

UNIVERSIDADE FEDERAL DE JUIZ DE FORA
INSTITUTO DE CIÊNCIAS HUMANAS
BACHARELADO INTERDISCIPLINAR EM CIÊNCIAS HUMANAS

SABRINA BRASILEIRO DA SILVA HENRIQUE

**ESCRÊVIVÊNCIAS SOBRE RELACIONAMENTOS ABUSIVOS E ABUSO SEXUAL CONTRA
MULHERES NEGRAS**

Artigo apresentado ao Bacharelado Interdisciplinar em Ciências Humanas, da Universidade Federal de Juiz de Fora, como requisito parcial para obtenção do grau de Bacharel (Trabalho de Conclusão de Curso). Orientador: André Sidnei Musskopf

Juiz de Fora
2025

DECLARAÇÃO DE AUTORIA PRÓPRIA E AUTORIZAÇÃO DE PUBLICAÇÃO

Eu, SABRINA BRASILEIRO DA SILVA HENRIQUE, acadêmico do Curso de Graduação Bacharelado Interdisciplinar em Ciências Humanas, da Universidade Federal de Juiz de Fora, regularmente matriculado sob o número 202173150A, declaro que sou autor do Trabalho de Conclusão de Curso intitulado ESCRÊVIVÊNCIAS SOBRE RELACIONAMENTOS ABUSIVOS E ABUSO SEXUAL CONTRA MULHERES NEGRAS

, desenvolvido durante o período de 11/2024 a 03/2025 sob a orientação de André Sidnei Musskopf, ora entregue à UNIVERSIDADE FEDERAL DE JUIZ DE FORA (UFJF) como requisito parcial para a obtenção do grau de Bacharel, e que o mesmo foi por mim elaborado e integralmente redigido, não tendo sido copiado ou extraído, seja parcial ou integralmente, de forma ilícita de nenhuma fonte além daquelas públicas consultadas e corretamente referenciadas ao longo do trabalho ou daquelas cujos dados resultaram de investigações empíricas por mim realizadas para fins de produção deste trabalho.

Assim, firmo a presente declaração, demonstrando minha plena consciência dos seus efeitos civis, penais e administrativos, e assumindo total responsabilidade caso se configure o crime de plágio ou violação aos direitos autorais.

Desta forma, na qualidade de titular dos direitos de autor, autorizo a Universidade Federal de Juiz de Fora a publicar, durante tempo indeterminado, o texto integral da obra acima citada, para fins de leitura, impressão e/ou download, a título de divulgação do curso de Bacharelado Interdisciplinar em Ciências Humanas e ou da produção científica brasileira, a partir desta data.

Por ser verdade, firmo a presente.

Juiz de Fora, ____ de _____ de _____.

SABRINA BRASILEIRO DA SILVA HENRIQUE

Marcar abaixo, caso se aplique:

Solicito aguardar o período de () 1 ano, ou () 6 meses, a partir da data da entrega deste TCC, antes de publicar este TCC.

OBSERVAÇÃO: esta declaração deve ser preenchida, impressa e **assinada** pelo aluno autor do TCC e inserido após a capa da versão final impressa do TCC a ser entregue na Coordenação do Bacharelado Interdisciplinar de Ciências Humanas

ESCRIVÊNCIAS SOBRE RELACIONAMENTOS ABUSIVOS E ABUSO SEXUAL CONTRA MULHERES NEGRAS

Sabrina Brasileiro da Silva Henrique¹

Resumo: Neste artigo, apresento a metodologia de *escrivência*, que permite dar voz à dor e às experiências de mulheres negras. Através de um relato pessoal, compartilho como essa abordagem evidencia as dinâmicas do abuso e suas consequências emocionais e sociais. A escrita se torna uma ferramenta poderosa de denúncia e empoderamento, essencial para que as vítimas possam expressar suas vivências. Ao unir a narrativa pessoal a uma fundamentação teórica, o artigo destaca a importância de dar voz às vítimas, contribuindo para romper a normalização da violência. Essa prática não apenas valida as experiências individuais, mas também busca promover mudanças estruturais na sociedade, desafiando injustiças e lutando por um futuro mais igualitário. A *escrivência*, portanto, se transforma em um meio de resistência e transformação, ressaltando a necessidade de escutar e valorizar as histórias de mulheres negras, fundamentais para a construção de uma sociedade mais justa e inclusiva.

Palavras-chave: abuso; racismo; gênero; *escrivências*.

Abstract: In this article, I present the writing methodology *escrivência*, which allows giving voice to the pain and experiences of black women. Through a personal account, I share how this approach highlights the dynamics of abuse and its emotional and social consequences. Writing becomes a powerful tool for reporting and empowerment, essential for victims to express their experiences. By combining the personal narrative with a theoretical foundation, the article highlights the importance of giving a voice to victims, helping to break the normalization of violence. This practice not only validates individual experiences, but also seeks to promote structural changes in society, challenging injustices and fighting for a more equal future. Writing, therefore, becomes a means of resistance and transformation, highlighting the need to listen to and value the stories of black women, fundamental to building a more just and inclusive society.

Keywords: abuse, racism; gender; writing.

INTRODUÇÃO

A violência de gênero, em suas diversas manifestações, é uma questão histórica e estrutural que persiste em sociedades ao redor do mundo. No Brasil, os números sobre relacionamentos abusivos e abusos sexuais refletem uma realidade alarmante, que ultrapassa estatísticas e atinge vidas de maneira devastadora. Diante desse cenário, a escrita surge como um importante meio de resistência e ressignificação, permitindo às vítimas narrar suas experiências e transformar a dor em potência criativa.

Este trabalho é escrito por uma mulher preta, que, ao se aprofundar sobre a temática das *escrivências* relacionadas a relacionamentos abusivos e abusos sexuais, busca reconhecer e valorizar as narrativas historicamente silenciadas. O termo “*escrivência*”, cunhado por Conceição Evaristo (2020), é, além de uma técnica literária, uma postura política e afetiva que coloca a vivência como central na construção de histórias e saberes. A pesquisa parte da ideia de que narrar experiências traumáticas é não apenas um ato de memória, mas também de alteração das estruturas de poder que tentam apagar essas vivências.

Sendo uma mulher preta em uma sociedade marcada pelo racismo estrutural e pela interseccionalidade das opressões, minha posição não é neutra. Este trabalho emerge de um lugar de escuta, vivência e luta, buscando dialogar com outras vozes que compartilham essa jornada de enfrentamento e ressignificação. Por meio de um diálogo entre literatura, estudos de gênero, perspectivas sociológicas e narrativas reais e pessoais,

¹ Graduando em Ciências Humanas pela Universidade Federal de Juiz de Fora – UFJF. Artigo apresentado ao Bacharelado Interdisciplinar em Ciências Humanas como requisito parcial para obtenção do grau de Bacharel. Orientador: André Sidnei Musskopf

este estudo busca contribuir para a ampliação do debate sobre o enfrentamento à violência de gênero, bem como para a valorização das vozes de quem sobreviveu.

O texto está organizado em itens que abordam o contexto histórico e social da violência de gênero, uma análise do conceito de escriturabilidade e de suas implicações teóricas e práticas. Além disso, é apresentada uma discussão baseada na minha história pessoal, apontando como essa escriturabilidade pode transformar tanto a percepção das vítimas quanto a sociedade como um todo. Com a convicção de que uma narrativa precisava ser contada, através deste artigo evidencio toda uma estrutura por trás de uma relação de abuso emocional e física, partindo de um relato pessoal e me apoiando em pesquisas e reflexões de autoras que discutem e aprofundam o tema.

1. RELATO PESSOAL

Estar em um relacionamento abusivo é como perder a noção de quem você é aos poucos. Durante o tempo em que vivi isso, fui sendo reduzida de tantas formas que parecia impossível encontrar uma saída. A violência que eu sofri não foi apenas física, mas também mental, emocional e sexual. Era como se, a cada dia, eu perdesse um pedaço da minha própria identidade. No início tudo era muito sutil, com detalhes que talvez outras pessoas nem percebessem e que eu mesma só fui perceber quando tudo acabou, junto com minha psicóloga na época.

Por muito tempo foi difícil distinguir o que era "cuidado" e o que era controle. A voz mansa que eu escutava dizendo que eu deveria saber me portar, me colocar como uma mulher decente (ou o que meu agressor considerava decente), ou que, toda vez que estávamos em um lugar público, eu não poderia jamais falar num tom de voz que fosse considerado alto ou alterado, soava como cuidado. O fato de querer tirar a salada de um simples hambúrguer era considerado falta de respeito com ele, já que ele havia gasto dinheiro comprando aquilo. Me lembro que para evitar que ele ficasse chateado comigo eu sempre pedia antes que esse simples lanche viesse sem salada. Mas todas as vezes a salada estava lá e ele dizia que havia esquecido, quando, na verdade, fazia isso simplesmente para que conseguisse me deixar ansiosa e desconfortável.

Esse foi o pontapé inicial para que comer na rua, perto de outras pessoas, se tornasse algo desconfortável para mim. Até hoje eu ainda carrego isso comigo; comer perto de alguém com quem eu não sinta confortável é como se uma faca esteja sendo enfiada no meu estômago e se torna impossível a digestão. O enjoo sempre vem e o medo de estar fazendo algo de errado também. Até o jeito que eu gesticulava ao falar era motivo de crítica; como se minha forma de me expressar fosse errada. Minha inteligência era questionada, como se eu não tivesse valor, como se eu não fosse suficiente. Aos poucos, aquilo foi me convencendo de que ele tinha razão e eu não. Lembro de um dia, no shopping, em que ele me obrigou a comer algo que eu não queria. Pode parecer uma coisa simples, mas naquele momento me senti completamente sem voz, sem poder dizer "não".

Ele também tinha vergonha de mim, das roupas que eu usava, do meu corpo. Quando eu estava mais magra ele dizia que era feio. Quando engordei um pouco ele disse que eu estava gorda demais. O meu cabelo, que na época era alisado, era aceitável, contanto que eu não deixasse a raiz crescer e meu cabelo natural aparecesse. Além de uma pressão estética, ele sempre colocava em pauta o fato de que na época eu ainda não estava na faculdade e não conseguia passar num vestibular. Dizia que o tempo estava passando e que eu nunca iria conseguir, já que eu não me esforçava o suficiente. Até que em um momento eu consegui entrar em uma Federal, através do CEDERJ, e tive a oportunidade de ir atrás do meu diploma da Federal como sempre sonhei.

Mas algumas aulas na faculdade eram de forma remota, com provas presenciais. Isso já foi um motivo para ele brigar comigo, pois eu havia escolhido estudar em Resende e, na época, morava em Duque de Caxias. Me lembro de que ele brigava comigo não só por ter escolhido uma faculdade longe, como também por escolher ir fazer as provas. Na cabeça dele eu estava, por vontade própria, escolhendo não passar o final de semana com ele para poder ir para faculdade. Não importava o quanto eu me dedicasse; era como se eu nunca pudesse ser suficiente aos olhos dele, como se minha existência precisasse ser moldada para agradá-lo e, ainda assim, nunca foi o bastante. Ele me escondia das pessoas. Nunca queria me apresentar como alguém importante na vida dele. Aquilo me fazia sentir como se eu não tivesse valor algum.

Mas o pior acontecia entre quatro paredes. O sexo era sempre violento, mesmo quando eu pedia para ele parar. Ele ignorava meus "não" como se eu não tivesse direito ao meu próprio corpo. Era uma violência que não acabava, como se meu consentimento fosse irrelevante. Eu pensei muito enquanto eu escrevia se deveria escrever sobre o que eu vou escrever a seguir. Porém, entendo que se faz necessário para que quem leia entenda que o que aconteceu comigo não representa o que eu sou hoje.

Em umas das noites em que eu dormi na casa dele, eu não estava afim de ter relação sexual, pois já me encontrava em um estado emocional tão abalado que não tinha forças e nem desejo. Ele tentou me convencer com palavras e toques, até que em um momento ele parou de tentar e foi preparar algo para gente comer e beber. Logo após comermos senti um sono tremendo e dormi. Quando eu acordo no dia seguinte, minha calcinha estava na minha perna e eu não conseguia e não consigo me recordar até hoje o que aconteceu. Porém, eu lembro de me sentir suja e sentir dor. Eu questioneei e questioneei por muito tempo e ele dizia que apenas passamos a noite dormindo. Até hoje eu não sei.

Houve um outro episódio do qual eu não me recordo em todos os detalhes. Eu tinha ido a uma consulta médica com um profissional homem, e isso foi o suficiente para ele ficar furioso. Quando voltei, ele me deu um tapa no rosto, me proferiu xingamentos e, antes que pudesse reagir, ele me forçou a transar com ele. Não era sexo; era violência. Foi um momento em que me senti completamente desamparada, sem saída, como se minha vontade não tivesse nenhuma importância.

Passar por tudo isso foi como viver aprisionada em uma realidade na qual eu não era mais dona de mim mesma. O abuso não era só nas ações dele; era também no modo como eu comecei a me enxergar. A relação com ele desencadeou um vício que, na época, era uma válvula de escape. Como estava se tornando frequente a sensação de pânico e ansiedade, comecei a recorrer a remédios que pudessem me proporcionar não sentir nada; remédios esses que me deixassem apagada o suficiente para o sentimento passar. Foi então que me vi descendo uma escada que me levaria para o fundo do poço. Todas as vezes que eu estava mal - o que era algo diário - eu recorria a uma combinação de remédios de tarja preta e remédios para enjoo que me dessem sono ou, que pelo menos, meu coração batesse mais devagar e eu ficasse tão aérea ao ponto de esquecer como se respira.

Esse vício foi se perpetuando até um tempo atrás onde só me foi possível pôr um fim graças à força que a espiritualidade me deu. Foi graças ao terreiro que eu frequento hoje e, em especial, a um preta velha com quem eu me consultei que eu consegui sair dessa relação. Ela me deu e mostrou uma força que eu não sabia que eu tinha. Me mostrou que o que eu passei não ia mais me machucar e que ela estaria ao meu lado me dando forças. E assim foi feito. Hoje, na data que eu terminei de escrever esse relato, faz exatos 10 meses que eu não faço uso de remédios tarja preta como válvula de escape. Eu adorei as almas e elas me atenderam. O que vivi ainda carrego comigo, mas hoje consigo falar sobre isso. Essa é minha forma de tentar recuperar minha voz e, quem sabe, ajudar outras mulheres a enxergarem que elas também não estão sozinhas. "A escrita é a possibilidade de transformar dor em potência, trauma em luta e silêncio em palavra" (Evaristo, 2008).

2. VIOLÊNCIA CONTRA MULHERES: QUESTÕES DE GÊNERO E RAÇA

A violência contra as mulheres e os relacionamentos abusivos persistem como as mais expressivas formas de manifestação do machismo estrutural no Brasil. As informações mais recentes do *Dossiê Mulher* (2024) indicam que a maioria dos feminicídios registrados em 2023 foi motivada por conflitos no relacionamento, com companheiros e ex-parceiros sendo os principais responsáveis pelos ataques. Os estudos feitos para esse *Dossiê* também mostram que, em muitos dos casos, os assassinos que mataram suas parcerias já tinham registros de violência doméstica, provando que tais delitos não são casos isolados e que se trata de um ciclo nunca acabado de agressões que vão piorando ao longo do tempo. O estudo estabelece, pela primeira vez, a relação do agressor com o uso de álcool e entorpecentes, um fator a mais que potencializa o comportamento abusivo. A grande questão, porém, não se resume ao consumo dessas substâncias, mas sim à cultura de posse e controle que permeia muitos relacionamentos, nos quais as mulheres são submetidas a situações constantes de medo e submissão (Furtado, 2024).

Embora os dados nacionais apontem para uma redução no número de feminicídios nos últimos anos, essa queda não pode ser interpretada como um sinal de que o problema está resolvido. A intensificação das políticas públicas voltadas para o combate à violência de gênero, como os investimentos do Fundo Nacional de Segurança Pública, são ferramentas que permitem o aumento da proteção a essas mulheres. A ideia de que os homens detêm o poder sobre a vida e o corpo das mulheres se reflete nos dados que indicam que 85% dos feminicídios ocorrem dentro de suas próprias casas, transformando o espaço doméstico em um ambiente de terror e opressão para milhares de mulheres (Violência contra a mulher, 2024).

A situação no estado do Rio de Janeiro mostra toda essa complexidade e destoa de outros estados do Brasil. Enquanto nos outros estados os índices gerais apresentaram uma ligeira queda, o Rio de Janeiro registrou um aumento alarmante de 33% nos casos de feminicídio em janeiro de 2024, tornando esse o pior início de ano da série histórica desde 2019. Além disso, as tentativas de feminicídio também cresceram significativamente, o que reforça a necessidade de ações mais incisivas para garantir a proteção das vítimas.

Esse aumento reflete um problema maior: a violência contra a mulher não pode ser tratada apenas como uma questão de segurança pública, mas deve ser abordada como um fenômeno social e cultural, que exige mudanças profundas na forma como as relações de poder são estabelecidas (EM, 2024).

As políticas públicas criadas como a Lei nº 7.291/2022, tem como objetivo a prevenção e o combate ao feminicídio — a forma mais extrema de violência contra mulheres e meninas. A lei alinha-se com a legislação nacional vigente, como a Lei nº 13.104, de 9 de março de 2015, que tipifica o feminicídio como crime hediondo, e com normas internacionais de direitos humanos, como a Convenção Interamericana para Prevenir, Punir e Erradicar a Violência Contra a Mulher - Convenção de Belém do Pará (Câmara Municipal do Rio de Janeiro, 2024). Embora fundamentais, ainda enfrentam desafios na sua implementação, especialmente no que diz respeito à assistência às vítimas e à mudança da mentalidade social sobre a violência de gênero. A violência que culmina em feminicídio geralmente não começa com agressões físicas, mas sim com comportamentos abusivos que, muitas vezes, são naturalizados, como o controle excessivo, o isolamento social da vítima e a manipulação emocional. Se essas práticas fossem reconhecidas e combatidas desde o início, muitas mulheres poderiam romper com essas relações antes que a violência se agravasse.

Já se sabe que o abuso não se limita ao físico. A violência psicológica também entra em cena, criando um ciclo de submissão e humilhação que se perpetua e se intensifica com o racismo, criando barreiras ainda mais altas para que possamos pedir ajuda ou buscar apoio. De acordo com a pesquisadora Sueli Carneiro, o racismo, em suas diversas formas, é um dos pilares fundamentais da violência contra a mulher negra” (Carneiro, 2018). Essa afirmação evidencia o quanto as mulheres negras sofrem ao serem estigmatizadas por sua raça e, ao mesmo tempo, por sua condição de ser mulher. O abuso, no caso das mulheres negras, não se dá apenas pela relação íntima com seu abusador, mas também pela forma pela qual a sociedade e as instituições existentes a enxergam. Sabe-se que quando mulheres negras denunciam as agressões que sofrem elas são silenciadas, desacreditadas e, até mesmo, culpabilizadas pela violência. A interseccionalidade, como explica a teórica Kimberlé Crenshaw, é uma chave para entender múltiplas formas de opressão se combinam, criando uma experiência única para as mulheres negras (Crenshaw, 1989).

Ao longo da história, as mulheres negras foram sempre vistas como figuras fortes e resistentes, muitas vezes desumanizadas, como se sua dor fosse menos importante. Esse estigma cultural se reflete nos relacionamentos abusivos, onde a mulher negra não é vista como alguém que merece cuidado, carinho e proteção. Pelo contrário, ela é muitas vezes estigmatizada como "forte demais" para precisar de ajuda, o que torna ainda mais difícil sair de um ciclo de abuso. A pressão para se mostrar forte e não demonstrar fragilidade nos relacionamentos, muitas vezes, obriga as mulheres negras a engolirem o sofrimento sem pedir socorro. Como afirma bell hooks, “a cultura da dominação racista e patriarcal exige que a mulher negra seja forte em todos os momentos, o que a torna invisível em sua vulnerabilidade” (Hooks, 2004).

Os relatos de mulheres negras sobre suas experiências – dado que a maioria das vítimas de feminicídio são mulheres negras, ressaltam o aspecto racial do problema. É aqui que a intersecção entre sexismo e racismo ocorre, tornando essas vítimas ainda mais vulneráveis em espaços domésticos e públicos.

Para se ter uma ideia, no último ano, 50.962 mulheres sofreram violência por dia em 2022 – um número equivalente a um estádio lotado. A pesquisa ainda aponta que a prevalência relatada é superior entre mulheres pretas (48% desse grupo populacional), principalmente aquelas com ensino fundamental (49%), com filhos (44,4%), divorciadas (65,3%), atingindo o ápice na faixa etária de 25 a 34 anos (48,9%). Dentre as mulheres que afirmaram sofrer violência no último ano, 65,6% eram negras, 29% brancas, 2,3% amarelas e 3% indígenas. Quanto à prevalência, mulheres negras experimentaram níveis mais elevados de violência (29,9%) do que as brancas (26,3%) Os dados também apontam que o espaço com maior risco para as vítimas é dentro de casa. Nesse ambiente, 53,8% sofreram episódios de violência foi dentro do próprio domicílio nos últimos 12 meses. O número cresceu 10 pontos percentuais em relação a 2017, quando esse número era de 43,3% (Mulheres negras são as maiores vítimas em casos de violência 2023).

É fundamental que se compreenda que a mulher negra, em sua complexidade, não pode ser reduzida a um estereótipo. Ela não é simplesmente a "mulher forte" que não precisa de ajuda, mas sim uma mulher que, em muitos casos, é forçada a carregar sozinha as suas dores, as suas lutas e as suas angústias. A violência e o abuso são apenas uma das faces da opressão que a mulher negra enfrenta todos os dias. Por isso, é urgente

que a sociedade, especialmente o movimento feminista e as políticas públicas, olhem para as demandas específicas dessas mulheres, com empatia e compreensão.

A escuta ativa, a criação de espaços seguros e a promoção da solidariedade entre as mulheres negras são fundamentais para que seja possível romper o ciclo de abuso e solidão. Como defende Audre Lorde: "Não há liberdade sem a afirmação do nosso ser, sem a nossa expressão completa enquanto mulheres negras" (Lorde, 1984). Somente quando a sociedade reconhecer a dor e as necessidades das mulheres negras, elas poderão ser verdadeiramente acolhidas, protegidas e apoiadas em sua luta por uma vida digna e livre de violência. Ser uma mulher negra no Brasil é ter consigo um fardo de silenciamento, invisibilidade e dor. Quando se entra então no âmbito do relacionamento abusivo, se faz necessário destacar que esse tipo de violência não escolhe cor, classe social ou origem, mas nós, mulheres negras, devido à construção histórica do racismo estrutural, frequentemente enfrentamos formas de opressão e violência que nos colocam em uma posição muito mais vulnerável. É um cenário no qual se é invisível para a sociedade em geral, mas, para nós, é um retrato do cotidiano, do medo constante que habita e a solidão que nos acompanha. (NA, 2024)

A solidão é uma das dimensões mais dolorosas da vida de muitas mulheres negras. Quando se fala em solidão, não se trata apenas da ausência de companhia ou do distanciamento social, mas sim da sensação de não pertencimento, de ser invisível aos olhos de quem deveria cuidar e apoiar. A solidão da mulher negra também é resultado do racismo estrutural, que exclui e marginaliza suas vivências e suas lutas, não reconhecendo a complexidade de suas experiências. Como aponta a socióloga Lélia Gonzalez, "A mulher negra, ao ser marginalizada dentro de um processo de feminização da pobreza, não encontra nos espaços sociais as condições para sua afirmação enquanto sujeito histórico" (Gonzalez, 1984).

Esse processo de marginalização a coloca em um lugar de constante solidão, não só afetiva, mas também política e social. A solidão se manifesta de diferentes formas. As mulheres negras, em geral, não têm ninguém por meio de quem possam compartilhar sua dor, já que a sociedade condicionou sua mente a acreditar que elas devem ser sempre cuidadoras, sempre ajudando, mas não recebendo ajuda. Elas são aquela amiga que ouve tudo, mas raramente tem alguém que realmente ouça o que tem a dizer. A solidão é encontrada na família e nos relacionamentos em um sentido emocional, onde uma mulher negra se encontra isolada em termos de violência e racismo declarado.

Em um relacionamento ameaçador, esse isolamento é ainda mais extremo porque as mulheres negras se encontram sozinhas em um círculo de abuso, sem saída e sem nenhum lugar para pedir ajuda, exceto em um perigo ainda maior. É o isolamento político da solidão. A maioria das mulheres negras não ocupa posições de poder a partir das quais mudanças sociais substanciais poderiam ser feitas. O racismo e o sexismo as impedem de ter o reconhecimento e a visibilidade que merecem. Essa ausência de representação é uma forma de exclusão que reforça a ideia de que sua dor não importa. A mulher negra é, muitas vezes, deixada de lado nas discussões sobre direitos humanos, feminismo e políticas públicas, o que só agrava sua solidão. A filósofa Djamila Ribeiro lembra que: "a ausência de representatividade da mulher negra nos espaços de poder também é uma forma de violência, pois nos impede de afirmar nossos direitos" (Ribeiro, 2017).

No livro *Racismo, Sexismo e Violência contra a Mulher Negra*, Sueli Carneiro evidencia como as mulheres negras são, em muitos aspectos, vítimas de um relacionamento abusivo com a sociedade. A sociedade, em sua estrutura racista e patriarcal, trata as mulheres negras com violência e negligência, de forma repetida e sistemática. A autora traz à tona como o racismo e o sexismo se entrelaçam e formam uma rede de opressão que isola as mulheres negras, tornando-as alvos constantes de agressões, seja na forma física ou simbólica.

As mulheres pretas são constantemente desvalorizadas, assim como uma pessoa que vive em um relacionamento onde suas emoções e sua identidade são constantemente negadas. Carneiro faz uma analogia ao explicar que, assim como um abusador pode tentar destruir a autoestima da vítima, a sociedade racista destrói a dignidade e os direitos das mulheres negras. Elas se vêem oprimidas não só pela cor de sua pele, mas também por serem mulheres. Esse "relacionamento abusivo" se manifesta de muitas maneiras: no trabalho, na família, nas ruas e, até mesmo, na própria cultura que reflete padrões de beleza e comportamento. A autora, então, convoca uma reflexão urgente sobre a necessidade de combater essa violência de forma integral, trazendo à tona uma análise de resistência das mulheres negras, que são como aquelas que, em um relacionamento abusivo, não desistem de lutar por liberdade, por justiça, e por sua dignidade.

3. ESCRIVÊNCIA E VIOLÊNCIA CONTRA MULHERES NEGRAS

O termo "escrivência" foi criado pela escritora Conceição Evaristo como uma forma de nomear sua própria experiência literária e a de outras escritoras negras que narram suas vivências de forma engajada e subjetiva.

Diferente da escrita tradicional, que muitas vezes distancia a autora da realidade narrada, a escrevivência parte do próprio vivido e carrega um compromisso político com a memória e a identidade da população negra. A origem do termo está diretamente ligada à trajetória de Conceição Evaristo, uma escritora, poeta e ensaísta brasileira, nascida em 1946, que emergiu como uma das vozes mais potentes da literatura contemporânea no Brasil (Conceição Evaristo, 2005).

Evaristo construiu sua produção a partir de sua experiência como mulher negra, periférica e trabalhadora, transformando sua história e a de sua comunidade em matéria-prima para sua escrita. Sua obra mais emblemática, "Ponciá Vicêncio" (2003), ilustra bem esse conceito, trazendo narrativas carregadas de memória, dor, resistência e ancestralidade. Conceição Evaristo define a escrevivência como um modo de escrever que não se distancia da realidade de quem escreve. Em uma entrevista para o Portal Geledés, ela afirma: "Nossas histórias não podem ser contadas de forma neutra, porque o que escrevemos traz as marcas de nossa existência" (Evaristo, 2017).

Essa perspectiva se contrapõe ao modelo hegemônico de produção literária, no qual a neutralidade e a objetividade são frequentemente exaltadas. A escrevivência também tem influenciado outras escritoras negras brasileiras, como Cidinha da Silva, autora de *Um Exu em Nova York* (2018), que trabalha com narrativas que misturam cotidiano, ancestralidade e crítica social. Outra autora que abraça esse conceito é Jarid Arraes que, em *Redemoinho em Dia Quente* (2019), traz histórias marcadas pela violência de gênero e pela potência da resistência feminina. Para outras autoras negras, a escrevivência se tornou um instrumento de denúncia e empoderamento. Escrever a partir do próprio vivido permite que elas exponham as violências estruturais que enfrentam e, ao mesmo tempo, ofereçam novas perspectivas sobre suas realidades. Escritoras como Eliana Alves Cruz e Ana Maria Gonçalves, autoras de "Eu tinha oito anos quando vi minha mãe pela última vez" (GONÇALVES, 2006), por exemplo, utilizam essa metodologia para reconstruir histórias de personagens negras que foram apagadas ou distorcidas pela historiografia tradicional.

A adoção da escrevivência como metodologia literária é fundamental para a valorização das narrativas de mulheres negras, uma vez que permite que suas vozes sejam ouvidas sem a mediação de um olhar externo e colonizador. Essa abordagem fortalece não apenas a identidade individual das autoras, mas também a identidade coletiva de uma comunidade historicamente silenciada. Ao contar suas próprias histórias, essas mulheres reivindicam um espaço na literatura que, tradicionalmente, lhes foi negado. Além disso, a escrevivência tem desempenhado um papel essencial na produção de conhecimento acadêmico e na reinterpretação da literatura brasileira. O conceito desafia os cânones literários e propõe novas formas de análise, que levam em consideração as experiências vividas e o impacto social da escrita. Assim, não se trata apenas de um estilo literário, mas de um movimento de resistência e afirmação cultural.

Por fim, a importância da escrevivência transcende a literatura e alcança outras formas de expressão artística e política. Ao estabelecer a escrita como uma ferramenta de transformação social, Conceição Evaristo e as autoras que seguem seus passos demonstram que a literatura pode ser um espaço de luta, memória e resistência. A escrevivência tem como ponto de início a vivência individual, mas essa experiência nunca se dá de maneira isolada. Ela se conecta com trajetórias de outras pessoas e com histórias transmitidas oralmente ao longo do tempo. Assim, a escrita se constrói como um ato de resgate e recordação, permitindo que o passado seja revisitado não apenas como uma lembrança pessoal, mas também como um meio de amplificar vozes de grupos historicamente silenciados.

Esse resgate da memória assume um caráter político, pois desafia apagamentos e revisões históricas que ignoram ou minimizam as experiências de populações marginalizadas. No processo de elaboração do relato, a escrevivência não estabelece uma separação rígida entre emoção e razão, tampouco hierarquiza os acontecimentos em relação à maneira como são vivenciados e sentidos. A escrita surge como um reflexo da subjetividade de quem narra, reconhecendo a importância dos sentimentos e das marcas que as experiências deixam. Esse processo pode ocorrer de forma espontânea, impulsionado pela necessidade de compartilhar uma história, ou pode ser resultado de uma pesquisa detalhada, como acontece em obras que buscam recuperar narrativas apagadas pela historiografia tradicional. Mais do que uma manifestação literária, a escrevivência se apresenta como um instrumento de resistência e transformação social. Ao registrar e nomear essas experiências, a autora ou o autor não apenas fortalece sua própria identidade, mas também contribui para a preservação de uma memória coletiva. Dessa forma, a literatura se torna um espaço de afirmação, luta e pertencimento, reforçando a importância de contar a própria história a partir de um olhar crítico e engajado.

No romance *Ponciá Vicêncio* de Conceição Evaristo, a personagem principal, Ponciá, vive esse tipo de "relacionamento abusivo" com sua realidade. Ela é uma mulher negra que cresce em um ambiente de dor e exclusão, como se estivesse presa em um ciclo de abusos que a sociedade impõe à sua identidade e à sua

história e mostra, também, a sensação de se sentir invisível perante o mundo. Ponciá, assim como tantas mulheres negras, tenta se libertar, mas as barreiras são tão fortes quanto um parceiro abusivo que manipula, limita e controla. A violência, seja ela psicológica, física ou emocional, é uma constante em sua vida, e sua jornada é uma busca por autoconhecimento e liberdade. Ela quer entender quem é, além das marcas que o mundo impôs sobre ela.

A obra de Evaristo, com sua escrita poética e cheia de emoção, é como o grito de uma mulher que está lutando para quebrar as correntes de um relacionamento abusivo. Ponciá é uma metáfora de todas as mulheres negras que enfrentam a violência cotidiana da sociedade, mas, ao mesmo tempo, busca sua autonomia e voz. Ela representa a luta pela afirmação de sua identidade e a superação das adversidades impostas pela sociedade. Assim como uma pessoa que decide romper com o ciclo de um relacionamento abusivo, Ponciá também se recusa a ser silenciada, a se deixar definir pelas limitações que lhe são impostas. Ambos os textos, de Carneiro e Evaristo, se entrelaçam na construção de um quadro comum: o sofrimento e a resistência das mulheres negras. Enquanto Sueli Carneiro oferece uma visão crítica e profunda sobre o impacto do racismo e do sexismo, Conceição Evaristo dá vida a uma personagem que luta contra as forças opressivas de sua própria existência. Juntas, essas obras mostram como as mulheres negras estão em um relacionamento abusivo com uma sociedade que constantemente tenta apagá-las e limitá-las, mas que, ao mesmo tempo, encontram forças para resistir, se reconstruir e reivindicar um espaço de liberdade e dignidade.

O jornalismo tradicional, muitas vezes, retrata casos de violência de forma sensacionalista, utilizando expressões como "crime passionnal" ou destacando o comportamento da vítima, o que contribui para a revitimização e para a perpetuação de estereótipos de gênero (PINHEIRO, 2019). Segundo Sousa (2021), "o modo como a mídia noticia a violência contra a mulher impacta diretamente na forma como a sociedade a percebe e na responsabilização dos agressores." A escritora, por outro lado, oferece um olhar mais profundo e sensível, partindo das perspectivas de quem vive essas realidades.

Além de humanizar as vítimas, a escritora na cobertura midiática possibilita a construção de uma memória coletiva que denuncia as violências estruturais sofridas por mulheres, especialmente mulheres negras e periféricas. Como argumenta Ribeiro (2017), "a violência contra a mulher negra é atravessada por múltiplas opressões, e dar voz a essas experiências é um ato de resistência e denúncia." Dessa forma, incluir a escritora nas narrativas jornalísticas não apenas informa, mas também questiona desigualdades e contribui para a conscientização social e a formulação de políticas públicas eficazes. Através dessa metodologia, mulheres negras trazem consigo suas vivências, não apenas com o intuito de denunciar as violências sofridas, mas também de fortalecer o movimento de resistência e transformação.

Quando criam força para relatar suas experiências, essas mulheres rompem com o silêncio imposto e resgatam o seu direito à existência. Dessa forma, é possível concluir que a produção de narrativas sobre relacionamentos abusivos e abuso sexual não se limita a um registro de dor e superação, mas se torna uma ferramenta política, que é capaz de questionar as estruturas de poder que sustentam a violência de gênero e promover mudanças efetivas na sociedade como um todo. Portanto, a escritora é um ato político e necessário na cobertura de violência doméstica e abuso. Ao trazer relatos autênticos e contextualizados, essa abordagem transforma o discurso público, promovendo empatia, justiça e mudança social. Como afirma Conceição Evaristo (2005), "escrevemos porque escrevendo nos tornamos mais fortes."

4- CONCLUSÃO

Minha escrita carrega as marcas da minha vivência de mulher negra. E digo "carrega" não no sentido negativo que a palavra possa ter, mas como sinônimo de marcada, atravessada, transformada por minha existência. A minha experiência não é uma abstração; ela tem cor, gênero, história, ancestralidade. Ao escrever, não posso desatar os laços que me unem às que vieram antes, nem ignorar as dores e violências que estruturam as relações sociais das quais sou parte. Minha escrita é corpo, é memória, é reviver e é reviver. Nela, minha voz não se faz só por palavras, mas pelo silenciamento histórico que me impulsiona a falar e pela luta constante para afirmar minha própria existência. A literatura e as pesquisas que fiz não são neutras. Elas trazem a marca de outras mulheres negras que, ao escrever, também se inscrevem no mundo, recusando-se a serem apagadas. Como ensina Conceição Evaristo, escrevo escrevendo, porque minha escrita se alimenta da vida e se constrói na intersecção entre a experiência e a linguagem.

Quando trago narrativas de mulheres negras que vivenciaram abuso e violência, não estou apenas relatando fatos. Estou evidenciando histórias que, muitas vezes, foram silenciadas. Minha escrita é denúncia, mas também acolhe. Ela ecoa um grito coletivo, mas também resgata afetos e potências. É impossível que minha vivência de mulher negra não marque cada linha que escrevo. Mas isso não é uma limitação. Pelo

contrário, é a força que dá sentido à minha escrita e que me permite recontar histórias que, de outro modo, poderiam nunca ser ouvidas.

5- REFERÊNCIAS

RRAES, Jarid. *Redemoinho em Dia Quente*. São Paulo: Alfaguara, 2019.

CARNEIRO, Sueli. *Racismo, sexismo e violência contra a mulher negra*. São Paulo: Ed. da Universidade de São Paulo, 2018.

CLÁUDIA, M. *Por ser mulher: o feminicídio na prática dos atores do Sistema de Justiça*. Digital Library of Theses and Dissertations (Universidade de São Paulo), 14 out. 2020.

CONHEÇA Conceição Evaristo e o conceito Escrevivência. Disponível em: <https://blog.mackenzie.br/vestibular/materias-vestibular/conheca-conceicao-evaristo-e-seu-conceito-de-escrevivencia/>. Acesso em: 9 maio 2022.

CRANSHAW, Kimberlé. *Demarginalizing the Intersection of Race and Sex*. University of Chicago Legal Forum, 1989.

CRUZ, Eliana Alves. *O Crime do Cais do Valongo*. Rio de Janeiro: Malê, 2018.

EVARISTO, Conceição. *Escrevivência: a escrita de nós*. Portal Geledés, 2017. Disponível em: <https://www.geledes.org.br/escrevivencia-a-escrita-de-nos/>.

EVARISTO, Conceição. *Ponciá Vicêncio*. Rio de Janeiro: Pallas, 2003.

GONÇALVES, Ana Maria. *Um Defeito de Cor*. Rio de Janeiro: Record, 2006.

GONZALEZ, Lélia. A mulher negra na sociedade brasileira. In: RATTNER, Henrique (org.). *Brasil: nunca mais*. São Paulo: Brasiliense, 1984.

HOOKS, Bell. *Ain't I a Woman? Black Women and Feminism*. Boston: South End Press, 2004.

LORDE, Audre. *Sister Outsider: Essays and Speeches*. Freedom, CA: Crossing Press, 1984.

MAIS de 80% dos crimes de feminicídio registrados no Rio têm motivos fúteis, aponta levantamento do ISP | Rio de Janeiro | CBN.

MULHERES negras são as maiores vítimas em casos de violência. Notícias UFJF. Disponível em: <https://www2.ufjf.br/noticias/2023/11/24/mulheres-negras-sao-as-maiores-vitimas-em-casos-de-violencia/>.

NA. Violência contra mulher negra: maioria dos casos começa na juventude. Disponível em: <https://agenciabrasil.ebc.com.br/direitos-humanos/noticia/2024-11/violencia-contramulher-negra-maioria-dos-casos-comeca-na-juventude?>

RIBEIRO, Djamila. *O que é lugar de fala?* São Paulo: Editora Companhia das Letras, 2017.

RIGUINI, R. D.; MARCOS, C. M. Cinco Notas sobre o Feminicídio a partir da Psicanálise. *Revista Subjetividades*, v. 18, n. Esp p. 1, 11 jul. 2018.