

#AGORAEUSEI

Abuso nunca mais!

Projeto de desmistificação e prevenção dos relacionamentos abusivos.

Autora e idealizadora:
FABIANA GUNTOVITCH

PARTICIPAÇÕES ESPECIAIS:

JESSICA ARONIS

DEPOIMENTOS CONFIRMADOS:

Solange (Sol)

Claudia Moraes

Luana Donzelini

Esse projeto nasceu da dor e do amor.

Da dor que eu senti na pele, quando vivi um relacionamento abusivo na adolescência, de ter assistido minha filha, uma menina linda e cheia de vida também passar por isso e me ver de mãos atadas diante da dor que ela sentia. Ser vítima numa relação abusiva trás uma dor que avassala a alma, e a cada relato que leio nas mídias, de abusos e feminicídios tenho mais certeza que um novo olhar e uma nova abordagem se faz urgente e necessária para que consigamos transformar a forma como nos relacionamos.

Este projeto nasceu também do amor à humanidade, do amor ao feminino, e do amor pelo verbo amar. Trazer consciência coletiva, não mais a partir de um lugar de julgamento e de culpabilidade, mas de um lugar acolhedor onde a clareza e a força de uma sociedade evoluída e disposta a mudar, não mais pelo caminho do ódio, mas pelo amor próprio e ao ser humano se tornará talvez a melhor forma de impedir que a cada dia mais pessoas se percam, seja no papel da vítima ou até mesmo no papel do agressor.

Sabe por que? Porque o que eu mais escuto todas as vezes que eu converso com uma mulher que é ou que foi vítima em um relacionamento abusivo eu escuto a mesma frase:

"Eu não sabia!"

A intenção principal é informar e conscientizar a população, principalmente as mulheres, desde cedo, de que existe uma dinâmica comum à todos os relacionamentos abusivos, para que todas as meninas e todas as mulheres possam ficar atentas, e consigam identificar os sinais que antecedem os grandes abusos. Prevenir que as vítimas sigam não percebendo os sinais de que estão entrando em um relacionamento abusivo e possam, a partir desta percepção, dizer não e encerrar a relação com o agressor antes que toda a dinâmica tóxica se embrenhe na vida dela.

Hoje, na era do empoderamento feminino, infelizmente se consolidou uma falsa crença de que apenas mulheres fracas, frágeis ou com baixa autoestima estariam vulneráveis e propensas a cair num relacionamento abusivo. Ainda existe o julgamento de que a vítima permanece na relação porque ela quer, porque gosta, ou porque não quer perder algum benefício. Todas essas falsas crenças colaboram com a vergonha e com a culpabilidade da vítima, e mais, com a indisponibilidade em desenvolvermos compaixão e acolhimento durante o processo de cada vítima de identificação da relação abusiva até a libertação da mesma.

Esse projeto que eu proponho aqui, trabalha também na conscientização de que qualquer mulher está sujeita a cair num relacionamento abusivo se não souber identificar a subjetividade e a complexidade dessa interação, porque o que normalmente acontece é que a maioria das vítimas só percebem que se tornaram vítimas depois de muuuuito abuso, e quando o abuso não é físico ou explícito, muitas nem se dão conta de que estão sendo abusadas e desperdiçam anos de suas vidas permitindo que o parceiro agressor assassine sua autoestima, sua alma, homeopaticamente.

Enquanto as mulheres como coletivo não entenderem que isso poderia acontecer com qualquer uma de nós, e que a vítima se perdeu nesta relação porque não percebeu, porque não sabia onde estava se enfiando até que fosse tarde demais para abandonar a relação facilmente, não haverá sororidade, e sem ela, perdemos muita força no combate à violência contra a mulher.

Hoje, como sociedade, sabemos que relacionamentos abusivos existem e que precisamos combatê-los, no entanto não sabemos a fundo no coletivo o que ele representa e como ele se apresenta de verdade. A subjetividade dos comportamentos e das relações contribuem para que muitas mulheres não percebam ou identifiquem os abusos, e quando finalmente identificam, sentem vergonha, culpa e se escondem, numa solidão silenciosa que destrói a alma de cada uma delas, e também a alma de todas nós se acreditarmos (e estamos cada dia mais nesse caminho) que a dor de uma mulher, é na verdade, a dor de todas as mulheres.

Esse projeto, cujo formato inicial é composto por uma série de vídeos, além de focar na informação para prevenção, também possibilita a conscientização daquelas pessoas que já estão envolvidas num relacionamento abusivo, mas que ainda não perceberam.

Faz parte deste projeto uma lista com conceitos protetivos, deveriam ser ensinados no jardim de infância! Esses conceitos são uma compilação de afirmações que visam combater as crenças desempoderadoras que preparam o terreno para que um agressor encontre um espaço de vulnerabilidade emocional do feminino. Precisamos conversar com nossas meninas, explicar para elas as verdades empoderadoras da alma feminina, ensina-las a imporem limites saudáveis nas suas relações, e a aprenderem uma nova postura, porque é sabido que filhos de pais que presenciaram abusos em casa são muito mais propensos a repetir os padrões observados na

infância, tanto no papel de abusadores, quanto no de vítimas. Se não trabalharmos e não conversarmos com as novas gerações sobre isso, correremos o risco deste padrões seguirem se repetindo por falta de discernimento, de conscientização e de informação.

Essa parte do projeto de conscientização da juventude através destes conceitos protetivos, poderia até ser uma pequena série de vídeos independentes do todo, caso fosse do interesse das escolas apresentar para as meninas esses conceitos.

Acredito que ao criarmos essa série de vídeos, cheia de relatos verdadeiros, que além de descrever os padrões abusivos, desmistificassem essas crenças, essas dores e acolhessem as vítimas, estaríamos contribuindo para que a humanidade conseguisse ressignificar um inconsciente coletivo remanescente de uma sociedade machista e patriarcal que não nos interessa mais.

Ao explicarmos os padrões (e isso é muito interessante, porque é a prova da existência de um inconsciente coletivo masculino desajustado, afinal, que eu saiba, nenhum abusador se formou na “academia da maldade” e mesmo assim, todos eles reproduzem uma cartilha com comportamentos comuns à muitos dos relacionamentos abusivos), damos às mulheres e às meninas que assistirem à série, uma oportunidade incrível de identificar o quanto antes, um parceiro abusivo ou com tendências abusivas.

Conhecimento é poder, e este conhecimento será o gancho que faltava para que as mulheres possam identificar e impedir que uma dinâmica toxica e abusiva se inicie, ou pior, instale na relação.

Tenho neste projeto o apoio e participação em peso da Jessica Aronis, uma modelo maravilhosa que viveu momentos (na verdade anos) impensáveis num casamento abusivo e que felizmente conseguiu sobreviver e se libertar.

Esse projeto já rondava meus sonhos, e quando li as declarações dela nas redes sociais tive a certeza da urgência, e da necessidade de realização dele.

Ele é composto por uma série de vídeos que mapeiam a subjetividade e também o padrão comum à todos os relacionamentos abusivos.

Desenvolvi também alguns bônus, em outros formatos, um deles inclusive é um quiz que ajudará as pessoas a refletirem e descobrirem se realmente estão vivendo um relacionamento abusivo ou com tendência abusiva.

Busco ainda alguns parceiros (as) dispostos (as) a contribuir com suas experiências de vida e de luta no combate à essa dor enraizada na nossa sociedade.

O público alvo deste projeto abrange todas as mulheres, de todo país, mas em especial as mais jovens que estão começando a se relacionar, para que elas se unam e identifiquem desde o inicio a tendência abusiva numa nova relação.

Como este é um projeto extenso e intenso, busco o apoio de empresas que desejem, assim como eu, transformar a nossa sociedade e ressignificar a nossa humanidade em busca do amor pelo ser humano, com coragem para abandonar a dor, o ódio e o medo.

Super agradeço a sua disposição em conhecer o projeto e me coloco `a disposição para conversar, tirar dúvidas e também escutar sugestões!

Incluo nas próximas paginas o indice do projeto e o roteiro dos dois primeiros episódios da série de vídeos.

Com carinho,

Fabi Guntovitch

★OBS IMPORTANTE: Ao final de TODOS os episódios colocaremos os telefones de contato dos serviços públicos e ONG's de apoio às vítimas no Brasil em texto, como se fossem créditos, os agradecimentos aos apoiadores e também um aviso/link para download dos bônus em PDF's. No site terá também o link para as profissionais que contribuíram com a série.

ÍNDICE:

1. Introdução
2. Pode acontecer com qualquer uma de nós.
3. É assim que começa.
4. Choque de realidade.
5. Preparando o terreno.
6. Os primeiros sinais.
7. As armas.
8. Agressões verbais e psicológicas.
9. Ataques verbais.
10. Críticas e mais críticas.
11. Ameaças implícitas.
12. Gaslighting.
13. Cale a boca.
14. A culpa é dela.
15. Os 3 C's - controle, ciúmes e covardia.
16. A prisão.
17. Agressões físicas.
18. Porque é tão difícil?
19. Laços tóxicos.
20. O maior de todos os vilões.
21. Trauma.
22. Será que existe um propósito e como os aprendizados com os relacionamentos abusivos contribuem para o desenvolvimento da sociedade?
23. Bonus 1 - Conceitos protetivos
24. Bonus 2 - Sinais que identificam um relacionamento abusivo. - Quiz

INTRODUÇÃO

Participações:

Fabi Guntovitch

Delegada da Mulher:

Vítimas: Jessica Aronis

"Em briga de marido e mulher, ninguém mete a colher.

Existem brigas e BRIGAS! Quando houver abuso, não pode mais
haver omissão da sociedade!"

Relacionamentos Abusivos e Feminicídios.

Apresentação de cada uma das participantes da série.

A intenção desta série é informar os padrões e as dinâmicas comuns à maioria das relações abusivas, para que as pessoas percebam os sutis sinais de alerta, e reflitam logo no inicio, se a relação tem uma tendência a se tornar abusiva ou não, e em caso afirmativo, possam cortar o mal pela raiz

DEFINIÇÃO DO TERMO ABUSO: abuso é definido como qualquer comportamento que vise a controlar e subjugar outro ser humano através da incitação de medo, humilhações e de agressões verbais e/ou físicas. O medo e a insegurança permeiam todo o relacionamento abusivo.

Tipos de abuso: físico, psicológico, emocional, financeiro, e sexual.

Um relacionamento abusivo não é unicamente formado por casais héteros e as vítimas não são exclusivamente do sexo feminino, porém como a grande maioria dos casos sim,

as vítimas são do sexo feminino, para facilitar a comunicação assumiremos o gênero feminino quando nos referirmos à quem sofre o abuso, e ao gênero masculino à quem pratica o abuso.

A história da violência contra mulher. Por séculos a mulher e os filhos eram propriedade do patriarca da família, sendo assim, este poderia usar qualquer medida necessária inclusive agressões físicas para garantir o controle dentro de casa. Punições eram comuns. Bater na esposa e nos filhos era uma forma natural de educa-los a atender todas as necessidades e expectativas do patriarca. A primeira medida protetiva em favor das mulheres foi declarada na França, na época do renascimento, quando pelo excesso de feminicídios, aprovaram uma lei em que o patriarca poderia educar e punir sua esposa como bem entendesse desde que não a matasse. Em 1910 nos EUA houve uma declaração que a lei se recusava a julgar casos de violência contra a mulher, pois estimularia todas as mulheres a reclamarem judicialmente e os tribunais transbordariam de ações.

ESTATÍSTICAS:

Segundo o Ministério dos Direitos Humanos (MDH), que administra a Central de Atendimento à Mulher em Situação de Violência, o Ligue 180, foram registradas no primeiro semestre de 2018 quase 73 mil denúncias de violência contra mulher.

Feminicídio : Brasil é o 5º país que mais assassina mulheres por questões de gênero no mundo!

Leis no Brasil:

1988 constituição - direitos iguais.

1995 - Brasil aderiu à Convenção Inter-americana para Prevenir, Punir e Erradicar a Violência contra a Mulher.

2006 - Lei Maria da Penha.

Subjetividades

Abuso é antes de mais nada uma traição, uma crueldade e uma demonstração de desrespeito pela parceira e pela própria relação. A subjetividade das relações e do conceito individual do que é traição acaba por confundir a vítima ser ela não tiver muito claro onde estão seus limites. O que aceita e o que não aceita de jeito nenhum.

Não ter medo de impor limites faz parte da Prevenção:

Todas nós, antes de entrar em um relacionamento, qualquer que sejam deveríamos nos perguntar e ter muito claro: onde estão e quais são os seus limites? O que é inaceitável para você? Existem justificativas para crueldades? O que é desrespeito para vc?

* LIMITES: explicar a metáfora da certa para ajudar as pessoas a terem mais clareza sobre onde e quais são seus limites.

Relacionamentos são permeados por contratos implícitos e explícitos. São normalmente os combinados implícitos que causam os maiores desentendimentos, e num relacionamento abusivo, como verão mais adiante, eles são instáveis, e mudam de acordo com o humor e os interesses do abusador, deixando a vítima cada vez mais perdida e no escuro.

MENTIRA

para ser abusivo precisa haver violência física

VERDADE

Para ser abusivo basta provocar medo, ansiedade, questionar seu valor, destruir sua autoestima e autoconfiança.

Capítulo 1

Participações:

Fabi Guntovitch

Vítimas: Jessica Aronis

Pode acontecer com qualquer uma de nós!!!!

“Quem vê cara só vê o que o outro quer mostrar, não vê coração, não vê o abusador e também não vê a vítima.”

Depoimento de algumas vítimas, de diferentes origens e perfis. Em seguida o conteúdo informativo e reflexivo.

Mulher não nasce vítima em potencial apenas por ter nascido mulher. Mas se torna vítima em potencial `a medida que cresce em uma sociedade que valoriza o poder de uma pessoa sobre a outra, que entende que diferenças são ameaças, que julga, critica e estimula a comparação entre as pessoas a partir de um padrão inalcançável de “perfeição”. Isso sem falar na desvalorização milenar do gênero feminino e a formação de um masculino que cresce muitas vezes acreditando que tem que provar ao mundo que ele é quem manda, que ele tem o poder na relação.

A nossa sociedade ainda estimula através dos contos de fadas, da mídia, dos filmes, da vida “perfeita dos famosos”, crenças limitantes (sejam elas conscientes ou inconscientes) que acabam contribuindo para que a pessoa sem perceber, se torne vítima em um relacionamento abusivo. Além das crenças citadas, pessoas que viveram em lares onde conviveram com relacionamentos abusivos têm maiores chances de se encontrarem em um na vida adulta, independente de que lado se encontrará, se da vítima ou do abusador.

Baixa autoestima, carência afetiva, e se dificuldade em dizer não, de se posicionar, de se defender são vulnerabilidades importantes. Preocupação com a própria imagem, acreditando na necessidade do status de estar namorando ou casada, aumenta ainda mais a vulnerabilidade e a tendência à omitir e esconder os mal tratos.

Crenças perigosas:

Acreditar que o amor justifica tudo.

Sonhar em viver/encontrar um grande amor e priorizar a vida amorosa.

Ansiedade para logo encontrar alguém (sabe quando a pessoa no primeiro ou segundo encontro já fica imaginando se os sobrenomes combinam e como seria a lua de mel?).

Sonhar em serem "escolhidas"

Tem a ilusão de que só serão verdadeiramente felizes quando estiverem vivendo um grande amor e encontrarem sua alma gêmea.

Depositam sua felicidade nas relações amorosas, ou ainda, nas mãos dos parceiros.

Cresceram em ambientes/culturas machistas ou misóginas e acham que isso faz parte da humanidade, que é aceitável, ou o oposto, cresceram com a falsa percepção de que existem relacionamentos perfeitos e que precisam aguentar tudo e mais um pouco para merecer e construir um relacionamento assim para si.

Acreditam que tem os poderes de mágicos de transformarem sapos em príncipes se os beijarem por tempo suficiente.

Relacionamentos abusivos acontecem em todas as classes sociais e em todos os cantos do planeta. A diferença talvez esteja na oportunidade e na habilidade da vítima em esconder melhor ou pior os maus tratos sofridos e de manter as aparências.

MENTIRA

as vítimas são pessoas fracas

VERDADE

não é incomum que pessoas "poderosas e famosas" se relacionem

com parceiros abusivos, elas só disfarçam melhor...



Fabiana Guntovitch

Mentora em desenvolvimento pessoal, profissional e em relacionamentos.

Administradora de empresas, psicanalista, leader coach, relationship coach, especialista em programação neuro linguística, e terapeuta de casais com conhecimentos em mediação de conflitos.

Lado - B: Estudosa das “leis do Universo” para o desenvolvimento da espiritualidade respeitando o indivíduo, sem vínculos religiosos.

CONTATOS

11-981017654

FAGUNTOVITCH@GMAIL.COM

WWW.FABIANAGUNTOVITCH.COM

PARTICIPAÇÃO ESPECIAL CONFIRMADA:

Jessica Aronis, de 28 anos, modelo e empresária nascida em São Paulo, é formada em Administração de Empresas. Viveu 6 anos de um relacionamento abusivo e recentemente fez um desabafo em suas redes sociais sobre a sua experiência. Motivada em ressignificar a sua história e decidida a trazer algo positivo de sua vivência, esta auxiliando outras mulheres a identificarem e saírem de relacionamentos abusivos. Entende como sua missão conscientizar sobre o tema, trazer entendimento às pessoas que julgam e dar voz e coragem para as vítimas denunciarem.

The image is a promotional graphic for a TEDx event. It features a black and white portrait of Jessica Aronis on the right side. On the left, there is red text that reads "TEDx São Paulo" with a smaller line below it stating "x = independently organized TED event". To the right of the portrait, the name "JESSICA ARONIS" is written in large red capital letters. Below that, the date "10 de dezembro" is shown in smaller white text.