



VIOLÊNCIA DOMÉSTICA E GESTALT-TERAPIA: UM OLHAR SOBRE A OBRA É ASSIM QUE ACABA DE COLLEN HOOVER

VIOLENCIA DOMÉSTICA Y TERAPIA GESTALT: UN ANÁLISIS DEL LIBRO DE COLLEN HOOVER, "IT ENDS WITH US"

VIOLENCIA DOMÉSTICA Y TERAPIA GESTALT: UN ANÁLISIS DEL LIBRO DE COLLEN HOOVER, "IT ENDS WITH US"

 <https://doi.org/10.56238/levv16n54-107>

Data de submissão: 17/10/2025

Data de publicação: 17/11/2025

Hágata de Jesus Melo

Psicóloga

Instituição: Instituto de Pós-Graduação de Goiás (IPOG)

Endereço: Goiânia – Goiás, Brasil

E-mail: hagata3melo@gmail.com

Helen Cristina Dias da Silva Lemes

Mestra em Educação, Linguagem e Tecnologias

Instituição: Universidade Estadual de Goiás (UEG)

Endereço: Goiânia – Goiás, Brasil

E-mail: hclettras7400@gmail.com

Christine Ramos Rocha

Especialista em Psicologia Jurídica

Instituição: Instituto de Pós-Graduação de Goiás (IPOG)

Endereço: Goiânia – Goiás, Brasil

E-mail: christine.rocha@ipog.edu.br

Mirelle Ivy Diniz Miotto

Especialista em Psicologia Existencial, Humanista e Fenomenológica

Instituição: Centro Universitário Cambury (UNICAMBURY)

Endereço: Goiânia – Goiás, Brasil

E-mail: mirelleivydiniz@gmail.com

Nayara Rachid

Doutoranda em Educação

Instituição: Universidade Internacional Iberoamericana (UNINI)

Endereço: Goiânia – Goiás, Brasil

E-mail: nayara.rachid@ipog.edu.br

Ivone Felix de Sousa

Doutora em Psicologia

Instituição: Universidade Presbiteriana de São Paulo (MACKENZIE)

Endereço: Goiânia – Goiás, Brasil

E-mail: ivonefelixsousa@gmail.com



Caio Fábio de Souza Martins

Doutorando em Psicologia

Instituição: Pontifícia Universidade Católica de Goiás (PUC)

Endereço: Goiânia – Goiás, Brasil

E-mail: caio.martins@ipog.edu.br

RESUMO

Esta pesquisa se origina de uma revisão da obra "É Assim que Acaba", de Colleen Hoover, que aborda um tema extremamente relevante para as mulheres na sociedade brasileira: a violência doméstica. Essa questão surge frequentemente nos consultórios psicológicos como uma fonte de sofrimento, sem que haja uma forma acessível de escape para o psíquico humano. O principal objetivo deste estudo é identificar a problemática da violência doméstica e determinar o manejo clínico mais adequado para enfrentá-la à luz da abordagem da Gestalt-terapia. Considera-se, ainda, os contextos em que as vítimas não conseguem reconhecer os atos de violência como agressão contra si mesmas, buscando, assim, a ampliação da consciência. A pesquisa tem uma ênfase classificatória por meio de um estudo de caso baseado na história de Lily Bloom, sendo conduzida como uma revisão da literatura. Os questionamentos iniciais incluíram: Como a violência doméstica sofrida por Lily Bloom pode ser observada pela abordagem da Gestalt-terapia?; Quais manejos essenciais dentro da teoria podem auxiliar no potencial de ação de mulheres que estão em sofrimento físico e mental devido à violência doméstica?; e Quais critérios comportamentais levam à escolha de 'fechar os olhos' para agressões domésticas entre casais? Os instrumentos utilizados para a comprovação da metodologia em Gestalt-terapia aplicada na prática foram buscados em bases de dados como SciELO, PePSIC e CAPES. Os resultados evidenciam a eficácia da Gestalt-terapia na abordagem das demandas de mulheres violentadas por seus maridos. Esse processo ocorre por meio de um trabalho conjunto que envolve acolhimento do sofrimento, sustentação do self da cliente, ampliação da consciência e tomada de decisões saudáveis, fundamentadas em uma fronteira de contato ajustada. Dessa forma, a principal ferramenta de defesa e libertação do sofrimento é a própria pessoa.

Palavras-chave: Ampliação de Consciência. Enfrentamento. Fronteira de Contato. Manejo Clínico. Violência Doméstica.

ABSTRACT

This research is based on a review of the book "This Is How It Ends" by Colleen Hoover, which addresses an extremely relevant topic for women in Brazilian society: domestic violence. This issue frequently arises in psychological consultations as a source of suffering, without there being an accessible way for the human psyche to escape. The main objective of this study is to identify the problem of domestic violence and determine the most appropriate clinical management to address it in light of the Gestalt therapy approach. It also considers the contexts in which victims are unable to recognize acts of violence as aggression against themselves, thus seeking to expand their awareness. The research has a classificatory emphasis through a case study based on the story of Lily Bloom, and was conducted as a literature review. The initial questions included: How can the domestic violence suffered by Lily Bloom be observed through the Gestalt therapy approach?; What essential management practices within the theory can help in the potential for action of women who are suffering physically and mentally due to domestic violence?; and What behavioral criteria lead to the choice of 'turning a blind eye' to domestic violence between couples? The instruments used to prove the Gestalt therapy methodology applied in practice were sought in databases such as SciELO, PePSIC and CAPES. The results demonstrate the effectiveness of Gestalt therapy in addressing the demands of women who have been abused by their husbands. This process occurs through joint work that involves embracing suffering, supporting the client's self, expanding awareness and making healthy decisions, based on an adjusted contact boundary. Thus, the main tool for defense and liberation from suffering is the person themselves.



Keywords: Expansion of Consciousness. Confrontation. Contact Boundary. Clinical Management. Domestic Violence.

RESUMEN

Esta investigación se basa en una reseña del libro "Así termina todo" de Colleen Hoover, que aborda un tema de suma relevancia para las mujeres en la sociedad brasileña: la violencia doméstica. Este problema surge con frecuencia en las consultas psicológicas como fuente de sufrimiento, sin que exista una vía de escape accesible para la psique humana. El objetivo principal de este estudio es identificar el problema de la violencia doméstica y determinar el manejo clínico más apropiado para abordarlo desde la perspectiva de la terapia Gestalt. También se consideran los contextos en los que las víctimas no reconocen los actos de violencia como agresión contra sí mismas, buscando así ampliar su conciencia. La investigación tiene un enfoque clasificatorio a través de un estudio de caso basado en la historia de Lily Bloom, y se llevó a cabo como una revisión bibliográfica. Las preguntas iniciales fueron: ¿Cómo se puede observar la violencia doméstica sufrida por Lily Bloom desde la perspectiva de la terapia Gestalt?; ¿Qué prácticas de manejo esenciales dentro de la teoría pueden ayudar al potencial de acción de las mujeres que sufren física y mentalmente debido a la violencia doméstica?; y ¿Qué criterios conductuales llevan a la decisión de ignorar la violencia doméstica en las parejas? Los instrumentos utilizados para validar la metodología de la terapia Gestalt aplicada en la práctica se buscaron en bases de datos como SciELO, PePSIC y CAPES. Los resultados demuestran la eficacia de la terapia Gestalt para abordar las necesidades de mujeres que han sufrido violencia doméstica. Este proceso se lleva a cabo mediante un trabajo conjunto que implica la aceptación del sufrimiento, el apoyo a la persona, la expansión de la conciencia y la toma de decisiones saludables, basadas en el ajuste de los límites del contacto. De este modo, la principal herramienta para la defensa y la liberación del sufrimiento es la propia persona.

Palabras clave: Expansión de la Conciencia. Confrontación. Límites del Contacto. Manejo Clínico. Violencia Doméstica.



1 INTRODUÇÃO

A violência doméstica é uma demanda frequente nos consultórios de psicologia e, na maioria dos casos, traz consigo um sofrimento muito particular. Este trabalho propõe um estudo aprofundado, baseado na abordagem psicológica da Gestalt-terapia, explorando as possibilidades de enfrentamento, pela perspectiva das vítimas de violência doméstica. Além disso, será analisado o cenário de agressão retratado no livro “É Assim que Acaba”, de Colleen Hoover.

O objetivo central desta pesquisa é, identificar a problemática da violência doméstica e determinar o manejo clínico psicológico mais adequado para o enfrentamento desse cenário, à luz da abordagem da Gestalt-terapia. Considerando contextos em que as vítimas não conseguem identificar os atos de violência como agressão a si mesmas.

Quanto aos objetivos específicos: analisar os parâmetros que envolvem situações de violência doméstica e psicológica na obra; compreender como utilizar a abordagem da Gestalt-terapia para ampliar a consciência e as possibilidades de enfrentamento das vítimas que sofrem com violência doméstica e psicológica e discutir os diálogos realizados no ato de “perdão” de uma agressão doméstica e como efetuar um manejo clínico frente a essas justificativas.

A partir da leitura do livro “É Assim que Acaba”, da autora Colleen Hoover, revela-se um cenário que ecoa a realidade de muitas mulheres que buscam ajuda psicológica. Frequentemente, essas mulheres chegam aos consultórios apresentando sofrimento tanto físico quanto mental, muitas como resultado de experiências de violência doméstica (Hoover, 2018).

É comum que elas não reconheçam imediatamente a gravidade da situação, minimizando o impacto das agressões e justificando-as com o 'amor'. Essa dinâmica, também observada em diversos casos clínicos e representações midiáticas, demonstra como a violência doméstica pode se manifestar de forma sutil e enganosa inicialmente, dificultando que as vítimas se identifiquem como tais e usam esse amor como disfarce para as violências cometidas (Hoover, 2018).

Na obra mencionada, a personagem principal Lily Bloom, impactada por uma infância cheia de violência doméstica, encontra-se atualmente em um relacionamento abusivo. Apesar de ter testemunhado os danos causados pela violência em sua própria família, ela não consegue, inicialmente, reconhecer os sinais de abuso em sua relação. Manipulado por um parceiro que habilmente desvia a culpa por suas agressões, Lily acaba justificando suas ações e não tinha contato com a realidade, para o cenário que estava inserida (Hoover, 2018). Conforme evidenciado no trecho a seguir:

[...] as coisas não deveriam ser assim. Durante toda a vida, eu sabia exatamente o que fazer se um homem me tratasse como meu pai tratava minha mãe. Era simples. Eu iria embora, e aquilo nunca mais se repetiria. Mas eu não fui embora. E agora aqui estou: com machucados e cortes pelo corpo, causados pelo homem que deveria me amar. Causados pelo meu próprio marido. E, ainda assim, tento justificar o que aconteceu. Foi um acidente. Ele achou que estava sendo traído. Estava magoado e zangado, e eu fiquei no caminho [...] (Hoover, 2018, p. 241-242).

Neste trecho, a autora retrata o momento em que Lily, finalmente percebe que, está revivendo as mesmas situações de violência doméstica que sua mãe vivenciou, representando um ciclo de abuso. Em um processo de ajustamento criativo disfuncional ela repetiu os padrões relacionais, tanto físicos quanto psicológicos, em um contexto diferente, mas com a mesma raiz de poder e controle da sua mãe. Demonstra a complexidade da violência doméstica e a dificuldade dessas vítimas em romper com esse ciclo. Essa dificuldade em identificar a agressão psicológica, mesmo diante de experiências passadas, é um reflexo comum entre as vítimas, que muitas vezes são impedidas de enxergar a realidade por meios táticos de manipulação (Hoover, 2018).

A cada vez que Ryle se defende por meio da manipulação dos eventos, Lily assume a culpa pelas brigas, aprisionando-se em um ciclo de sofrimento, validando as ‘justificativas’ de perdão a pessoa que ela amava, mas que não era um ‘amor’ dentro de um campo saudável. Norwood, em 1987, classifica em sua teoria, referente ao amor e a forma de dedicar-se ao outro, que o amor em excesso, significa: estar dedicada a um outro ser humano, de forma exacerbada, a ponto de não considerar os próprios sentimentos, nem o seu bem estar físico, não tendo forças para combater nenhum fenômeno que haja um rompimento do respeito com uma conduta violenta. Concatenando com a narrativa exposta acima, no decorrer do livro, expõem que mesmo após ela ter o *insight* sobre a realidade de desrespeito psicológico e físico sofrido, ela permanecia na dúvida, oscilando entre a esperança da mudança do parceiro e a incerteza sobre sua capacidade de romper com o relacionamento (1987, *apud*; Martins, 2008, p. 21).

Acerca da forma de relacionar das mulheres que justificam e perdoam, em vez de caminhar frente a ampliação das suas possibilidades e tomar atitudes frente ao seu contexto. O propósito deste trabalho é buscar, dentro da teoria da Gestalt-terapia, possibilidades de enfrentamento de cenários de violência doméstica e psicológica que afetam a vida de mulheres no Brasil, aplicando os conceitos gestálticos na ampliação da *awareness*¹ (Yontef, 1998).

Diante do exposto acima é entendida a delimitação do tema, apresenta-se a seguinte problemática: Como é abordada a questão da violência doméstica e psicológica na obra “É Assim que Acaba”, da autora Colleen Hoover, e quais são as contribuições da Gestalt-terapia no auxílio às vítimas que não conseguem se perceber nesse cenário?

A análise das possibilidades, a partir da perspectiva de vida de mulheres que sofrem violência doméstica, contribui para a ampliação da consciência sobre o enfrentamento das agressões e para a percepção de uma vida após o trauma. A Gestalt-terapia, como abordagem psicológica, busca promover a responsabilidade dessas mulheres sobre si mesmas e sobre as ações que podem tomar diante da

¹Awareness, que se traduz como consciência de algo, segundo Yontef (1998, p. 16), "significa que a Gestalt-terapia usa a awareness focalizada e a experimentação para obter insight. A maneira como a pessoa se torna consciente é crucial para qualquer investigação fenomenológica." Esse processo refere-se à consciência das mulheres violentadas física e psicologicamente.



realidade em que se encontram. Com base na visão humanista e fenomenológica existencial, essa abordagem reforça a ideia de que não se deve considerar apenas um recorte ou uma distorção do cenário, mas sim o todo que compõe cada pessoa. Dessa forma, entende-se que cada indivíduo é responsável por si mesmo e pelas escolhas que faz a partir da tomada de consciência, manifestando-se no fenômeno presente, e não como uma configuração prévia (Lilian, 2020).

Sendo este presente trabalho essencial para concatenar a história de Lily Bloom e suas implicações para a compreensão da violência doméstica. Ao retratar a jornada de uma mulher que busca justificar as agressões sofridas em nome do amor, a obra nos convida a refletir sobre os limites a que esse sentimento pode ser levado e as dificuldades enfrentadas pelas vítimas em reconhecer e denunciar a violência. A naturalização da violência doméstica, especialmente quando associada à ideia romantizada do amor, torna-se evidente ao acompanhar a trajetória de Lily. A personagem, ao se identificar como vítima, nos aproxima da realidade de muitas mulheres que buscam ajuda psicológica, evidenciando a necessidade de um acompanhamento psicológico, cabendo assim, propor intervenções relevantes as possibilidades de enfrentamento delas, promovendo alcançar o autoconhecimento sobre si mesmas (Hoover, 2018).

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 CONCEITO DE VIOLENCIA

A violência doméstica é um problema complexo e possui muitas causas, um assunto que já foi investigado por várias linhas teóricas dentro da psicologia, uma vez que viola os direitos, e a integridade física e psicológica de uma pessoa, deixando marcas profundas e duradouras em suas vidas. A partir de um olhar crítico para os marcos físicos, notado pelas transgressões cometidas no corpo. Bem como, deve se observar um ponto de extremo cuidado, sendo estes, as evidências que não se revelam amostra, nem são tão claras como a dor física, podendo se transformar em traumas psicológicos longínquos (Ministério da Saúde, 2016).

É fundamental reconhecer que a violência psicológica, muitas vezes invisível e silenciosa, causa sofrimento intenso e pode ter consequências tão graves quanto a violência física. Nesse sentido, é de suma importância entender a classificação da terminologia “violência”, portanto o conceito de violência, se traduz como:

[...] a violência é definida como o uso intencional da força ou do poder, real ou em ameaça, contra si próprio, contra outra pessoa, ou contra um grupo ou uma comunidade, que resulte ou tenha possibilidade de resultar em lesão, morte, dano psicológico, deficiência de desenvolvimento ou privação (Krug *et al*, 2002).

É importante ressaltar que a violência assume diversas formas, como apontam as classificações do Ministério da Saúde, que incluem diferentes naturezas e tipologias. Logo eles, classificam os



seguintes tipos de violência: Violência contra si mesmo (Autoprovocada/Autoinfligida); Violência Interpessoal (Doméstica/Intrafamiliar) e Violência coletiva (Extrafamiliar/Comunitária). A violência doméstica, foco central da obra analisada, é um dos tipos de violência interpessoal, caracterizada por atos ou omissões que perturbam o bem-estar físico, psicológico e social de um indivíduo dentro do contexto familiar (Ministério da Saúde, 2016; Hoover, 2018).

A violência interpessoal, com seus variados aspectos, é a que se mostra mais presente na narrativa, expondo as complexidades e consequências desse tipo de agressão, evidencia quanto a tipologia da classificação de violência. Segundo a investigação dos conceitos acerca da natureza de violência, destaca-se: A violência física; violência sexual; violência econômica ou financeira e a violência psicológica, conforme conceitua o Ministério da Saúde (Ministério da Saúde, 2002). Ao detalhar as experiências da protagonista, a obra demonstra como essas diferentes formas de violência se entrelaçam, causando danos profundos e duradouros à vítima, sendo mais presente a violência física e a psicológica (Hoover, 2018).

Dentro do âmbito legislativo, a Lei 11.340, de 2006, classifica a violência contra a mulher como "qualquer ação ou omissão baseada no gênero que lhe cause morte, lesão, sofrimento físico, sexual ou psicológico e dano moral ou patrimonial". Este marco legal destaca a importância do percurso histórico enfrentado pelas mulheres em situações de violência doméstica até a criação de uma lei que a protege em todos os âmbitos. Além disso, a literatura contemporânea pode ser uma ferramenta poderosa para compreender os sinais da violência. A obra de Colleen Hoover, por exemplo, ilustra como esses sinais se manifestam na trajetória da personagem Lily. Em busca de maior compreensão desses parâmetros que aflige a integridade física e psicológica dentro da obra, retoma-se os quatro incidentes que Lily sofreu (Hoover, 2018; Brasil, 2006, art.5º).

2.2 EPISÓDIOS DE VIOLENCIA NA OBRA “É ASSIM QUE ACABA”

O primeiro episódio de violência ocorreu durante uma noite em que ambos estavam embriagados, em um momento íntimo do casal, e um acidente na cozinha acontece, Ryle se queimou ao tentar pegar um prato quente sem luvas, apesar dos avisos de Lily. A reação dela, inicialmente de riso espontâneo devido ao absurdo da situação e ao efeito do álcool, foi rapidamente interrompida quando Ryle, em um gesto impulsivo e violento, a atingiu no rosto, jogando-a contra um armário. A surpresa e o pânico tomaram conta de Lily, que não esperava tal reação do parceiro. Como exposto no trecho abaixo (Hoover, 2018):

[...] ele tenta afastar meus braços da cabeça, mas me recuso a permitir. Começo a balançar a cabeça, querendo esquecer os últimos quinze segundos. Quinze segundos. Só isso já basta para mudar completamente tudo sobre uma pessoa. Quinze segundos que nunca teremos de volta [...] (Hoover, 2018, p. 185).

A cerca da narrativa do primeiro ato palpável de rompimento da integridade do relacionamento deles, sendo este, a violência física, fica nítido, ao se observar, a gravidade da situação vivenciada por Lily. A cena desse episódio a fez questionar a própria realidade, desejando voltar no tempo para antes daquele instante crucial. Em poucos segundos, sua percepção sobre o homem que amava foi drasticamente alterada. Logo após, ele pede desculpa, em um movimento típico de agressores, larga os argumentos de preocupação com si mesmo, e rapidamente demonstra arrependimento, utilizando de manipulações e promessas para tentar reconquistar sua confiança, “voltando a ser o Ryle que ela conhecia”. No final da cena, ela narra o seguinte trecho (Hoover, 2018):

[...] Estou sofrendo tanto por dentro, mas meu corpo anseia pelo pedido de desculpas com sua boca e suas mãos em mim. Quero atacá-lo e reagir como sempre quis que minha mãe fizesse quando meu pai lhe batia, mas no fundo quero acreditar que tudo não passou de um acidente. Ryle não é como meu pai. Ele não é nada parecido com ele [...] (Hoover, 2018, p. 188).

Assim, fica claro, quando ela “fecha os olhos”, ou seja, evita entrar em contato com o lado violento que ele possui, que teve coragem de erguer a mão para ela e justificar com desculpas que pensava ter base para suas ações. Segundo Mellody (1995), reações como estás, são vistas em pessoas, que não estabelecem limites internos, que se traduzem como “barreiras invisíveis”, em volta de cada pessoa, que a mesma delimita, quem ou como, outros indivíduos podem entrar em seu espaço interno, e vice versa com a outras pessoas, criando um contato único, de indivíduos singulares, com seus próprios *self*. Essas barreiras, quando ausentes ou fragilizadas, como no caso de Lily e Ryle, permitem que ocorram abusos e violações. Como elas nunca foram delimitadas, ele abusa do seu próprio poder, e rompe com a fronteira interna dela, tornando uma relação disfuncional, causando danos profundos à sua integridade psicológica (1995, *apud*; Martins, 2008, p. 21).

O segundo evento marcado pela violência ocorre logo após o reencontro de Lily com Atlas, seu “amor” de infância, em uma segunda visita ao restaurante “Bib's”, local que Ryle insiste em apresentar à irmã e ao cunhado. Durante a refeição, Atlas, que está observando seus clientes, nota a mesa da sua querida amiga, e logo percebe o hematoma no olho de Lily e a atadura na mão de Ryle. Ao perceber essas evidências, Atlas fica visivelmente irritado e se afasta da mesa. Lily o segue para tentar “explicar” a situação, e os dois acabam em um banheiro vazio (Hoover, 2018, p. 196-197).

Nesse momento, Atlas expressa sua visão sobre o relacionamento de Lily e Ryle por meio do próximo diálogo: “[...] -Ele não é assim, Atlas. Não foi nada disso. Ryle é uma boa pessoa [...] – Engraçado. Parece sua mãe falando [...].” Com essas palavras, Atlas tenta alertar Lily de que as atitudes que ela está tomando em relação ao relacionamento, escondendo a violência por trás de sorrisos e desculpas, são apenas o começo de um ciclo que pode se transformar em algo tão abusivo quanto o relacionamento que a mãe da Lily viveu (Hoover, 2018, p. 196-197).



Vale destacar que durante a infância dos dois, Atlas revive o que passou no seu seio familiar, em confidencia para Lily, e nesse diálogo, ele aponta que para a sua própria mãe aquilo era ‘natural’, ela se recusava a sair de relacionamentos onde o marido era agressivo, e nesse caso não apenas com ela, mais com os filhos, que nessa dependência levou com que ela expulsasse Atlas de casa, sem recursos para sobreviver, negligenciando o seu papel como mãe (Hoover, 2018, p. 118-197).

Quando eles estão prestes a sair do banheiro, Ryle interpreta a situação como uma "traição" e, em um acesso de raiva, Atlas começa a brigar com Ryle no meio do restaurante. Ryle sai do restaurante com raiva, e Lily vai atrás para esclarecer o que aconteceu, ambos vão em direção a sua casa. Ele permanece calado todo o percurso, mas ao chegar em sua casa, a primeira coisa que ele faz, é despejar a responsabilidade do “relacionamento” para Lily, afirmando: “[...] - Eu não queria isso, Lily - diz ele. -Eu não queria namorar! Não queria esse tipo de estresse em minha vida! [...]” (Hoover, 2018, p. 200). Nesse recorte do livro, especifica como a violência psicológica está presente em cada diálogo do Ryle, mesmo que a situação favoreça para interpretações erradas, ele usa desse momento, para manipulação e despeja uma culpa inexistente recaída em Lily. Abandonando sua responsabilidade própria, de um agente ativo dentro do relacionamento.

O terceiro evento explícito de violência doméstica ocorreu quando Lily e Ryle já estavam casados. O amigo de infância de Lily, Atlas, que já havia sido motivo de discussões anteriores do casal, deixou para ela um meio de segurança caso algo muito ruim acontecesse. Ele colocou o número de celular dele na capa do telefone de Lily, para que ela tivesse um refúgio e alguém a quem pedir ajuda (Hoover, 2018, p. 229).

Algum tempo depois, Lily se casou e estava vivendo o período de "lua de mel" do casamento, até o momento em que Ryle encontrou o número dentro da capa do telefone. Sua primeira reação foi quebrar vários móveis da casa. Lily, ao ouvir o barulho, foi procurar a causa e encontrou seu marido furioso, que quebrou o aparelho na parede. Lily expressa para si mesma: “[...] Há uma pausa de três segundos e penso que duas coisas podem acontecer. Ele vai me deixar. Ou ele vai bater em mim [...]” (Hoover, 2018, p. 229). Ele se afasta dela, desce as escadas do prédio onde moram, e o cenário a seguir ocorre:

[...] Por que nunca joguei aquele número fora?! Abro a porta e saio correndo atrás dele. Ryle está descendo dois degraus de cada vez, e finalmente o alcanço no patamar do segundo andar. Eu me jogo a sua frente e lhe agarro a camisa com os punhos cerrados. – Ryle, por favor me deixe explicar. Ele agarra meus pulsos e me empurra para longe [...] (Hoover, 2018, p. 230).

Assim que Lily recobra a consciência, a reação de Ryle não é tentar se justificar como havia feito anteriormente. Desta vez, ele coloca a culpa nela, alegando que ela tinha caído da escada e que, se precisasse de ajuda, deveria ligar para o número que a “mentirosa” da sua esposa tinha guardado.



Lily reflete para si mesma que são “apenas cinco minutos” para destruir a vida de alguém por completo (Hoover, 2018, p. 230).

Na cena final do ápice do desfecho do livro, ocorre o quarto e mais penoso ato de violência. Lily retorna à noite ao apartamento do casal e encontra Ryle encostado na parede, já alterado pela bebida. Ele questiona sobre coisas do passado de Lily com Atlas, como um broche que ele havia presenteado a ela na adolescência. Ryle utiliza um momento íntimo dos dois para induzi-la ao início de carícias e beijos, e pede que ela leia um jornal que premia estabelecimentos abertos há menos de um ano e que alcançaram alta popularidade (Hoover, 2018, p. 259-264).

Nesse jornal, há uma matéria sobre o estabelecimento de Lily e também sobre o Bib's, restaurante de Atlas. Atlas explica que o nome do local significa "Better in Boston" ("Tudo é melhor em Boston"), remetendo ao passado de Lily e Atlas, onde ela é a pessoa especial que inspirou o nome do local, mostrando o quanto ela sempre foi importante para ele. Ryle sabia desses detalhes porque havia lido, sem o consentimento de Lily, os diários de infância dela, que contavam todos os detalhes de sua adolescência e momentos especiais com Atlas (Hoover, 2018, p. 259-264).

Nesse momento, Ryle inicia carícias mais intensas com Lily e morde com força a tatuagem que ela fez há muito tempo em homenagem à história com Atlas, deixando uma marca profunda. Ele tenta levá-la para a cama à força, mesmo após ela pedir que ele pare. Lily se debate, implora para que ele a solte, mas ele a cala com a mão. Ela luta para se libertar e ele acaba bate a testa contra a dela em um ato de raiva. Ryle então "volta a ser o Ryle", ela o espera dormir e foge da casa (Hoover, 2018, p. 259-264).

Em busca da compreensão de manejos de enfretamento da vivência com violência doméstica, destacada no livro “É assim que acaba”, cabe investigar, o que é a Gestalt-terapia. Está sendo a abordagem, que pode vir a ser aplicada para as possibilidades de enfrentamento dos cenários que Lily vivencia, até o final da obra, considerando as atitudes tomadas e relacionando em como este livro exemplifica casos clínicos presenciados no consultório, procurando investigar possíveis estratégias de intervenção dos terapeutas gestaltistas (Hoover, 2018).

2.3 GESTALT-TERAPIA

Gestalt-Terapia é uma abordagem psicológica criada por Frederick e Laura Perls na década de 1940. Esta prática psicológica baseia-se em correntes filosóficas como o Existencialismo, a Fenomenologia e o Humanismo. A base existencial enfatiza a investigação da existência humana, considerando-a única e destacando que cada indivíduo é livre para viver a vida conforme deseja, mas é responsável pelas decisões que toma. As consequências dos atos cometidos retornam para si mesmos. Não existe uma existência pré-estabelecida; o ser humano vivência as experiências próprias, a partir de quando é concebido e assim constitui a sua essência no ambiente relacional (Lilian, 2020).

Já a base fenomenológica, criada por Husserl, investiga os fenômenos pelas coisas em si mesmas, ou seja, conforme as experiências se apresentam e não por interpretações pré-existentes. Surge então o conceito de “*epoché*”, que significa a suspensão dos preconceitos e suposições desenvolvidas pelas interpretações próprias das pessoas, sem observar o fenômeno em ação. Enfatiza ainda que a consciência humana é cercada de intencionalidade; o ser humano direciona sua consciência presente com ações para as coisas que acontecem ao seu redor, não sendo apenas espectador dos fenômenos externos (Lilian, 2020).

Por fim, dentro das teorias filosóficas, destaca-se o Humanismo, que surgiu na década de 1960 e constitui a “terceira força da psicologia”, com uma visão única do homem, contrastando com as bases da psicanálise e do behaviorismo. Esta teoria concentra sua perspectiva no todo das partes, e não nos fragmentos, com uma visão holística do ser humano. Ressalta também as possibilidades que cada pessoa tem à sua disposição e como busca a autorregulação pelo movimento homeostático que está inserido, ou seja, sempre buscando o equilíbrio da sua vida (mesmo que a visão primordial seja disfuncional, ainda assim tenta se regular) (Lilian, 2020).

A Gestalt-terapia baseia-se em teorias práticas essenciais, destacando-se a Psicologia da Gestalt, a Teoria Organísmica, a Teoria de Campo e a Teoria Holística. A Psicologia da Gestalt estuda a forma e a percepção e observa o ser humano em sua totalidade, enfatizando que ele não pode ser explicado por causas isoladas, focando a análise no presente. A Teoria Organísmica considera a visão sistêmica do corpo humano, observando que todo o corpo está interligado, abrangendo tanto a matéria orgânica quanto a mental, tendo em vista, que o corpo está sempre em uma tentativa constante de autorregularão, mesmo que nesse cenário envolva decisões que o enrijeca em um ambiente que não promova (Martins, 2015; Lilian, 2020).

A Teoria de Campo analisa os padrões existentes na interação do indivíduo com o meio ambiente em que vive, chamado de “campo”. Observa o todo, destacando que as ações humanas são consequências dessa troca vivenciada no presente. O conceito de espaço vital é importante dentro desta teoria, sendo o campo psicológico total em que um indivíduo vive em um dado momento, abrangendo eventos e situações do passado, presente e futuro, tanto concretos quanto abstratos (Martins, 2015; Lilian, 2020).

Finalizando as bases teóricas práticas da Gestalt-terapia, a Teoria Holística enfatiza a visão do todo, compreendendo os fenômenos do ser humano em sua totalidade a partir da análise das partes em constante integração. Possui três conceitos-chave: o ser humano é um todo, conceito traduzido como “Gestalt”, no plural, “*Gestalten*”, que Yontef, (1998, p. 213), explica: “refere-se à forma, à configuração ou ao todo, à entidade estrutural, àquilo que faz do todo uma unidade diferente da mera soma das partes” dando ênfase a não analisar o ser humano por meros recortes, mas pela sua forma total, ele se coloca em eixos de mudança, e tudo está conectado a tudo (Martins, 2015; Lilian, 2020).



A Gestalt-terapia comprehende o conceito de *self* e a constituição da personalidade como processos únicos para cada indivíduo. Cada sujeito reage aos seus cenários vigentes de maneira exclusiva, em um fluxo dinâmico e contínuo, totalmente distinto de uma realidade estática. Assim, a personalidade se fundamenta em constante movimento no âmbito psíquico (Frazão; Fukumitsu, 2023).

Ele se caracteriza por três processos fundamentais: o Id, o Ego e a Personalidade. O Id é baseado nas funções inatas do ser humano e nos padrões instintivos que priorizam a sobrevivência. O Ego representa a ação ativa do indivíduo, funcionando como um mediador entre os estímulos externos e os desejos internos, gerando respostas adaptativas. Já a Personalidade reflete a essência do ser humano, englobando seus valores pessoais e sua capacidade de sustentar-se e posicionar-se no mundo de forma equilibrada, traduzindo seu senso de identidade (Frazão; Fukumitsu, 2023, p. 41- 43).

Entendendo as bases que constituem a abordagem gestáltica aplicada à psicoterapia, integrando todas as teorias acima, identifica-se uma visão do ser humano que vai além de uma mera compreensão de causalidade e constituições psíquicas neuróticas. Ela visa o conceito central de ampliação da "*awareness*" desses indivíduos, entendendo-os como seres bons, belos e cheios de possibilidades, pois podem transformar as situações que lhes causam angústia. O processo é o foco, não apenas os conteúdos de sofrimento. Cabe ainda investigar como é vivenciado uma relação, no encontro com o outro, como o amor se constitui mesmo em relações perturbadas, como em que existe violência doméstica (Yontef, 1998).

2.4 O QUE É O AMOR?

Cardella (2009, p. 26) expressa em seu livro "Laços e Nós" conceitos relacionados ao amor e como as relações amorosas se constituem à luz de uma visão humanista-existencial. O primeiro ponto que ela aborda é a essência de ir ao encontro do outro, explicando por que os seres humanos têm a necessidade de ter alguém ao seu lado. Cardella ainda afirma, isso deve ao fato de sermos seres relacionais e que absolutamente nada se constrói sem uma relação à dois. Até mesmo a afirmação da própria subjetividade só se torna visível em contato com o outro, destacando o que nos faz diferentes desse outro.

Ela também discute o manejo não saudável dessas relações, quando as pessoas não se diferenciam do outro e perdem o que as torna únicas. Ela afirma: "Qualquer tentativa de massacre das diferenças se configura como uma forma de violência e de opressão. Onde não há diferença, não há relação. Não somos percebidos ou respeitados." Ou seja, a origem da violência encontra-se no desrespeito àquilo de mais primordial na relação, a essência do eu (Cardella, 2009, p. 27).

Na visão sobre a formação de casais, o livro de Cardella especifica fatores intrínsecos na investigação do que é o casamento, sendo um deles a transgeracionalidade, fator que pode influenciar diretamente nos padrões de relacionamentos futuros. Ela afirma que as tradições têm a capacidade de



oferecer sabedoria ou sofrimento, dependendo do que é vivenciado dentro do lar, o que implica no padrão cíclico a ser reproduzido. Ela cita relações de homens violentos e mulheres submissas, que permanecem no casamento por algo que não é mais o amor:

Esse fenômeno ocorre quando uma pessoa, seu pai, avô ou outros ancestrais, constrói, um destino semelhante e não há ninguém que se reposicione diante das questões daquela família ou casal de modo a ultrapassar um sofrimento alimentado por gerações e gerações. Muitos enredos dolorosos e infelizes se perpetuam até que alguém, por um imperativo de lucidez e desejo de se libertar do sofrimento, quebra e parte em busca de novas formas de viver (Cardella, 2009, p. 51).

Portanto, eventos como o destacado na vida de Lily exemplificam a transgeracionalidade presente na realidade passada. Para ela, a experiência vivida por seus pais não seria replicada em sua própria trajetória, e sequer cogitava essa possibilidade. Sempre sentiu raiva de ambos: da mãe, por aceitar o sofrimento sem reagir ou buscar uma saída; e do pai, por ser uma figura opressora, responsável pela dor da mãe e pela violência que Lily testemunhou durante a infância. No entanto, essa violência era direcionada exclusivamente à mãe, já que ele nunca levantou a mão contra Lily (Hoover, 2018, p. 22).

A princípio, Lily estava vivenciando o luto e o não luto pela perda de seu pai violento e, mesmo assim, se abriu para uma nova relação com alguém que sempre mostrou sua própria face conflituosa, mas ela fechou os olhos para essa parte. Ela entrou em uma relação onde a intimidade é quebrada. Intimidade é traduzida como algo mais interior do outro, ir de encontro à essência do parceiro. Nas relações de violência e manipulação, isso é quebrado (Hoover, 2018; Cardella, 2009, p. 49-51).

A pergunta que fica é: Por que perdoar? Mesmo sofrendo? Por que voltar a relações onde seu "eu" é massacrado por imposições violentas do outro? Por mais que seja sempre mais fácil, e de certo modo correto moralmente, direcionar a culpa total de tudo para o agressor, a pessoa que assume o papel de vítima é dotada de intencionalidade e responsabilidade própria. Portanto, cabe analisar os âmbitos dessa fragilidade que não permite que ela saia dessas situações. Tendo em vista que ela nunca é a culpada por "apanhar", mas possui um sofrimento intenso que não a permite tomar as rédeas das decisões de sua vida e sair de situações como a violência doméstica (Lilian, 2020).

Para responder a esses aspectos, temos que entender a essência do chamado "amor" que Lily expressa dentro da obra. Cardella cita que o amor envolve etapas para estar intimamente ligados, e essas se caracterizam como "atração, enamoramento, corte e conquista". Ele não é um sentimento, mas baseado no cerne da atitude, "algo que se é, e não que se faz". Ou seja, sua compreensão vai além de simplesmente destacar o romance, mas de se entregar a esse outro que está à frente, e tendo a perspectiva que é um mistério, não uma fórmula mágica (Cardella, 2009, p. 67).

Retomando Aline Martins (2008), que retrata o padrão comportamental advindo das experiências traumáticas vivenciadas durante a infância, ela traz a nomenclatura de "mulheres que

amam demais", pelo estudo adquirido na biografia do autor Norwood (1986). Isso remete àquelas que aceitam estar dentro de relacionamentos e situações perigosas, pois não sabem estabelecer para si mesmas o mais saudável. Elas se acomodaram em locais de sofrimento, por remeter ao que já eram acostumadas desde a infância, e por isso fecham os olhos para o cenário "perigoso" que está à sua frente. Ela ainda traz reflexões de que essa mulher tem que ter a capacidade de se amar antes de amar o outro, que ela própria seja a "laranja inteira", como remete ao ditado da sociedade contemporânea, de se autoconhecer e de ter capacidades próprias que a supram antes de encarar um relacionamento, para não se direcionar a relações não saudáveis e que a subjuguem a situações como a violência doméstica (Martins, 2008).

Pela perspectiva de Ribeiro (2021, p. 18), ele nomeia os termos "união e separação". Ambos os conceitos estão intrinsecamente ligados: para a existência do contato, é necessário entender que a dinâmica do "eu no mundo" é diferente do outro, e juntos se constitui uma "comunidade maior". Não equilibrar essa dinâmica leva à desregulação organísmica, que se traduz, para a Gestalt-terapia, um desequilíbrio no funcionamento psíquico saudável de uma pessoa.

Ele ainda ressalta o conceito de "Fronteira", que enfatiza o momento de união desse contato com o outro. Ou seja, é aquela "barreira" onde estão presentes as forças internas que podem proteger, mudar e transformar o indivíduo. Como o próprio nome ressalta, a fronteira é uma proteção do seu eu, um mecanismo de defesa. Pois é nesse momento, em contato com a própria fronteira, que se encontra o mais íntimo do humano: "[...] entrar no terreno, no corpo, na alma, nos pensamentos do outro, talvez até tomar posse do desconhecido; é passar a conhecer como o outro lida com o mais íntimo de si, é adentrar no mistério do outro de uma forma sem retorno [...]" . Sendo essa, resumidamente, a estrutura, segundo a Gestalt-terapia, do processo de contato humano (Ribeiro, 2021, p. 21).

Para compreender mais um fator percebido em mulheres que sofrem com violência doméstica, cabe retomar um conceito importante na Gestalt-terapia, que é o de "Confluência". Este conceito destaca-se como o movimento de não se diferenciar do outro. Nessas situações, não há uma barreira que delimita o ambiente e o próprio sujeito, causado por uma falta de subjetividade. A pessoa não sabe diferenciar seu *self*, nem quais são suas necessidades próprias, tornando-se um "dependente e entregue" (Alves; Dornelas, 2016).

Para um *self* que reconhece a base da sua concepção de contato humano, é essencial compreender como respeitar suas próprias fronteiras, evitando ciclos disfuncionais nas relações. No caso de cenários de violência doméstica, por exemplo, muitas mulheres permanecem presas a um discurso fixo sobre aquilo que não podem ou não conseguem mudar em sua realidade, caracterizando um "ajustamento disfuncional". Por outro lado, um ajustamento funcional ocorre quando a mulher estabelece uma relação de transcendência com a limitação da fronteira de contato nesse campo adoecedor. Ela toma consciência da dinâmica desse meio externo, reconhece que a relação não é

saudável e que suas fronteiras foram rompidas. A partir dessa percepção, age de forma consciente, tomando uma decisão que prioriza seu próprio bem-estar, em vez de colocar o outro acima de si mesma. Dessa forma, torna-se responsável por seu presente e futuro (Yontef, 1998, p. 227).

Nessa retomada final, Cardella especifica os aspectos saudáveis fundamentais para lidar com as diferenças do outro. O uso da "agressividade" como arma para atacar o parceiro é um processo destrutivo, pois impede que ambos estabeleçam e respeitem limites. No caso da vítima de violência doméstica, essa agressividade é internalizada devido à falta de imposição de limites físicos e mentais. Já o agressor expressa essa agressividade de forma disfuncional, externalizando-a completamente sem considerar os sentimentos mútuos, apenas os próprios. Assim, a agressão é compreendida como um mecanismo de defesa de um ego fragilizado, incapaz de se sustentar por si mesmo, conforme exposto no trecho abaixo:

[...] Uma pessoa que lida bem com a própria agressividade não agride as demais. Antes de tudo, ocupa o próprio espaço, sinaliza e respeita seus limites, valida as diferenças, responsabiliza-se por suas escolhas, acolhe os próprios sentimentos, escolhe quando compartilhá-los, cede e revê suas posições quando necessário, inclui o outro e respeita o espaço dele (Cardella, 2009, p. 141).

Destacando que todos esses conceitos, de autores dentro da Gestalt-terapia, enfatizam que o amor adoecido fere tanto a si mesmo quanto aos outros. O "eu" que não sabe impor os próprios limites não possui barreiras e, consequentemente, sempre retoma a perdoar atos de agressão e transgressão contra si. Como impor uma atitude para sair do sofrimento, sem antes fortalecer o principal agressor, que é o próprio sujeito? Ele se autopune quando não se fortalece, mantendo-se em um estado adoecido e fragilizado, não enxergando possibilidades à sua frente, e seu lema é "pelo menos ele me ama" ou até "não sei para onde ir ou quem eu sou, se eu for embora". O primeiro passo, pela visão da Gestalt-terapia, é entender o sujeito que se apresenta e fortalecer as partes adoecidas (Lilian, 2020).

3 MÉTODOS

Este presente trabalho se classifica no campo da pesquisa aplicada, que, segundo Maria Tereza Leme Fleury (2007), identifica que pesquisas aplicadas têm como foco a investigação de resoluções de problemas na sociedade, utilizando abordagens pré-existentes aplicadas ao caso chave investigado. Neste caso, a pesquisa se origina na busca de um olhar abrangente e descritivo da obra “É Assim que Acaba”, de Colleen Hoover, trazendo o cenário da violência doméstica como um fator presente nas clínicas psicológicas. A pesquisa explora como a abordagem da Gestalt-terapia pode ser utilizada na prática para auxiliar na busca de soluções para os sofrimentos de mulheres inseridas nesse cenário (Fleury; Werlang, 2017).

Trata-se de uma pesquisa baseada em um estudo qualitativo, que busca analisar a obra pelo viés gestáltico, com foco em estimular o autoconhecimento e a tomada de consciência. Com ênfase na

classificação por um estudo de caso, baseado na história de Lily Bloom, esta pesquisa é uma revisão da literatura escrita por Colleen Hoover (Hoover, 2018).

Alguns instrumentos utilizados para comprovação da metodologia gestáltica aplicada na prática foram buscados nos sites SciELO, PePSIC, CAPES, e através de buscas manuais. Os recursos bibliográficos evidenciam os principais conceitos relevantes para a pesquisa, tais como os conceitos trazidos pelo Ministério da Saúde (Ministério da Saúde, 2002) sobre a conceituação do termo “violência doméstica”, dando base ao conceito adotado eticamente e socialmente. A ênfase na abordagem da Gestalt-terapia inclui obras de Yontef (Yontef, 1998), Lilian (Lilian, 2020) e Frazão (Frazão; Fukumitsu, 2023), relevantes para a validação do método prático científico da Gestalt.

Conceitos vinculados ao amor e seus critérios, trazidos por Martins (Martins, 2008) e Cardella (Cardella, 2009), compreendem como ocorre a formação dos vínculos matrimoniais iniciais, como o amor se desenvolve, e quais as consequências para essa prática adoecida. Por último, Ribeiro (Ribeiro, 2021) apresenta teorias sobre como o contato ocorre nas relações humanas, também pelo viés da Gestalt-terapia. Esses autores foram utilizados como instrumentos bibliográficos para a análise da obra marcada por uma história de altos e baixos acerca da violação física e psicológica em uma relação amorosa (Hoover, 2018).

Quanto ao critério de escolha dessa obra, este se dá por ser um cenário bastante evidente nos relatos clínicos de psicólogos, e pelo sofrimento dessas mulheres, que afeta significativamente a estrutura de vida e limita qualquer potencial de ação. Portanto, do ponto de vista interno dos consultórios, o principal pensamento é em como auxiliar no sofrimento psíquico que essas mulheres endurecidas se encontram, sendo de grande eficácia a utilização dos conceitos gestálticos, tanto na prática como para levar à compreensão dessas mulheres sobre onde está a saída. E esta se encontra nelas mesmas, considerando sua estrutura familiar e mental para suporte nesses momentos (Hoover, 2018).

Concatenando com a obra já citada, as lacunas no potencial de ação de Lily são encontradas ao longo do desenvolvimento do livro, até os momentos de tomada de consciência que a personagem enfrenta. Na conclusão final de sua vida, ela se separa do parceiro violento e retoma um diálogo marcante sobre sua escolha, que a leva a pensar na quebra do ciclo vivenciado por ela e que não será vivenciado por sua filha, que nunca presenciará violência física e psicológica na união dos pais (Hoover, 2018).

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A busca pela comprovação da prática em Gestalt-terapia possui relevância significativa nos cenários clínicos de violência contra a mulher. Nesse contexto, é necessário situar a personagem principal da obra analisada, Lily Bloom, como um estudo de caso, considerando que a cliente retrata

experiências de violência doméstica. O livro permite observar sua trajetória de sofrimento, bem como as atitudes que tomou diante do fenômeno. Além disso, é fundamental identificar quais partes da teoria poderiam explicar as formas de intervenção desde o início do processo, contribuindo para a ampliação da consciência (Hoover, 2018).

A priori, é importante evidenciar como a Gestalt-terapia opera em qualquer demanda trazida pelo cliente na clínica. Seu princípio básico é possibilitar que a pessoa tome consciência do seu estado de sofrimento, compreenda sua própria realidade e entenda as implicações da permanência em contextos que geram o enrijecimento e a cristalizam nesse local, impedindo o contato com o mundo e consequentemente com acesso as suas possibilidades de ação. Para isso, é essencial identificar o que representa o sofrimento para esse indivíduo e buscar os significados que ele atribui às verdades de sua vida. Esse processo se traduz como um resgate da *awareness* (ampliação da consciência) (Yontef, 1998).

Lily, em suma, é uma mulher que comprehende alguns dos elementos que contribuem para o adoecimento em sua vida. Ela conhece seu contexto e tem plena consciência do que ouviu e presenciou em relação à violência doméstica na sua infância. No entanto, seu discurso apresenta contradições que poderiam ser trabalhadas dentro da abordagem da Gestalt-terapia, especialmente no enfrentamento das razões que a impedem de sustentar sua identidade e valores (Yontef, 1998; Hoover, 2018).

Essa complexidade se evidencia na noite em que Lily se despede de seu pai no funeral e, logo em seguida, conhece aquele que viria a ser seu futuro marido agressor, como se ocorresse uma troca da figura de provedor de afeto, projetando as necessidades base de contato dela no Ryle. Inserida em um contexto no qual esse estranho manifesta atitudes explosivas, Lily, apesar de estar plenamente consciente do risco, paradoxalmente escolhe permanecer ali. Ela justifica sua decisão pelo desejo de experimentar sensações novas, o que a leva a questionar seu próprio valor como, por exemplo, o princípio de não se envolver intimamente com um homem que acabou de conhecer. Dessa forma, busca, através de suas atitudes presentes, resgatar esse conforto recém-perdido, de um luto ainda não bem significado (Hoover, 2018, p. 11).

Vale ressaltar que, dentro da teoria organísmica, o ser humano possui um regimento próprio que sempre o direciona para o movimento de autorregulação. Conforme Lilian (2020, p. 153) cita, “Todo e qualquer sintoma é uma tentativa primeira de adaptação do organismo diante das prioridades que este discrimina no seu momento atual e a busca de atender a elas [...].” Nesse contexto, as decisões de Lily representam um exemplo de autorregulação organísmica ao demonstrar, uma constante terceirização de sua responsabilidade. Essa ação a levou a repetir ciclos disfuncionais, sem perceber que os traços de violência presentes em seu pai também se manifestavam em sua nova paixão.

Ainda que esse movimento de autorregulação tenha resultado na repetição de padrões disfuncionais, sua *aware* sobre como esse mecanismo servia para evitar o contato genuíno consigo

mesma ainda não havia sido percebido. Além disso, a compreensão de que somente ela deveria assumir a responsabilidade por suas decisões também era evitada, o que revela um enrijecimento em sua relação consigo mesma. Assim, essa dinâmica tornou-se sua possibilidade imediata naquele momento (Lilian, 2020, p. 153; Martins, 2015).

Portanto, nessa perspectiva, Lily direcionava-se ao processo de autorregulação, mas não assumia o papel de vítima de contextos desconhecidos. Pelo contrário, era um agente ativo do processo, ela sabia onde estava entrando, mas escolheu "fechar os olhos". Esse movimento pode ser compreendido como um ajustamento criativo disfuncional, em que, diante da ausência de uma figura primária em sua vida, ela buscou equilibrar essa lacuna (Lilian, 2020, p. 153; Martins, 2015).

Esse padrão torna-se ainda mais significativo à medida que as decisões de Lily se desenrolam, levando-a a permanecer no ciclo de violência. Embora argumente que seu marido não é como seu pai, ao final, toma consciência de que ele age violentamente da mesma forma. É relevante destacar a conversa final entre Lily e sua mãe, momento em que ela não consegue mais esconder duas verdades sobre sua vida: a primeira, que seu marido é um homem violento; a segunda, que está grávida desse mesmo homem (Hoover, 2018, p. 328-329).

Sem saber como prosseguir, Lily se vê diante de um dilema angustiante, reconhecendo que repetiu as mesmas atitudes da mãe, amando seu marido apesar de tudo, e se questionando se deveria suportar as piores situações em troca das melhores que poderiam vir a viver (Hoover, 2018, p. 328-329).

A mãe, como alguém que vivenciou essa realidade na prática, pode servir como uma base para a ampliação da consciência de Lily. No entanto, nesse ponto da narrativa, ela ainda terceiriza sua responsabilidade, o que evidencia sua relação disfuncional com o próprio *self*. Esse aspecto pode ser compreendido pela estrutura do contato que ela estabelece, revelando também o conceito de confluência, isto é, sua dependência da situação e entrega passiva ao contexto vivido (Alves; Dornelas, 2016; Ribeiro, 2021).

Lily questiona, repetidamente, por que as pessoas tendem a julgar a mulher que decide permanecer na relação, em vez de questionar os atos do agressor. Ela enfatiza que apenas alguém como sua mãe, que também passou por essa experiência, pode compreender a profundidade da dualidade que ela enfrenta. A mãe, por sua vez, evidencia:

[...] Entendo exatamente o que está dizendo, Lily. Mas não perca seu limite de vista. Por favor, não deixe isso acontecer. [...]— Todos temos nossos limites, o que estamos dispostos a aguentar antes de arrebentarmos. Quando me casei com seu pai, eu sabia exatamente qual era meu limite. Mas aos poucos... a cada incidente... meu limite foi aumentando mais um pouco. [...] Na primeira vez que seu pai me bateu, ele se arrependeu na mesma hora. Jurou que nunca mais aconteceria. Na segunda vez, ele ficou ainda mais arrependido. Na terceira, foi mais que um golpe. Foi uma surra. [...] Mas, na quarta vez, foi só um tapa. E, quando isso aconteceu, fiquei aliviada. Lembro que pensei “pelo menos ele não me bateu desta vez, não foi tão ruim”. [...] Todo incidente abala um pouco seu limite. Toda vez que você decide ficar, torna muito

mais difícil abandoná-lo da próxima vez. Com o passar do tempo, você perde completamente seu limite de vista porque começa a pensar: “Eu já aguentei cinco anos, então por que não mais cinco”? (Hoover, 2018, p. 328-329).

A mãe de Lily, por meio de fatos concretos e sua própria experiência, demonstra as consequências de não estabelecer limites pessoais. Ela evidencia, na prática, grande parte das decisões de mulheres em situação de violência doméstica. Isso se conecta à teoria do ciclo do contato, na qual o primeiro nível de interação ocorre no encontro das fronteiras. Quando essa fronteira não está madura, e não se ajusta criativamente de modo saudável ao seu meio social, ela perde o controle sobre esses limites. A mãe expressa isso simbolicamente ao recordar todas as vezes em que aceitou a dor física e psicológica em seu relacionamento. Frases como “Pelo menos ele não me bateu desta vez, não foi tão ruim” e “Já aguentei cinco anos, então por que não mais cinco?” tornam-se parte do seu discurso habitual (Yontef, 1998; Hoover, 2018, p. 329).

A teoria de Ribeiro, já mencionada anteriormente, que discorre sobre o processo de construção do contato com o outro na trajetória de Lily e Ryle. Em sua obra, Ribeiro apresenta um ciclo pelo qual o contato se estabelece, ressaltando que esse processo não ocorre de forma linear. Ele explora as múltiplas formas de conexão entre o indivíduo e o ambiente, entre o *self* e o outro, e até consigo mesmo. Esse movimento é repetido no fluxo que compõe o campo de vida da pessoa, sendo essencial para a existência humana dentro desse modelo circular (Ribeiro, 2021).

Além disso, Ribeiro fundamenta sua abordagem na teoria de campo presente na Gestalt-terapia, delineando a principal via de contato humano. Ele também evidencia a relevância do aspecto físico na construção do significado do contato, reforçando a importância dessa dimensão na interação entre os indivíduos:

O campo primeiro e mais importante é nosso corpo, físico e psíquico, que constitui nosso espaço de vida, síntese e reflexo de nossa totalidade em dado momento. Podemos, dizer, portanto, que todo contato se dá no espaço de vida da pessoa e que seu corpo reflete as energias que emanam desse mesmo campo. O corpo é, portanto, sujeito e objeto do contato, tudo começando e terminando nele (Ribeiro, 2021, p. 49).

Essa ideia é fundamental para compreender a construção da relação entre eles, desde o momento em que se conheceram até o casamento repentino. Desde as primeiras interações, percebe-se como a violência psicológica pode se instalar de forma sutil, por meio de pequenas alterações nas concepções pessoais de Lily. Ele usa sua lábia para reforçar o interesse dela, ao mesmo tempo em que afirma querer iniciar uma jornada para esquecê-la. No entanto, suas ações contradizem suas palavras, pois continua alimentando esse interesse com atitudes significativas, como bater em todas as portas do prédio dela para encontrá-la, mesmo tendo tido apenas dois contatos prévios (Hoover, 2018, p. 22-103).



As ações de Lily e sua repentina mudança, pode ser descrita por um termo juvenil como “deixar o momento fluir”, possuem implicações psicológicas que podem ser explicadas pela Gestalt-terapia, por meio da teoria de campo, que resgata como base estrutural para sua vivência. Além disso, segundo Ribeiro (2021), o corpo é a primeira fonte de contato com o mundo externo e, por meio da percepção de si, estabelece a relação com o mundo.

Essa percepção se conecta com a definição de espaço vital proposta por Lewin (1973, apud Lilian, 2020, p.120), que se refere à totalidade de influências que moldam as atitudes em uma determinada situação. Sendo assim, a quebra da opinião própria, no contexto de Lily, não pode ser compreendida de maneira isolada ou apenas por pequenos recortes de momentos específicos. Em vez disso, deve ser analisada dentro de sua história de vida, onde as suas ações refletem a totalidade da sua constituição como indivíduo.

Retomando as atitudes de Ryle, ele invade a privacidade de Lily e, paradoxalmente, pede que ela o tire da cabeça, propondo que se envolva com ele para que ele consiga se recompor. Esse jogo de aproximação e afastamento se repete diversas vezes, até o momento em que Lily cede e eles iniciam um relacionamento, um vínculo que ele posteriormente alega nunca ter desejado ou tido como propósito. Não tendo uma base de fronteira sólida, Lily acaba por sempre cair nesses jogos, e a cada cena de violência, perdoa o seu marido (Hoover, 2018, p. 22-103).

É possível observar os fenômenos em ação, destacando tanto a configuração do *self* da protagonista quanto a relação entre figura e fundo no contexto mais amplo da narrativa. A essência das *Gestalten* na análise da relação de Ryle e Lily, torna-se evidente pela forma disfuncional como ela estabelece contato. Ela demonstra um padrão recorrente de buscar e depender do outro para nutrir e fortalecer seu *self*, evidenciando momentos de ações disfuncionais nessa construção relacional (Yontef, 1998; Ribeiro, 2021).

Frazão enfatiza que, em cenários de violência física e psicológica, a pessoa se encontra com sua função do Ego encontra-se enfraquecida no processo de contato, dificultando o posicionamento consciente da cliente, incapacitando que ela estabeleça claramente seus próprios limites e o do outro. Esse estado resulta de um processo de adoecimento causado por decisões que a levaram a essa realidade. É nesse ponto que a Gestalt se diferencia, pois valida o sofrimento da pessoa em contextos de violação, mas também reconhece que o sujeito é responsável por seus próprios atos. Somente ele pode promover um movimento de ação para superar o sofrimento (Frazão; Fukumitsu, 2023).

Concatenando essa parte da teoria, é importante resgatar os suportes psíquicos que Lily teve ao longo da vida, especialmente no momento em que finalmente abriu os olhos diante da última cena de violência que sofreu. Atlas, seu amigo de infância, representou uma base neutra, oferecendo-lhe um espaço seguro para se expressar, chorar e vivenciar o luto pelas consequências de suas escolhas. Em

diversos momentos, ele poderia ter dito “Eu te avisei”, pois, desde o início, percebeu os sinais. No entanto, embora desejasse estar errado, sabia exatamente onde aquele cenário a levaria (Hoover, 2018).

Mesmo assim, ao recebê-la em seu momento de maior vulnerabilidade, ele não a confrontou com uma verdade dura, ainda que evidente. Pelo contrário, ofereceu acolhimento e compartilhou sua dor. Esse gesto se assemelha à abordagem do terapeuta na Gestalt-terapia, que, no processo de saída do sofrimento, resgata a ideia de que nunca é tarde para buscar viver. Ele reforça que as possibilidades estão sempre ao alcance, reconhecendo a beleza e a força do indivíduo e resgatando a base familiar que ela tem como apoio (Hoover, 2018, p. 284).

Nesse resgate de pessoas importantes, que deram força para Lily, ainda se destaca a irmã de Ryle, Alyssa, que a todo momento, nunca relativizava as atitudes do seu irmão, deixava bem claro para ela, como o irmão costumava tratar as antigas parceiras. E no contexto final, ela expressa um apoio emocional que gera em Lily o alívio de receber esse suporte: “Como irmã, o que eu mais queria era que você encontrasse uma maneira de perdoá-lo. Mas, como sua melhor amiga, preciso dizer que, se voltar para ele, nunca mais vou falar com você”, destacando como ela valoriza a visão ideal da situação e a visão real, de que conhece a essência do próprio irmão, para ter a plena certeza, de que voltaria a se repetir o mesmo cenário (Hoover, 2018, p. 310).

Para finalizar, valida-se a hipótese inicial de que a teoria da Gestalt-terapia se aplica aos cenários de violência doméstica, respaldada pelo método científico, sua base conceitual e fundamentos. Esse conhecimento permite o resgate da vítima, levando-a à tomada de consciência e à decisão de se retirar quando percebe, de forma concreta, que permanecer na situação apenas prolongará seu sofrimento—agora também pelo bem da vida que trouxe ao mundo. Ela encerra com um diálogo final junto a Ryle, no momento em que segura sua filhinha nos braços:

[...]— Quero o divórcio. [...] — Lily — diz, balançando a cabeça para trás e para a frente. — Por favor, não faça isso. [...] — Ryle — digo, com delicadeza. — O que você faria? Se um dia essa garotinha te olhasse e dissesse: Pai, meu namorado bateu em mim. O que você diria a ela, Ryle? [...]— E se ela chegassem e te dissessem: Pai, meu marido me empurrou pela escada. Ele disse que foi um acidente. O que devo fazer? [...]— E se... — Minha voz falha. — E se ela chegassem para você e dissessem: Meu marido tentou me estuprar, pai. Ficou me segurando enquanto eu implorava para ele parar. Mas ele jura que isso nunca mais vai se repetir. O que devo fazer, pai? [...]— O que você diria a ela, Ryle? Me diga. Preciso saber o que você diria para nossa filha se o homem que a amasse de todo o coração a machucasse. [...] — Eu imploraria para que ela o largasse[...] (Hoover, 2018, p. 350-351).

Dessa forma, enfatiza-se como essa abordagem é rica ao buscar, junto com o cliente, a ampliação da compreensão dos cenários erijecedores e a identificação das barreiras que ele considera relevantes para superar. Nesse contexto, é pertinente incluir uma frase de Cardella, em seu estudo sobre o amor e suas múltiplas facetas: “Cada pessoa lida de modo particular com os acontecimentos de sua biografia, mas todos podemos aprender a atravessá-los recriando nosso destino.” Assim como Lily,



que, ao reconhecer sua trajetória, conseguiu recriar seu próprio destino e romper o ciclo de violência (Cardella, 2009, p. 178).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com base na pesquisa realizada neste trabalho, cujo principal objetivo é a revisão da obra “É Assim que Acaba”, de Colleen Hoover, observa-se a construção da trajetória da personagem Lily, destacando sua relação com a base psicológica da Gestalt-terapia. A autora, por meio da criatividade literária e de sua experiência pessoal, evidencia como a violência doméstica se infiltra sorrateiramente na vida das mulheres e como, muitas vezes, elas “fecham os olhos”, para às atitudes agressivas do parceiro.

Esse ato de "fechar os olhos", à luz da discussão já realizada, remete a uma ideia simbólica dentro do conceito psicológico, visto que, mesmo diante de agressões constantes e abuso psicológico, a mulher se condiciona a viver essa realidade, negando-se a entrar em contato com essa violência do cônjuge. Muitas vezes, isso ocorre por falta de forças para romper o ciclo de adoecimento, já que seu *self* se encontra fragilizado, incapaz de estabelecer limites claros para si mesma e para o outro. Dessa forma, ela impõe diversas barreiras antes de tomar consciência da sua realidade, o que evidencia que, mesmo aquelas que afirmavam categoricamente que jamais tolerariam violência doméstica acabam repetindo o ciclo, permanecendo na relação em nome do que entendem como “amor”.

Lily vivencia essa realidade ao longo da obra, passando por todos os estágios da violência, desde os primeiros sinais no relacionamento com seu futuro marido, Ryle, até momentos de manipulação e distorção da percepção da protagonista. Ela minimiza os eventos de violência, racionalizando-os como se fossem apenas descontrole emocional. No entanto, ao se deparar com a responsabilidade pela vida de sua filha, Lily finalmente rompe o ciclo.

Assim como diversas abordagens da psicologia, a Gestalt-terapia recebe casos delicados como o de Lily Bloom, permitindo, por meio do resgate da consciência da cliente, que ela reconheça o padrão de violência e desenvolva estratégias para superá-lo. A abordagem serve como um suporte no processo de autoresponsabilização, ajudando a mulher a compreender que apenas ela pode trilhar o caminho para sair do ciclo abusivo, recuperando e fortalecendo seu *self*.

O olhar terapêutico deve considerar a pessoa em seu contexto total, e não apenas nas partes que ela manifesta. Embora seja mais fácil enquadrá-la apenas como vítima e atribuir a culpa exclusivamente ao agressor, é fundamental reconhecer que foram suas escolhas que a direcionaram àquele lugar, e somente ela poderá se retirar dele, conquistando a autonomia emocional. Por fim, este estudo reforça a importância de intervenções terapêuticas que possibilitem às vítimas compreender sua realidade e desenvolver recursos internos para superar a violência doméstica, para que possam vislumbrar um futuro com novas possibilidades.



REFERÊNCIAS

ALVES, L. S. S; DORNELAS, K. C. A. Um olhar da gestalt terapia sobre o contato nas relações amorosas: os mecanismos de solidão e do amor. **Rev. ESFERA ACADÊMICA HUMANAS** (ISSN 2526-1339), v. 1, n.1, 2016. Disponível em: <https://multivix.edu.br/wp-content/uploads/2018/10/revista-esfera-humanas-v01-n01-artigo-01.pdf>. Acesso em: 24 nov. 2024.

AUGUSTIN, Luiza Wille; BANDEIRA, Célia Cristina de Albuquerque. Postura e intervenções do gestalt-terapeuta frente à violência psicológica contra a mulher por parceiro íntimo. **Rev. abordagem gestalt.**, Goiânia , v. 26, n. spe, p. 449-459, dez. 2020 . Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672020000400010&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 10 nov. 2024.

BRASIL. **Ministério da Saúde**. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Vigilância de Doenças e Agravos Não Transmissíveis e Promoção da Saúde. Viva: instrutivo notificação de violência interpessoal e autoprovocada. 2. ed. – Brasília: Ministério da Saúde, 2016.

CARDELLA, B. H. P. **Laços e Nós: amor e intimidade nas relações humanas**. 1. ed. São Paulo: editora Ágora, 2009. v. 1. 187p.

FLEURY, M. T. L; WERLANG, S. R. C. **Pesquisa aplicada: conceitos e abordagens**. GV pesquisa. Anuário de pesquisa 2016-2017 Disponível em: <https://periodicos.fgv.br/apgvpesquisa/article/download/72796/69984/150874>. Acesso em: 30 de setembro de 2024.

FONSECA, D. H. da ., RIBEIRO, C. G., & LEAL, N. S. B.. (2012). **Violência doméstica contra a mulher: realidades e representações sociais**. Psicologia & Sociedade, 24(2), 307–314. <https://doi.org/10.1590/S0102-71822012000200008>. Acesso em: 13 de outubro de 2024.

GRACHER, Bianca; MEURER, Luzia de Miranda. O AGRESSOR E AS CIRCUNSTÂNCIAS DIANTE DAS RELAÇÕES ABUSIVAS SOB A PERSPECTIVA DA GESTALT-TERAPIA. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação, /S. I./**, v. 7, n. 12, p. 1570–1592, 2022. DOI: 10.51891/rease.v7i12.3616. Disponível em: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/3616>. Acesso em: 13 abr. 2025.

HOOVER, C. **E assim que acaba**. Rio De Janeiro: Galera Record, 2018.

KRUG, E. G. (Ed.) et al. World report on violence and health. **Geneva: World Health Organization**, 2002.

Lei n. 11.340 (2006). **Lei Maria da Penha**. Brasília, DF: Presidência da República. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2004-2006/2006/lei/l11340.htm. Acesso em: 30 mar. 2025.

LILIAN MEYER FRAZÃO; KARINA OKAJIMA FUKUMITSU. **Diversidade, violência, sofrimento e inclusão em Gestalt-terapia**. [s.l.] Summus Editorial, 2023.

LILIAN, M. F. **Gestalt-terapia: fundamentos epistemológicos e influências filosóficas**. [s.l.] Buobooks, 2020.

MARTINS, A. L. **COMPREENDENDO AS MULHERES QUE AMAM DEMAIS NO ENFOQUE DA GESTALT-TERAPIA**. Monografia (Psicologia) Faculdade de Ciências da Educação e Saúde-FACES.Brasília.p.69.dez.2008.



MARTINS, C. F. S. ; Alves, F. R. S. **Gestalt-terapia: Proporcionando escolhas através do autoconhecimento.** Goiânia, 2015. (Apresentação de Trabalho/Congresso). Acesso em: 26/10/2024.

RIBEIRO, J. P. **O ciclo do contato - 9a edição revista** . [s.l] Summus Editorial Ltda, 2021.

Violência intrafamiliar: orientações para prática em serviço / Secretaria de Políticas de Saúde. – Brasília: Ministério da Saúde, 2001. Disponível em:
https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cd05_19.pdf. Acesso em: 13 de outubro de 2024.

YONTEF, G. M. **Processo, diálogo e awareness ensaios em gestalt-terapia.** [s.l.] São Paulo Summus, 1998.