

A não violência de Gandhi e a proteção à mulher

A ideia de não violência tem origem no termo sânscrito — *ahimsa* — o qual orientou a proposta política de Mahatma Gandhi e contribuiu para a independência da Índia. Para Gandhi, "o primeiro princípio da não violência com qualquer forma de humilhação".



Izabella Borges
Advogada criminalista

O termo influenciou o psicólogo estadunidense Marshall Rosenberg no

desenvolvimento de uma metodologia de comunicação voltada para a verdadeira e concreta conexão entre os interlocutores [\[1\]](#).

Basicamente, a metodologia está centrada em dois pilares — como me expresso e como escuto —, sendo que cada um deles busca o estabelecimento da conexão consigo mesmo e com o outro através de quatro componentes: observação, identificação de sentimentos, identificação das necessidades subjacentes aos sentimentos e um pedido claro.

Ao se expressar utilizando a comunicação não violenta, a pessoa observa a si e manifesta-se de forma honesta e autêntica, apontando os sentimentos e as necessidades que estão desatendidas, formulando pedidos em busca do apoio pretendido para a satisfação de suas necessidades.

Por outro lado, para escutar fazendo uso da metodologia, o sujeito procurará identificar na expressão do outro o que ele está observando, os sentimentos que podem estar presentes nele, as necessidades que estão subjacentes e auxiliá-lo a manifestar um pedido que possa atender às necessidades de todos. Para escutar com apoio na CNV é preciso desenvolver empatia, independentemente de o interlocutor também ser iniciado na metodologia.

Em uma breve análise desses componentes, pode-se resumir que, a partir da observação, busca-se identificar os fatos ou atos desencadeadores de situações conflitivas e dissociá-los das interpretações que sobre eles são lançadas com base nas experiências passadas ou expectativas futuras. As interpretações são impressões pessoais e estão baseadas no histórico de vida de cada indivíduo, de modo que aquilo que para um ou alguns provoca sentimentos desagradáveis, pode não causar as mesmas emoções ou sentimentos em outros. Sendo assim, conclui-se que os sentimentos estão mais relacionados à forma como os fatos são interpretados, que aos fatos em si mesmos.

O segundo componente são os sentimentos. Uma vez identificado o fato, é possível seguir a análise quanto aos sentimentos que são acionados (e não causados) na situação observada. Embora pareça simples, a verdade é que poucos detêm conhecimento suficiente sobre os próprios sentimentos, e por isso Marshall Rosenberg chega a elencar um rol de sentimentos para que seus leitores exercitem essa identificação nas diferentes situações, inclusive nas mais cotidianas e simples. Essa inabilidade ocorre porque por muitas gerações se aprendeu a suprimir sentimentos, considerando-os sinais de fraqueza, sobretudo em uma sociedade patriarcal. Marshall, na comunicação não violenta, vem resgatar o poder da vulnerabilidade e apontar o caminho libertário que o conhecimento de si mesmo é capaz de trilhar na medida em que a identificação dos sentimentos e das situações que os provocam naturalmente proporcionam autodomínio.

A identificação dos sentimentos conduz ao próximo componente da CNV, que são as necessidades. Os sentimentos desagradáveis não são causados pelas situações da vida, mas pelo desatendimento de alguma necessidade ou valor importante para aquele que sente. São, portanto, mensageiros de que há alguma necessidade demandando atenção e cabe àquele que sente conectar-se com essa necessidade e buscar alternativas para atendê-las; o que conduz ao próximo componente, que é o pedido.

Compreendida a necessidade que provoca os sentimentos desagradáveis, torna-se possível formular pedidos claros dirigidos especificamente ao atendimento do que se necessita.

O cerne da CNV é excluir o que Marshall denomina de comunicação que bloqueia a compaixão, a qual está centrada em julgamentos e impedem que a conexão e a vontade de contribuir para que o bem-estar do outro se estabeleça. A partir do momento em que o indivíduo é capaz de conectar-se consigo mesmo e assumir responsabilidade por seus sentimentos e por traçar as estratégias para a satisfação de suas necessidades, produz-se um alívio na relação com o outro, favorecendo que este receba os pedidos de colaboração com maior disponibilidade para acolhê-los.

É possível perceber, assim, que o percurso proposto pela comunicação não violenta avança para além do que seria um jeito de falar. Trata-se, na verdade, de um novo paradigma de relacionamento ou mesmo uma filosofia de vida pautada pela honestidade, pela autorresponsabilidade, pelo autodomínio e, conseqüentemente, pela liberdade, do que naturalmente resultam conexões transparentes e saudáveis.

A proposta é coesa, lógica e aponta um caminho diferente para a solução de conflitos que o habitual jogo de acusações, centrado na busca por culpados e na correspondente punição. Mesmo considerando a maior sutileza e sofisticação de violências estruturais como a violência doméstica e familiar contra a mulher, é preciso considerar a via proposta como uma alternativa para a abordagem do conflito tendo em vista, sobretudo, o potencial empoderador e, conseqüentemente, libertador que guarda em si.

Ainda que, evidentemente, não se possa esperar que a mulher em situação de violência doméstica e familiar devesse impedir a violência contra si praticada (o que caracterizaria a vitimização em segundo grau), é perfeitamente possível oferecer-lhe apoio para a elaboração de estratégias que propiciem um futuro pautado por relacionamentos saudáveis, deixando de reforçar nela a impotência ínsita à condição de vítima, a quem somente resta aguardar a punição do culpado pela ofensa sofrida.

Quer-se com isso ressaltar que a condução de todo acolhimento, tratamento ou prevenção da violência doméstica em uma abordagem não violenta, ou seja, que mantenha o seu foco na satisfação das necessidades da mulher (financeira, afetiva, emocional, moral), e não no hipotético senso de justiça que decorre da punição, exposição e humilhação do autor da violência, terá mais condições de lhe proporcionar consciência do seu poder pessoal e de sua capacidade de co-construir relacionamentos saudáveis e positivos.

O desenvolvimento e o fomento desse poder devem ser reconhecidos em sua importância e eficácia como estratégias para o combate e erradicação da violência doméstica e familiar contra a mulher.

Ao lado disso, vale consignar que essa abordagem não julgadora do conflito — e aqui não se está falando, por óbvio, em renúncia à persecução criminal, às concessões de medidas protetivas de urgência e demais consequências legais do ato violento em si, mas de um tratamento dirigido ao autor da violência que seja pautado pela ideia de responsabilidade, e não de culpa — será capaz de proporcionar o alívio nas tensões do relacionamento, referido linhas atrás, o que também tem potencial contributivo para que se alcance uma resposta mais eficaz e duradoura para o conflito.

É no caminho de Gandhi, com disponibilidade para olhar para as necessidades da mulher, aquelas mais íntimas e muitas vezes pouco trazidas à consciência em uma sociedade que pouco valoriza e incentiva o autoconhecimento, que podemos pensar em dar novos passos para muito além das estratégias que já conhecemos e aplicamos.

[1] Identifiquei uma abordagem específica da comunicação – falar e ouvir – que nos leva a nos entregarmos de coração, ligando-nos a nós mesmos e aos outros de maneira tal que permite que nossa compaixão natural floresça. Denomino essa abordagem Comunicação Não Violenta, usando o termo não violência na mesma acepção que lhe atribuí Gandhi – referindo-se a nosso estado compassivo natural (ROSENBERG, 2006).

Date Created

07/04/2021