

PT

Violência doméstica O olhar sobre as crianças



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de l'Égalité entre
les femmes et les hommes



PRO FAMILIA
fondation



ŒUVRE
Nationale de Secours
Grande-Duchesse Charlotte

Esta brochura foi criada com o generoso apoio da
“Œuvre Nationale de Secours Grande-Duchesse Charlotte”
e do Ministério da Igualdade entre Mulheres e Homens.

Um grande obrigado!

Cara leitora, caro leitor,

Este folheto informativo destina-se aos pais e a qualquer pessoa que tenha contacto com crianças e adolescentes.

As páginas seguintes descrevem como as crianças vivem a violência no lar, como se sentem em relação à violência e como podem reagir. O foco também é colocado sobre as possíveis consequências da violência para as crianças e qual a melhor forma de as proteger e apoiar. Finalmente, encontrará endereços de serviços que oferecem ajuda profissional.

Esta brochura não é exaustiva e não substitui uma consulta ou terapia. Destina-se a fornecer informações sobre uma realidade importante para as crianças vítimas de violência doméstica e a oferecer ajuda.



PRO FAMILIA
fondation

ALTERNATIVES

Centro de aconselhamento para crianças
e adolescentes vítimas de violência

Prefácio – “Fondation Pro Familia”

A violência na família causa muito sofrimento às vítimas, cujo bem-estar físico, psicológico e social pode ser temporariamente ou permanentemente prejudicado. Quer as crianças sejam vítimas diretas e/ou testemunhas de violência entre os seus pais, elas estão muitas vezes numa situação de ansiedade permanente e consideram-se responsáveis pelo que acontece. Estão também em risco de integrar padrões parentais baseados na violência. Tais experiências criam frequentemente traumas graves nas crianças e sérias dificuldades emocionais, cognitivas e comportamentais.

Se inserindo numa abordagem global a favor das famílias, a “Fondation Pro Familia” gere vários serviços, incluindo o serviço “ALTERNATIVES”, que está na origem deste projeto.

Este serviço oferece consultas psicológicas e psicoterapêuticas para crianças e adolescentes que enfrentam violência no seio das suas famílias. Desde 2018, este serviço tem também como missão de ser um serviço de apoio às vítimas menores de violência no âmbito da Lei da Violência Doméstica. O objetivo é encontrar alternativas (“alternatives”) à violência e estabelecer interações familiares marcadas pelo respeito mútuo.

A fim de ajudar as crianças a lidar com as suas experiências traumáticas e de apoiar os pais no desenvolvimento de alternativas à violência, o serviço “ALTERNATIVES” produziu duas brochuras para as crianças e famílias em questão. O objetivo desta ferramenta psicopedagógica é apoiar os profissionais no acompanhamento das crianças e dos seus pais.

Gostaria de agradecer particularmente a toda a equipa do serviço “ALTERNATIVES” pela produção destas valiosas brochuras de intervenção profissional.

Gostaria também de expressar a minha gratidão à “Œuvre Nationale de Secours Grande-Duchesse Charlotte” e ao Ministério da Igualdade entre Mulheres e Homens pelo financiamento deste projeto.

Cada situação é diferente e precisa de ser abordada em toda a sua complexidade, mas o processo de violência, geralmente não tende a parar sem ajuda externa. Espero que este instrumento contribua para assegurar um apoio de qualidade às crianças e aos seus pais que enfrentam violência doméstica.



Pierrette Meisch
Diretora da “Fondation Pro Familia”

Prefácio – Ministério da Igualdade entre Mulheres e Homens

As crianças são doces e afetuosas, as crianças são barulhentas e agitadas, as crianças são gentis e exigentes, mas acima de tudo, as crianças são o nosso futuro. Devemos apoiá-las no seu desenvolvimento, acompanhá-las nos seus projetos e educá-las para serem seres humanos apreciados... e isto não requer violência.

Violência é quando alguém usa a sua força, posição, poder ou palavras para ferir e punir intencionalmente alguém. No entanto, a violência contra as crianças é um NO-GO absoluto, violência magoa, dói e destrói.

Embora seja proibido por lei no Luxemburgo bater nas crianças e abusar delas fisicamente, psicologicamente, verbalmente ou sexualmente, a violência contra as crianças e os jovens é uma triste realidade no nosso país, ocorre em todas as culturas representadas no Luxemburgo e em todas as classes sociais.

Para muitas crianças, esse lar é um lugar onde elas têm medo, onde vivem violência em vez de amor e segurança. Não posso e não vou aceitar isto; é o nosso dever comum proteger as crianças e permitir-lhes viver uma vida livre de violência. Só uma vida sem violência permite às crianças desenvolverem-se plenamente, realizarem o seu potencial e construir uma vida feliz – apoiá-las neste aspeto é uma preocupação pessoal.

Não devemos aceitar a violência doméstica contra as crianças como um assunto privado ou familiar, mas devemos combater esta situação deplorável da sociedade em conjunto e isso todos os dias, porque as crianças são sempre vítimas, independentemente de serem diretamente ou indiretamente afetadas.

Como não podemos impedir a violência, devemos preveni-la, informar e apoiar as crianças afetadas de modo a ajudá-las a processar o que viveram e a mostrar-lhes novas perspetivas.

A "Fondation Pro Familia" e a equipa de "ALTERNATIVES" estão entre os meus parceiros mais importantes nesta missão, porque elaboram estratégias de enfrentamento juntamente com as crianças afetadas e os seus pais e mostram-lhes o caminho para um futuro livre de violência.



Muito obrigada por isto tudo e muita força para este trabalho importante.

Com os melhores cumprimentos,

Taina Bofferding

Ministra da Igualdade entre Mulheres e Homens

Prefácio – “Œuvre Nationale de Secours Grande-Duchesse Charlotte”

A violência doméstica é um flagelo que afeta toda a nossa sociedade. É um mal omnipresente mas muitas vezes escondido porque o abuso é cometido no meio familiar.

A violência doméstica causa um sofrimento indescritível às crianças, sejam elas as vítimas diretas ou as testemunhas, e os efeitos secundários são sentidos a longo prazo. Ansiedade, vergonha, raiva, tristeza, culpa – emoções incontroláveis e muitas vezes contraditórias sobrecarregam as crianças em questão. Estas sentem que estão sozinhas na situação e raramente se atrevem a confiar-se a outros e a pedir ajuda.

Sensível ao sofrimento das crianças afetadas pela violência doméstica, o estabelecimento público “Œuvre Nationale de Secours Grande-Duchesse Charlotte” não hesitou em apoiar a “Fondation Pro Familia” na elaboração de brochuras de sensibilização para as crianças vítimas, os seus pais e os profissionais que as rodeiam.

Ao falar abertamente sobre a violência doméstica, ao informar tanto os profissionais como as famílias sobre os tormentos sofridos pelas crianças e ao sensibilizá-los para as suas necessidades específicas, mas também ao explicar às crianças que as suas reacções e emoções são normais, que não estão sozinhas em tal situação e que podem obter apoio e conforto, o tabu é quebrado e o fenómeno é trazido para fora das sombras.

A luta contra a violência doméstica é um dever coletivo.

Vamos agir em conjunto!



Simone Flammang

Membra do Conselho de Administração da “Œuvre Nationale de Secours Grande-Duchesse Charlotte”

Presidente da Comissão Jovens

Conteúdo da brochura

Apenas uma discussão? Onde começa a violência?	7
O que é a violência doméstica?	7
Como é que a violência doméstica se manifesta?	9
O olhar sobre as crianças	10
“Uma palmada nunca fez mal a ninguém!”,... pois não?	11
Reações das crianças à violência	12
O que é que todas as crianças precisam para um desenvolvimento saudável?	17
O que é que ajuda as crianças?	18
Endereços de ajuda	22
Bibliografia	23

Apenas uma discussão? Onde começa a violência?

É normal discordar de vez em quando e em todas as relações há por vezes discussões. Para manter uma relação estável e marcada mutuamente pelo respeito, cada parte deve poder expressar a sua opinião, ouvir-se mutuamente e procurar soluções em conjunto. Quando as discussões não têm lugar em pé de igualdade e a palavra de uma pessoa prevalece mais do que a da outra, instala-se um desequilíbrio e um regime de controlo. Este domínio leva a lesões psicológicas e por vezes também físicas.



O que é a violência doméstica?

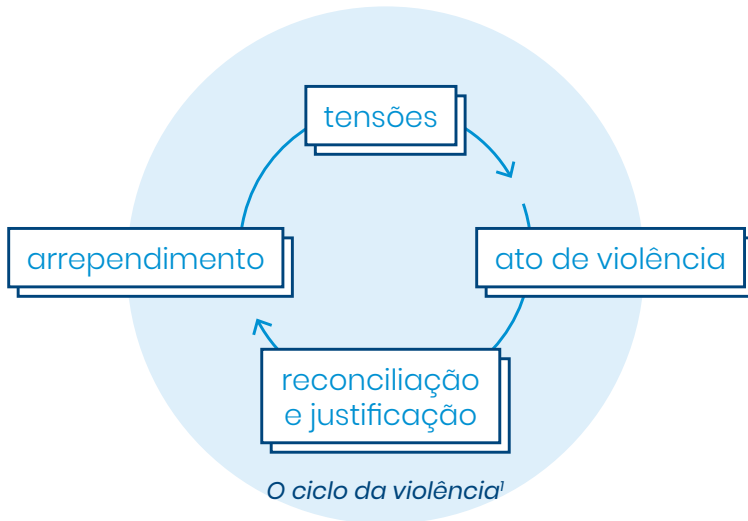
A violência doméstica é um ato ou ameaça de violência que tem lugar entre pessoas que vivem juntas.

A violência ocorre:

- › entre um casal
- › durante ou após uma separação ou divórcio
- › contra as crianças
- › contra os pais
- › entre irmãos e irmãs
- › entre outras pessoas que vivem juntas



A violência doméstica é suscetível de piorar e de se repetir.



A lei do 8 de Setembro 2003 sobre a violência doméstica² no Luxemburgo proíbe todas as formas de violência.



§ Em caso de violência ou ameaça de violência, a Polícia Grão-Ducal pode intervir. Com base no relatório da Polícia Grão-Ducal, o Ministério Público tem a possibilidade de ordenar uma medida de expulsão da casa, do alegado autor do crime. O autor de violência é então proibido de regressar a casa durante 14 dias e de contactar a(s) vítima(s). Esta ordem de expulsão pode ser prorrogada por mais 3 meses, a pedido da vítima.

¹Fachstelle für Gleichstellung Stadt Zürich (2010). *Häusliche Gewalt erkennen und richtig reagieren* (2. überarbeitete und erweiterte Auflage). Verlag Hans Huber: Bern.

²<http://data.legilux.public.lu/eli/etat/leg/loi/2003/09/08/n1/jo>

Como é que a violência doméstica se manifesta?

Violência psicológica

- › Críticas constantes
- › humilhar, ou seja, em outras palavras: “Tu não sabes fazer nada e não vales nada”, “Qualquer um teria feito melhor do que tu”, “Fazes tudo mal”
- › insultar
- › intimidar
- › gritar
- › pressionar, ameaçar
- › culpar os outros e fazê-los sentir-se culpados: “Provocaste-me”
- › não deixar que a outra pessoa expresse a sua opinião
- › não levar a sério os sentimentos da outra pessoa ou denegri-los: “estás a exagerar”, “és hipersensível”.
- › assediar

Violência física

- › bater com as mãos, pés ou objetos
- › empurrar
- › dar um pontapé
- › segurar firmemente
- › ferir com uma faca ou outro objeto
- › abanar um recém-nascido

Violência sexual

- › abusar sexualmente
- › fazer pressão para atos sexuais
- › tocar contra a sua vontade
- › mostrar ou produzir material pornográfico sem consentimento

Violência económica

- › controlar as contas bancárias, os cartões bancários e as despesas
- › proibir de ir trabalhar
- › tornar financeiramente dependente
- › privar de dinheiro e bens

Violência social

- › proibir relações com amigos e amigas
- › isolar da família
- › controlar o telemóvel e os contactos
- › trancar

Negligência


- › Falta de atenção e comunicação
- › Falta de comida e sono
- › Falta de cuidados médicos adequados
- › Falta de interesse pela criança
- › Falta de afeto

Estes são exemplos de violência doméstica, cujas diferentes formas podem se manifestar separadamente ou em conjunto.

O olhar sobre as crianças

A violência doméstica diz respeito a toda a família. As crianças veem e ouvem violência entre membros da família e sentem uma atmosfera tensa no lar. Elas vivem nesta violência, mesmo que não seja diretamente dirigida contra elas. Além disso, as crianças correm o risco de sofrer danos físicos se intervierem e se colocarem entre os adultos, por exemplo para proteger um adulto ou para pôr fim à violência.

A violência nem sempre é só entre os adultos, mas também é dirigida diretamente contra as crianças. A violência contra crianças é geralmente praticada por pessoas próximas da criança, que são responsáveis pela sua proteção (pais, avós, cuidadores ou outras pessoas de referência).



A violência doméstica tem um impacto sobre o bem-estar das crianças. Elas sofrem com isso e é importante acabar com a violência.

As crianças têm o direito a uma educação não violenta e a desenvolverem-se num ambiente não violento.

“As crianças têm o direito a proteção efetiva contra todas as formas de violência física, mental ou moral, abuso ou negligência.”

Art. 19 da Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos da Criança (1989)³

³<http://ork.lu/index.php/fr/>

“Uma palmada nunca fez mal ninguém!”,... pois não?

Uma palmada é violenta e qualquer forma de violência é prejudicial. Embora ainda se pense muitas vezes que o castigo corporal é aceitável como medida educacional, qualquer forma de violência física ou moral contra crianças é proibida pela lei luxemburguesa.

Para o desenvolvimento de uma criança, é importante que os pais repensem e modifiquem o seu comportamento educacional. O castigo físico deve ser substituído por outras medidas educativas sem impor o domínio dos adultos sobre a criança pela força. As crianças precisam de ter relações não violentas com os seus familiares.



Reações das crianças à violência

A violência doméstica afeta a criança vítima e os seus sentimentos, pensamentos, as suas reações físicas e o seu comportamento.

Sentimentos

Em situações de violência doméstica, as crianças são confrontadas com sentimentos e emoções diferentes:

- › Medo pela sua própria segurança, a segurança dos seus pais e irmãos.
- › Raiva por o pai/a mãe não conseguir se controlar e por elas não estarem protegidas.
- › Tristeza, porque eles ou os seus familiares são vítimas de violência.
- › Elas sentem-se culpadas. As crianças pensam que o seu comportamento é que provocou a violência.
- › Sentimento de desamparo. Não têm qualquer influência sobre a violência e não podem impedi-la. Elas são fisicamente inferiores.
- › Insegurança. Não compreendem o que se está a passar. Não se sentem seguras em casa e perdem a confiança nas suas pessoas de referência.
- › Sentem vergonha. Pensam que isso só lhes está a acontecer a elas. Elas sentem-se sozinhas.

Estes sentimentos aparecem em momentos diferentes e com diferentes graus de intensidade em crianças maltratadas. As crianças aprendem estratégias para lidar com as emoções durante o seu desenvolvimento, apenas através de interações com outras crianças e/ou adultos.

Se a violência de alguém próximo da criança for dirigida contra ela própria, a criança sente-se desamparada. A criança está dependente da pessoa que está na origem da agressão, ama-a e procura segurança. Ao mesmo tempo, a criança sente-se insegura, magoada e com medo. Por esta razão, é particularmente difícil para a criança defender-se ou pedir ajuda.

Pensamentos e perguntas

As crianças pensam na violência pela qual passaram, procuram soluções e querem que a sua situação mude.

- › “Não compreendo o que aconteceu.”
- › “A culpa é minha!”



- › “Tenho de encontrar uma solução. O que é que posso fazer para ajudar?”
- › “Se eu me portar bem, talvez não volte a acontecer.”
- › “Nas casas das outras crianças, é muito diferente.”
- › “Isto só acontece na minha família.”
- › “Como estão a minha mãe ou o meu pai?”
- › “O que vai acontecer agora?”
- › “Tento distrair-me, mas continuo a pensar no que aconteceu.”
- › “O que me acontecerá se eles continuarem a bater-se e a ameaçar-se mutuamente?”
- › “Tenho de escolher entre a mãe e o pai?”
- › “Quem protege a mãe quando eu não estou lá?”

Com estes pensamentos em mente, a criança não pode viver a sua vida de infância. Isto leva a dificuldades em concentrar-se na escola, em ouvir e em aprender coisas novas.

Além disso, uma criança maltratada pensa que não merece ser valorizada e pensa que não merece que uma pessoa de referência lhe ofereça atenção positiva. A criança desenvolve uma imagem negativa de si própria e das suas capacidades.

Reações físicas

O facto de viver violência causa diferentes reações no corpo, tais como tremores, respiração rápida, tensão, dores de estômago ou de cabeça, náuseas, suores, palpitações cardíacas e/ou hipersensibilidade aos sons e vozes.

A criança pode ter estas reações durante algum tempo, após a situação violenta. Estas reações têm um impacto no sono (por exemplo: pesadelos), no comportamento alimentar e na concentração. Há um risco de regressões de desenvolvimento, tal como a enurese noturna.

Comportamento

Na emergência de uma situação de violência, a criança pode, dependendo da sua experiência, reagir de três maneiras diferentes: fugir, defender-se ou bloquear. Estas reações de emergência podem persistir após a situação de violência doméstica e a criança permanece atenta e vigilante. Elas tentam observar o que se passa à sua volta para que possam reagir mais rapidamente numa situação semelhante. Como resultado, a criança comporta-se de uma forma agitada e pode fazer muitas perguntas.

As crianças tentam encontrar uma estratégia para lidar com esta situação. Algumas crianças já não querem estar sozinhas e não confiam em si próprias. Outras fecham-se a si mesmas, não têm muito contacto com os seus amigos e não querem ir à escola ou participar em outras atividades. Ainda outras crianças mostram um comportamento descontrolado, impulsivo ou agressivo.

Algumas crianças tentam falar sobre o que viveram em casa, desenham ou reencenam cenas de violência. Outras crianças têm dificuldade em falar sobre a violência em casa. Há várias razões para isto:

- › Elas não têm palavras para contar o que aconteceu, porque a linguagem ainda não está suficientemente desenvolvida.
- › Proibiram-nas de falar sobre a violência em casa.
- › Elas pensam que a violência faz parte da vida familiar.
- › Elas não querem revelar os seus segredos familiares.
- › Elas têm medo das consequências (por exemplo: medo de serem colocadas num lar de crianças, da separação da família, de sanções para os seus pais).
- › Elas sentem vergonha.
- › Elas sentem-se culpadas.

Como resultado, as crianças sentem-se frequentemente sozinhas. Este sentimento é reforçado pelo facto de que os próprios pais também sofrem dos efeitos da violência e estão, portanto, menos disponíveis para os seus filhos.

Podem ser observadas diferentes estratégias de adaptação, dependendo da idade das crianças. Os bebês choram mais, são mais difíceis de acalmar e exigem mais contacto físico. Os jovens são suscetíveis de utilizar estratégias nocivas para lidar com as suas experiências, emoções desagradáveis, pensamentos e reações físicas (por exemplo, consumo de álcool ou de drogas, absentismo escolar, escarificação ou delinquência).

Consequências a longo prazo

A violência na infância pode ser traumática. Se a criança for deixada sozinha e não receber a ajuda necessária, estar exposta à violência tem consequências a longo prazo. Os sintomas que persistem durante algum tempo após a situação abusiva, indicam que o que viveram não foi processado e que as feridas psicológicas persistem.



Uma situação é traumática se uma pessoa for pessoalmente sujeita a um estresse significativo ou como testemunha. Os sintomas que aparecem após uma situação traumática são numerosos e não específicos. Se estes persistirem durante mais de um mês, chama-se transtorno do estresse pós-traumático.

O transtorno do estresse pós-traumático manifesta-se principalmente através de reações tais como:

- › evitar tudo o que esteja relacionado com o evento
- › Memórias descontroladas e indesejadas (“flashbacks”) do que viveram
- › Tensão e nervosismo

O desenvolvimento de uma boa auto-estima e de um sentimento de segurança pode ser negativamente afetado. Entre outras coisas, isto pode tornar difícil para a criança, de construir e de manter relações estáveis na adolescência e na vida adulta e de desenvolver uma personalidade saudável. Existe o risco de recorrer a comportamentos violentos ou de ser vítima de violência.

As perturbações psicológicas que ocorrem frequentemente como resultado da violência, são depressão e transtorno do estresse pós-traumático. Outros sintomas, que não correspondem a uma perturbação específica, podem também aparecer após uma experiência traumática (por exemplo: perturbações do sono, sintomas físicos, alterações de humor,...).



O que é que todas as crianças precisam para um desenvolvimento saudável?⁴

Necessidades físicas



- › comer e beber
- › dormir
- › Saúde
- › Higiene

Necessidades individuais



- › Auto-estima
- › Encorajamento e atenção positiva
- › o direito de cometer erros
- › Privacidade

Segurança e protecção



- › um lar seguro
- › Protecção contra lesões, doenças e perigos
- › Estabilidade, ordem e limites

Auto-realização



- › mostrar e expressar sentimentos
- › divertir-se
- › Lazer
- › fazer as suas próprias experiências
- › descobrir coisas novas

Necessidades sociais



- › Amor, segurança, sentir-se acarinhada
- › Contatos sociais, amizades
- › ter um modelo a seguir
- › o direito de amar a mãe e o pai

Educação



- › frequentar regularmente a escola
- › Apoio na escola e nos percursos profissionais

Um desenvolvimento físico e psicológico saudável está ligado à satisfação destas necessidades. No contexto da violência doméstica, estas necessidades são frequentemente negligenciadas. A violência ultrapassa os limites da criança e esta não se sente segura. As pessoas de referência podem estar ocupadas com as suas próprias dificuldades ligadas à violência e estão menos disponíveis para as necessidades da criança.


⁴ Grundbedürfnis-Modell für Kinder und Erwachsene: nach Loose, Graaf & Zarbock, 2013

O que é que ajuda as crianças?

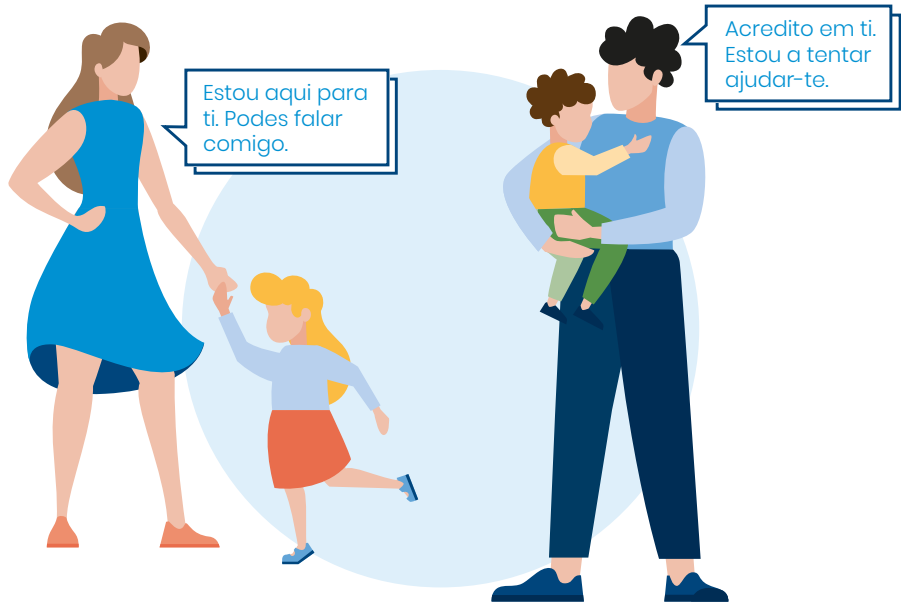
As crianças não são responsáveis pela violência em casa. Elas precisam de um lar seguro no qual os adultos se comprometem a pôr fim a todas as formas de violência. Se os pais não o conseguem fazer, é importante procurar ajuda, por exemplo de amigos, família, da polícia (Tel: 113) ou de um centro de aconselhamento para ambos os pais. Nem sempre é fácil sair do ciclo da violência. A fim de terem relações familiares de respeito mútuo, as crianças precisam dos seus pais como modelos a seguir. Desta forma, é possível evitar que mais tarde elas próprias se tornem vítimas ou autores de violência.

A violência doméstica desestabiliza as crianças. Muitas vezes as crianças não compreendem o que lhes está a acontecer. O facto de os adultos mencionarem e explicarem o que está a acontecer, isso ajuda as crianças a compreenderem melhor a situação. É particularmente importante que os pais se esforcem e procurem ajuda para estabelecerem relações familiares sem violência e salientar às crianças que a violência nunca é uma solução.

As crianças sentem-se frequentemente culpadas da violência. Elas vêem-se a si próprias como a razão dos conflitos familiares. Pensam que têm de mudar para acabar com a violência e assumem assim muita responsabilidade. Ouvir que não é culpa delas, ajuda-as.



É importante passar tempo com a criança e encorajá-la a falar sobre as suas preocupações.

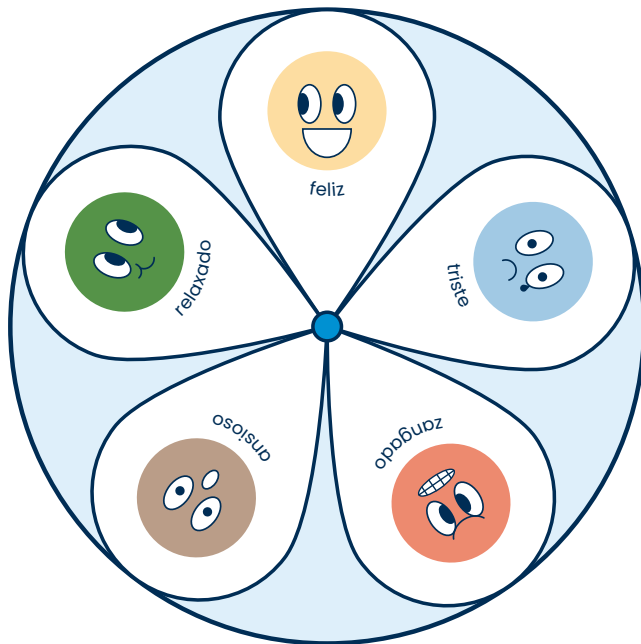


As crianças não devem ser deixadas sozinhas com o que estão a viver. Pode haver alguém na vida da criança, para além dos seus pais, em quem possa confiar e que possa ajudar a responder às perguntas da criança. As crianças precisam de alguém que as escute, lhes pergunte como estão e que respeite a sua opinião.



No que diz respeito ao abuso sexual, é importante falar sobre o corpo e o desenvolvimento sexual das crianças de uma forma apropriada à idade. Ao respeitar os limites das crianças, os pais mostram-lhes que cada um tem direito ao seu próprio corpo (por exemplo, não beijar alguém se não quiser, não ter de se sentar no colo de alguém). As crianças aprendem que podem dizer “não”, se não gostarem de alguma coisa.

É normal que as crianças fiquem inseguras numa situação de abuso e reajam de forma diferente. Precisam de um adulto que compreenda as suas reações emocionais e os seus comportamentos, e que as encoraje a expressar os seus sentimentos e a nomeá-los com as palavras certas. Todos os tipos de sentimentos são permitidos e evoluem ao longo do tempo.



Todos os tipos de sentimentos são permitidos e evoluem ao longo do tempo.

As crianças precisam de amor e apoio dos seus pais. Elas querem passar algum tempo com eles para viver momentos agradáveis. É importante que as crianças sejam apoiadas nas suas capacidades e nos seus interesses (por exemplo: participando numa atividade ou inscrevendo-se a um clube) e que ouçam que os seus pais se orgulham delas. Isto aumenta a confiança das crianças e torna-as mais resilientes. Outras pessoas de confiança (vizinhos, corpo docente e educativo, treinadores,...) também podem oferecer apoio importante e ajudar a construir a auto-estima das crianças.

Uma rotina regular no dia-a-dia do ambiente familiar é uma garantia de segurança. Brincar e divertir-se com os outros distrai as crianças e proporciona-lhes momentos agradáveis que são essenciais para o bem-estar delas.



Um ritual quotidiano⁵ à noite pode ajudar a terminar o dia com uma nota positiva e ajuda as crianças a dormir melhor:

Pergunte ao seu filho: “O que é que gostaste particularmente no teu dia?”

Depois faça um exercício de respiração:

“Deita-te de costas na cama.

Coloca a cabeça, braços e pernas em cima da cama.

Pensa apenas na tua respiração.

Põe ambas as mãos em cima da tua barriga e observe como a barriga se mexe para cima e para baixo enquanto respiras.

Sente as tuas mãos afastarem-se à medida que inspiras e a juntarem-se à medida que expiras.

Repete dez vezes este movimento respiratório.”

⁵ Scheidt, I. (2020). 365 Wege zur Achtsamkeit für ein harmonisches Familienleben. Naumann & Göbel

Endereços de ajuda

Pode encontrar ajuda profissional em centros de aconselhamento especializados para adultos e crianças ou em centros de acolhimento (abrigos). Pode contactar os seguintes serviços da “Fondation Pro Familia”:

ALTERNATIVES

Centro de aconselhamento para crianças e adolescentes vítimas de violência

Tel. : 51 72 72-500

Espace Femmes

Centro de aconselhamento

Tel. : 51 72 72-440

Centre de Consultation et de Médiation Familiale

Tél. : 51 72 72-200

infoMann

Centro de aconselhamento
(actTogether asbl)

Tél. : 27 49 65

Linha de ajuda Violência doméstica
(em colaboração com a FMPO)

Tél. : 2060 1060
www.helpine-violence.lu

www.profamilia.lu

Outros endereços para ajuda e informação sobre violência doméstica podem ser encontrados em **www.violence.lu** ou na Polícia Grão-Ducal.

Bibliografia

Bildungsstelle Häusliche Gewalt Luzern. (2013). *Vom Glücksballon in meinem Bauch.* Verlag Mebes & Noack: Köln.

Buchli, R., De Witt-Amrein, C. & Heiniger, F. (2017). *Traumatische Erlebnisse bei Kindern. Diagnostik und Psychoedukation.* Bildungs- und Kulturdirektion Kanton Bern, Amt für Kindergarten, Volksschule und Beratung (AKVB).

Fachstelle für Gleichstellung Stadt Zürich. (2010). *Häusliche Gewalt erkennen und richtig reagieren (2. überarbeitete und erweiterte Auflage).* Verlag Hans Huber: Bern.

Hofer, T. (2016). *Wenn das Vergessen nicht gelingt. Informationsbroschüre zur Post-traumatischen Belastungsstörung.* Schweizerisches Rotes Kreuz.

Kavemann, B. & Kreyszig, U. (2006). *Handbuch Kinder und häusliche Gewalt.* VS Verlag für Sozialwissenschaften: Wiesbaden.

Korritko, A. (2019). *Traumafolgen in der Erziehungsberatung. Richtig erkennen und gezielt helfen.* Beltz Juventa: Weinheim und Basel. Loose, C., Graaf, P., & Zarbock, G. (2013). *Schematherapie mit Kindern und Jugendlichen.* Beltz Verlag: Weinheim.

Klappstein, K. & Kortewille, R. (2020). *Traumatisierte Kinder im Alltag feinfühlig unterstützen. Psychoedukation im Überblick.* Springer Verlag: Wiesbaden.

Seyfried, D. & Winkler, R. (2008). *Ein Tag in Pauls Familie. Arbeitsmaterial für kindliche Zeugen von häuslicher Gewalt.* Dgvt Verlag: Tübingen.

Weinberg, D. (2020). *Verletzte Kinderseele. Was Eltern traumatisierter Kinder wissen müssen und wie sie richtig reagieren.* Klett-Cotta: Stuttgart.

Weiß, W. (2016). *Philipp sucht sein Ich. Zum pädagogischen Umgang mit Traumata in den Erziehungshilfen.* Beltz Juventa: Weinheim und Basel.

Texto ALTERNATIVES - Centro de aconselhamento para crianças e adolescentes vítimas de violência (Catherine Capelle, Nadine Steichen e Flavia Gualdino)

Revisão Béatrice Ruppert e Pierrette Meisch (“Fondation Pro Familia”) | Dra. Katy Seil-Moreels e Dra. Michèle Kayser | Christopher Witry e Isabelle Schroeder, Ministério da Igualdade entre Mulheres e Homens

Concepção e design accentaigu



www.profamilia.lu