trauma como resultado de eventos isolados, pesquisas contemporâneas apontam que a exposição prolongada a situações de abuso interpessoal pode gerar alterações persistentes na regulação emocional, na identidade, na autoestima e nos relacionamentos interpessoais. Nesse contexto, a violência psicológica crônica pode ser compreendida como uma experiência potencialmente traumática capaz de produzir danos psicológicos profundos e prolongados, especialmente quando associada ao isolamento social e à dependência emocional.

Paralelamente, os avanços nas neurociências têm ampliado a compreensão sobre a neurobiologia do trauma. Evidências recentes indicam que experiências prolongadas de violência podem produzir alterações neurofisiológicas relacionadas aos sistemas de resposta ao estresse, afetando processos cognitivos, emocionais e comportamentais. Estudos contemporâneos sugerem que vítimas de violência por parceiro íntimo podem apresentar alterações persistentes na memória, na aprendizagem, na atenção e na regulação emocional, demonstrando que os efeitos da violência ultrapassam o âmbito psicológico e alcançam também dimensões neurobiológicas.

No que se tange às intervenções terapêuticas, observa-se um movimento crescente em direção às práticas baseadas em evidências. Embora a Terapia Cognitivo-Comportamental apresente amplo respaldo científico, revisões sistemáticas recentes indicam que intervenções psicossociais voltadas para sobreviventes de violência por parceiro íntimo também têm demonstrado eficácia significativa na redução de sintomas depressivos, ansiosos e traumáticos. Micklitz et al. (2024) destacam que abordagens integradas, centradas na segurança, no fortalecimento da autonomia e na recuperação do trauma, tendem a produzir resultados positivos na saúde mental das vítimas.

RSV
ISSN 2674-8584

Received: 22/04/2026 - **Accepted:** 10/06/2026
Vol: 08.05
DOI: 10.66104/8ryt5328
Pages: 1-17

Adicionalmente, abordagens fundamentadas no cuidado informado pelo trauma e pela violência (Trauma- and Violence-Informed Care) vêm sendo amplamente discutidas na literatura internacional. Essas perspectivas propõem intervenções que considerem simultaneamente os efeitos psicológicos do trauma e os contextos sociais, econômicos e estruturais que influenciam a experiência das vítimas, favorecendo práticas mais humanizadas e sensíveis às desigualdades sociais e de gênero.

Dessa forma, a incorporação dessas produções científicas contemporâneas pode contribuir para uma compreensão mais abrangente da violência psicológica no ambiente conjugal, possibilitando o diálogo entre perspectivas sociológicas, psicológicas, neurobiológicas e clínicas. Tal atualização fortalece a consistência teórica do estudo e amplia as possibilidades de análise sobre os impactos da violência psicológica e as estratégias de intervenção voltadas à promoção da saúde mental das vítimas.

4 Resultados e discussões

A análise das 42 publicações selecionadas permitiu identificar quatro eixos temáticos centrais relacionados à violência psicológica no ambiente conjugal: (1) manifestações da violência psicológica; (2) impactos na saúde mental das vítimas; (3) relações de poder e dependência emocional; e (4) contribuições das intervenções psicológicas, com destaque para a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC).

Os estudos analisados evidenciam que a violência psicológica constitui uma das formas mais frequentes de violência doméstica, embora permaneça frequentemente invisibilizada em razão da ausência de marcas físicas aparentes. Conforme definido pela Lei nº 11.340/2006 (Lei Maria da Penha), esse tipo de violência envolve condutas que causam danos emocional, redução da autoestima e controle sobre comportamentos, decisões e crenças da vítima. Os resultados encontrados na literatura demonstram que humilhações, ameaças, manipulação emocional, isolamento social, controle financeiro e ciúmes excessivos representam algumas das principais estratégias utilizadas pelos agressores para exercer dominação e controle.

RSV
ISSN 2674-8584

Received: 22/04/2026 - **Accepted:** 10/06/2026
Vol: 08.05
DOI: 10.66104/8ryt5328
Pages: 1-17

As produções analisadas corroboram a perspectiva de Saffioti (2004), ao apontarem que a violência psicológica está inserida em contextos socioculturais marcados por relações patriarcais e desigualdades de gênero. Nessa perspectiva, comportamentos abusivos tendem a ser naturalizados nas relações afetivas, dificultando tanto o reconhecimento da violência pelas vítimas quanto a intervenção por parte da rede de apoio social. Os achados também reforçam a relevância do ciclo da violência proposto por Walker (1979), no qual períodos de tensão, agressão e reconciliação contribuem para a manutenção das relações abusivas, fortalecendo expectativas de mudança por parte da vítima e dificultando o rompimento do vínculo.

No que se refere aos impactos na saúde mental, a literatura analisada demonstra consenso quanto aos efeitos profundamente prejudiciais da violência psicológica. Foram frequentemente identificados sintomas de ansiedade, depressão, baixa autoestima, síndrome do pânico, transtorno de estresse pós-traumático (TEPT), insônia, medo constante e sentimento de culpa. Esses resultados estão em consonância com as contribuições de Herman (1992), que descreve o trauma decorrente de experiências abusivas prolongadas como capaz de comprometer significativamente a percepção de segurança, identidade e autonomia dos indivíduos.

Além dos sintomas emocionais, os estudos evidenciam que muitas vítimas desenvolvem alterações físicas relacionadas ao sofrimento psíquico, incluindo fadiga, dores musculares, distúrbios do sono, alterações alimentares e problemas gastrointestinais. Observou-se ainda que o isolamento social imposto pelo agressor fragiliza as redes de apoio e intensifica os sentimentos de dependência emocional e vulnerabilidade psicológica. Em casos mais graves, a literatura aponta associação entre violência psicológica prolongada e aumento da ideação suicida, evidenciando a gravidade das consequências dessa forma de violência.

As contribuições de Beck (1997; 2022) também foram amplamente confirmadas pelos estudos analisados. Verificou-se que a exposição contínua a críticas, humilhações e desqualificações favorece o desenvolvimento de crenças disfuncionais e pensamentos automáticos negativos, levando a vítima a internalizar percepções de incapacidade, (crença) desvalor e culpa. Tais processos cognitivos contribuem para a manutenção do sofrimento psicológico e podem dificultar a busca por ajuda e a tomada de decisões relacionadas ao rompimento da relação abusiva.

Outro eixo relevante identificado refere-se às relações de poder presentes na dinâmica conjugal abusiva. Os estudos analisados apontam que a violência psicológica frequentemente se estrutura por meio de mecanismos sutis de

RSV
ISSN 2674-8584

Received: 22/04/2026 - **Accepted:** 10/06/2026
Vol: 08.05
DOI: 10.66104/8ryt5328
Pages: 1-17

controle e manipulação emocional. Nesse sentido, os resultados dialogam diretamente com o conceito de violência simbólica desenvolvido por Bourdieu (1989), segundo o qual determinadas formas de dominação tornam-se socialmente legitimadas e naturalizadas, levando os próprios indivíduos submetidos a elas a não reconhecê-las como violência.

Os dados também evidenciam a importância da dependência emocional como fator de permanência em relacionamentos abusivos. A alternância entre comportamentos agressivos e demonstrações de afeto produz confusão emocional e fortalece o vínculo de dependência. Conforme apontado por Dias (2015), essa dinâmica compromete a autonomia da vítima e reduz sua capacidade de tomada de decisões, favorecendo a continuidade da relação violenta mesmo diante do sofrimento experimentado.

As produções mais recentes incluídas na revisão ampliam significativamente a compreensão do fenômeno. Estudos contemporâneos demonstram que os efeitos da violência psicológica podem ser tão severos quanto aqueles decorrentes da violência física. Dokkedahl et al. (2022) identificaram associações significativas entre violência psicológica, depressão, ansiedade e transtorno de estresse pós-traumático, reforçando a necessidade de reconhecimento dessa modalidade de violência como um grave problema de saúde pública.

Da mesma forma, o conceito de controle coercitivo tem ganhado destaque na literatura atual. Os achados de Lohmann et al. (2024) indicam que comportamentos contínuos de vigilância, manipulação, isolamento e restrição da autonomia produzem impactos profundos sobre a saúde mental das vítimas, estando associados não apenas ao TEPT, mas também ao transtorno de estresse pós-traumático complexo (TEPT-C). Esses resultados sugerem que a violência psicológica deve ser compreendida como um processo contínuo de subjugação e não apenas como eventos isolados de agressão emocional.

Outro aspecto relevante observado na literatura recente refere-se à compreensão do trauma complexo. Diferentemente das abordagens tradicionais centradas em eventos traumáticos únicos, os estudos contemporâneos apontam que experiências prolongadas de abuso interpessoal podem provocar alterações persistentes na autoestima, na identidade, na regulação emocional e nos relacionamentos interpessoais. Tal compreensão amplia a análise dos danos causados pela violência psicológica e reforça a necessidade de intervenções especializadas e de longo prazo.

No campo das intervenções psicológicas, os resultados evidenciam a relevância da Terapia Cognitivo-Comportamental no atendimento às vítimas de

RSV
ISSN 2674-8584

Received: 22/04/2026 - **Accepted:** 10/06/2026
Vol: 08.05
DOI: 10.66104/8ryt5328
Pages: 1-17

violência psicológica. Os estudos analisados destacam que técnicas como psicoeducação, identificação de pensamentos automáticos, reestruturação cognitiva, fortalecimento da autoestima, treinamento de habilidades sociais e desenvolvimento da autonomia emocional contribuem significativamente para a redução dos sintomas ansiosos e depressivos. Além disso, a TCC favorece o reconhecimento dos padrões abusivos e auxilia na reconstrução da identidade e da percepção de autoeficácia das vítimas.

Entretanto, a literatura mais recente aponta que intervenções eficazes tendem a ir além da modificação cognitiva individual. Micklitz et al. (2024) destacam a importância de abordagens integradas que contemplem segurança, fortalecimento da autonomia, recuperação do trauma e acesso às redes de apoio social. Nesse contexto, os modelos fundamentados no cuidado informado pelo trauma e pela violência (Trauma- and Violence-Informed Care) vêm sendo considerados estratégias promissoras, por reconhecerem simultaneamente os impactos psicológicos do trauma e as condições sociais, econômicas e culturais que influenciam a experiência das vítimas.

De modo geral, os resultados desta revisão demonstram que a violência psicológica no ambiente conjugal constitui um fenômeno complexo, multifatorial e profundamente prejudicial à saúde mental. A articulação entre perspectivas sociológicas, psicológicas e clínicas permitiu compreender que os danos produzidos ultrapassam o sofrimento emocional imediato, afetando a autonomia, a identidade e a qualidade de vida das vítimas. Dessa forma, torna-se fundamental fortalecer políticas públicas, estratégias preventivas e intervenções psicológicas baseadas em evidências, visando à proteção, acolhimento e recuperação integral das pessoas submetidas a situações de violência psicológica.

5 Conclusão

A presente pesquisa teve como objetivo compreender os impactos da violência psicológica no ambiente conjugal sobre a saúde mental das vítimas, bem como analisar os fatores que contribuem para a manutenção dessas relações e as possibilidades de intervenção psicológica. A partir da revisão da literatura, foi possível constatar que a violência psicológica constitui uma das formas mais frequentes e, ao mesmo tempo, mais invisibilizadas de violência doméstica, manifestando-se por meio de comportamentos de controle, humilhação, manipulação emocional, isolamento social e desqualificação constante da vítima.

Os estudos analisados demonstraram que as consequências desse tipo de violência são amplas e profundas, afetando significativamente a saúde

RSV
ISSN 2674-8584

Received: 22/04/2026 - **Accepted:** 10/06/2026
Vol: 08.05
DOI: 10.66104/8ryt5328
Pages: 1-17

mental, a autoestima, a autonomia e a qualidade de vida das vítimas. Entre os principais impactos identificados destacam-se sintomas de ansiedade, depressão, transtorno de estresse pós-traumático, sentimento de culpa, insegurança, dependência emocional e, em situações mais graves, ideação suicida. Além disso, verificou-se que os efeitos da violência psicológica podem persistir mesmo após o término da relação abusiva, configurando um importante problema de saúde pública.

A pesquisa também evidenciou que a permanência das vítimas em relacionamentos abusivos está relacionada a fatores individuais, emocionais, sociais e culturais. As relações desiguais de poder, a naturalização de práticas de dominação, a dependência emocional e os mecanismos de controle coercitivo exercidos pelo agressor contribuem para dificultar o reconhecimento da violência e o rompimento do ciclo abusivo.

No que se refere às intervenções psicológicas, observou-se que a Terapia Cognitivo-Comportamental apresenta importantes contribuições para o enfrentamento das consequências emocionais da violência psicológica, especialmente por meio da identificação e reestruturação de crenças disfuncionais, fortalecimento da autoestima e promoção da autonomia emocional. Além disso, a literatura contemporânea destaca a relevância de abordagens integradas e informadas pelo trauma, que considerem não apenas os sintomas psicológicos, mas também os contextos sociais e estruturais que influenciam a experiência das vítimas.

Conclui-se, portanto, que a violência psicológica no ambiente conjugal deve ser reconhecida como uma forma grave de violência, capaz de produzir danos emocionais duradouros e comprometer significativamente o desenvolvimento pessoal e social das vítimas. Torna-se fundamental ampliar as ações de prevenção, conscientização e capacitação dos profissionais das áreas da saúde, assistência social, educação e justiça, visando à identificação precoce dos sinais de abuso e ao fortalecimento das redes de apoio.

Por fim, ressalta-se a importância da continuidade das pesquisas sobre o tema, especialmente aquelas voltadas à avaliação de estratégias de intervenção e prevenção baseadas em evidências científicas. O aprofundamento dos estudos poderá contribuir para a formulação de políticas públicas mais eficazes e para a promoção da saúde mental e dos direitos das pessoas submetidas à violência psicológica no contexto conjugal.

Referências

RSV
ISSN 2674-8584

Received: 22/04/2026 - **Accepted:** 10/06/2026
Vol: 08.05
DOI: 10.66104/8ryt5328
Pages: 1-17

BANDEIRA, Lourdes Maria. *Violência contra as mulheres e políticas públicas no Brasil.* Brasília: Organização das Nações Unidas, 2014.

BECK, Aaron T**. Terapia cognitiva da depressão**. Porto Alegre: Artmed, 1997.

BECK, Judith S. *Terapia cognitivo-comportamental: teoria e prática*. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2022.

BOURDIEU, Pierre. *O poder simbólico*. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 1989.

BRASIL. Lei nº 11.340, de 7 de agosto de 2006. Cria mecanismos para coibir a violência doméstica e familiar contra a mulher, nos termos do § 8º do art. 226 da Constituição Federal, da Convenção sobre a Eliminação de Todas as Formas de Discriminação contra as Mulheres e da Convenção Interamericana para Prevenir, Punir e Erradicar a Violência contra a Mulher; dispõe sobre a criação dos Juizados de Violência Doméstica e Familiar contra a Mulher; altera o Código de Processo Penal, o Código Penal e a Lei de Execução Penal; e dá outras providências. Diário Oficial da União: Brasília, DF, 8 ago. 2006.

DIAS, Maria Berenice. *A Lei Maria da Penha na justiça*. São Paulo: Revista dos Tribunais, 2015.

DOKKEDAHL, S. B.; KIRUBAKARAN, R.; BECH-HANSEN, D.; KRISTENSEN, T. R.; ELKLIT, A. The psychological subtype of intimate partner violence and its effect on mental health: a systematic review with meta-analyses. *Systematic Reviews*, v. 11, n. 163, 2022. Disponível em: https://doi.org/10.1186/s13643-022-02025-z. Acesso em: 04 jun. 2026.

FOUCAULT, Michel. *Microfísica do poder*. Rio de Janeiro: Graal, 1979.

GIL, Antônio Carlos. *Métodos e técnicas de pesquisa social*. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008.

HERMAN, Judith. *Trauma e recuperação*. New York: Basic Books, 1992.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. *O desafio do conhecimento*: pesquisa qualitativa em saúde. 14. ed. São Paulo: Hucitec, 2014.

MICKLITZ, Hannah M.; GLASS, Carla M.; BENGEL, Jürgen; SANDER, Lasse B. Efficacy of psychosocial interventions for survivors of intimate partner violence: a systematic review and meta-analysis. *Trauma, Violence, & Abuse*, v. 25, n. 2, p. 1000–1017, 2024. DOI: https://doi.org/10.1177/15248380231169481.

RSV
ISSN 2674-8584

Received: 22/04/2026 - **Accepted:** 10/06/2026
Vol: 08.05
DOI: 10.66104/8ryt5328
Pages: 1-17

SAFFIOTI, Heleieth I. B. *Gênero, patriarcado e violência*. São Paulo: Fundação Perseu Abramo, 2004.

WALKER, Lenore E. *A mulher espancada*. New York: Harper & Row, 1979