

O PODER TRANSFORMADOR DA LINGUAGEM: análise da comunicação não violenta na prática da Associação de Proteção e Assistência aos Condenados (APAC)

THE TRANSFORMATIVE POWER OF LANGUAGE: an analysis of nonviolent communication in the Association for the Protection and Assistance of Convicts (APAC)

Caroline Padovani Caetano¹; Gilson Soares Toledo²

¹ Discente de Psicologia do UNIFAGOC

² Doutor em Estudos de Linguagem e Docente do UNIFAGOC



carolinepadovani65@gmail.com

RESUMO

Introdução: A fala é uma forma de comunicação e expressão aprendida desde o desenvolvimento inicial, ou seja, na infância. Contudo, esse discurso pode ser expresso de forma violenta, o que dificulta as relações e construções pessoais. **Objetivo:** Analisar como estratégias de reflexão na comunicação não violenta podem afetar positivamente o relacionamento dos recuperandos da APAC. **Metodologia:** Trata-se de uma pesquisa de caráter descritivo e comparativo realizado de forma presencial a qual 8 recuperandos participaram da discussão mediada dos 13 capítulos do livro Comunicação Não Violenta (Rosenberg, 2006) e responderam a escala DERS. **Resultados:** A pontuação média obtida na amostra ($M = 74,71$; $DP = 23,42$), dentro de um máximo possível de 180 pontos, neste caso, é possível inferir que os participantes apresentaram nível moderado de dificuldade na regulação emocional. A maior dificuldade relatada foi na dimensão “Não Aceitação” (54,8% da pontuação máxima). Por outro lado, a menor média foi na subescala “Impulsos” (35,2%). **Conclusão:** A experiência aponta para a possibilidade de mudanças significativas, capazes de impactar ambos, indivíduo e grupo.

Palavras-chave: Comunicação Não Violenta. Regulação Emocional. APAC. Linguagem. Práticas Comunicativas.

ABSTRACT

Introduction: Speech is a form of communication and expression learned since early development, particularly in childhood. However, this discourse may take on violent forms, which hinders relationships and personal development. **Objective:** To analyze how reflective strategies based on Nonviolent Communication (NVC) can positively affect the interpersonal relationships of APAC inmates. **Methodology:** This is a descriptive and comparative study carried out in person, in which eight inmates participated in mediated discussions of the 13 chapters of Rosenberg's book Nonviolent Communication (2006) and answered the Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS). **Results:** The mean score obtained ($M = 74.71$; $SD = 23.42$), from a maximum of 180 points, suggests a moderate level of emotional dysregulation.

among participants. The greatest difficulty was found in the “Non-acceptance” dimension (54.8% of the maximum score), while the lowest was in “Impulse control” (35.2%).

Keywords: Nonviolent Communication. Emotional Regulation. APAC. Language. Communicative Practice

INTRODUÇÃO

A comunicação não violenta (CNV) se baseia em habilidades de linguagem e comunicação que fortalecem a capacidade de continuarmos humanos, mesmo em condições adversas (Rosenberg, 2006). Esse pressuposto torna-se importante e necessário não somente para o convívio social, mas também para aqueles que têm como orientação constitucional a ressocialização e a recuperação, como proposta pela metodologia APAC. Assim, ainda que venha sendo progressivamente reformulado no sentido de atenuar seu caráter moralizante, tal fenômeno permanece como um exemplo emblemático das reflexões de Michel Foucault (1987). Para o autor, a disciplina configura-se como uma modalidade de poder que opera por meio de um conjunto articulado de instrumentos, técnicas e procedimentos, distribuídos em diferentes níveis de aplicação e capazes de produzir corpos dóceis e úteis. Nesse sentido, mais do que um dispositivo isolado, trata-se de uma verdadeira estrutura de poder difusa, que se inscreve nas práticas sociais e institucionais, orientando comportamentos, normatizando condutas e naturalizando padrões. Desse modo, evidencia-se que a disciplina não apenas regula a vida em sociedade, mas também atua na produção de subjetividades, reforçando mecanismos de controle que, mesmo ressignificados, permanecem operantes na contemporaneidade.

O disciplinamento verificado na APAC suplanta o castigo corporal, impondo adestramento que transforma o ser humano em um mero corpo útil (Rudnicki, 2021). Essa realidade torna-se ainda mais evidente por meio do questionamento de Rosenberg (2006, p. 19): “O que acontece que nos desliga de nossa natureza compassiva, levando-nos a nos comportarmos de maneira violenta e baseada na exploração das outras pessoas?” Diante disso, o autor traz diversos exemplos reais de como a CNV pode ser aplicada a ideia central, no sentido da promoção do respeito, compaixão, atenção e empatia. Além disso, relata as dificuldades para sua aplicação, devido a uma questão sociocultural e de educação familiar, já que pressupõe que, em sua grande maioria, as pessoas foram ensinadas a verbalizar as informações muitas vezes de forma prejudicial, sem que saibam disso conscientemente.

Rosenberg (2006, p. 22) afirma que “a CNV nos ensina a observarmos cuidadosamente (e sermos capazes de identificar) os comportamentos e as condições que estão nos afetando. Desse modo, aprendemos a identificar e a articular claramente o que de fato desejamos em determinada situação”.

Ademais, a APAC pressupõe a ideia de “matar o criminoso e salvar o homem” (D’Urso, 1999, p. 96 *apud* Rudnicki, 2021). Ou seja, busca analisar as relações estabelecidas enquanto sujeito que já praticou um crime para aquele que pode eventualmente mudar suas visões de mundo e retornar ao seio social sem possibilidades de reincidência criminal. Portanto, cria-se uma ideia de que as pessoas privadas de liberdade necessitam de transformação e para isso é preciso ressignificar as vivências, também expressas pela fala. De acordo com Rosenberg (2006) a comunicação alienante da vida, termo denominado pelo autor, leva a prática de julgar

as ações de outras pessoas, ao mesmo tempo em que ocorre um pensamento dicotômico das atitudes, como por exemplo, a ideia de normal e anormal. Assim, esta forma da linguagem envolve os indivíduos em uma realidade inteligível sobre o que é correto e incorreto.

Destaca-se que um estudo de Visakavičiūtė (2019) analisou o uso da CNV em diferentes grupos, em contextos diversos e países distintos. Os grupos avaliados foram: pessoas privadas de liberdade, estudantes, profissionais da área social e da saúde e crianças e adolescentes. A partir da análise, foi possível constatar que 75% dos estudos encontraram mudanças significativas no comportamento após as intervenções baseadas na CNV. Além disso, averiguaram mudanças em nível de empatia, expressão das emoções, enfrentamento do estresse e comunicação construtiva em conflitos. Esses aspectos são variáveis importantes em grupos nos quais pode predominar o conflito social, como no contexto prisional.

Salienta-se outro estudo denominado Freedom Project: Nonviolent Communication and Mindfulness Training in Prison (Projeto liberdade: comunicação não violenta e treinamento em mindfulness na prisão) (Suarez, 2014). A pesquisa aborda que os 26 presidiários que passaram pelo projeto conseguiram utilizar-se da comunicação não violenta de formas mais significativas do que os que não participaram. Em mesmo padrão comparativo, o nível de reincidência entre os participantes da pesquisa foi menor. Além disso, tiveram mais facilidade de regulação e expressão emocional, de realizar um pedido sem imposições e de expressar empatia. É importante frisar que não foram encontrados estudos no Brasil em que a CNV foi aplicada diretamente em ambientes prisionais. Isso evidencia uma lacuna no escopo científico brasileiro acerca do assunto.

Mediante o exposto, nota-se ainda a necessidade de analisar a expressão da raiva e violência no ambiente prisional. A esse respeito, Rudnick (2021, p. 205) afirma que “[...] a violência vem da crença de que as outras pessoas nos causam sofrimento e, portanto, merecem ser punidas”. Diante desse cenário, a pesquisa teve como objetivo investigar como estratégias reflexivas baseadas na Comunicação Não Violenta podem influenciar positivamente as relações entre os recuperandos da APAC.

MÉTODOS

A pesquisa tem caráter descritivo e comparativo, pois buscou registrar os fenômenos observados e analisar, de forma quantitativa, por meio de escala, a diferença de regulação emocional entre momentos distintos. Além disso, trata-se de um estudo qualitativo e dedutivo, com análise de conteúdo, permitindo interpretar, pela observação participante, aspectos subjetivos envolvidos na temática pesquisada. Ademais, a pesquisa teve como base uma teoria mais ampla, a Comunicação Não Violenta (CNV), a fim de verificar sua aplicabilidade em um grupo e interpretar os dados coletados.

Os participantes foram pessoas privadas de liberdade, intitulados recuperandos, em regime fechado, na APAC, sediada no município de Visconde do Rio Branco/ Minas Gerais. A instituição contava com 55 recuperandos cumprindo pena no momento da pesquisa. Inicialmente, a temática foi apresentada aos participantes, assim como os critérios de inclusão e exclusão. Como critérios de inclusão, foram considerados respectivamente, o desejo de participar da pesquisa e a

condição de não progredir de regime (semiaberto ou liberdade) em um prazo de seis meses a partir do início da pesquisa. Como critérios de exclusão, foi necessário não desejar participar e/ou evoluir para outro tipo de regime durante o período do estudo ou não assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Após a apresentação da proposta, foi questionado sobre o desejo de participação. Dos 55 recuperandos, 21 demonstraram interesse na temática. Desses, 15 foram selecionados por meio de sorteio, porém apenas 7 participantes compuseram a amostra final, devido a questões burocráticas ou pessoais que impossibilitaram a continuidade.

A pesquisa propôs-se a analisar, por meio de escala, a diferença de regulação emocional entre momentos distintos. Além disso, a observação participante possibilitou interpretar aspectos subjetivos relacionados à temática pesquisada. Isso permitiu compreender elementos presentes nas interações e nas formas de comunicação entre os participantes.

Inicialmente, a observação participante buscou identificar as formas de comunicação presentes, suas expressões, decodificação das mensagens e ainda identificar como elas afetam as relações cotidianas. Soma-se a essa técnica a investigação dos aspectos da expressão não verbal sociolinguística das próprias necessidades e valores relacionados à comunicação e suas implicações, que estão sendo observados a partir da proposta da teoria sobre *comunicação não violenta*, que apresenta a comunicação alienante da vida, como julgamentos moralizadores, comparações e negação da responsabilidade, ou seja, formas de comunicação que contribuem para a comunicação violenta (Rosenberg, 2006).

Após essa etapa, dentro da mesma técnica de observação participante, as inferências percebidas foram anotadas e analisadas por meio dos quatro componentes da comunicação não violenta propostos por Rosenberg (2006): 1. observação; 2. sentimento; 3. necessidades; 4. pedido. Segundo esse autor, é preciso observar o que ocorre em um determinado contexto. Em seguida, identificar qual sentimento está presente ao visualizar a ação. Após, identificar as necessidades relacionadas aos sentimentos identificados. Por fim, verbalizar um pedido específico.

Foi também realizada uma pesquisa de opinião através da análise de conteúdo. Essa técnica de pesquisa exerce uma importante função nos estudos sociais, uma vez que analisa profundamente a subjetividade, ao admitir a ausência de imparcialidade entre pesquisador, objeto de análise e contexto (Cardoso, 2021). Isso foi possível nesta pesquisa pelo uso de um caderno de campo, visando não perder a essência da fala dos participantes e para uma posterior correlação a teoria. Esse processo foi importante para a condução das etapas, pois permitiu uma visão crítica e detalhada das observações feitas. As opiniões coletadas durante o estudo possibilitaram analisar o entendimento dos recuperandos diante das reflexões propostas.

Ademais, realizou-se um espaço para um grupo de conversa, que foi conduzido por mediador capacitado, seguindo um roteiro semiestruturado, com o objetivo de entender a percepção dos recuperandos sobre a comunicação violenta e não violenta, além da observação de um processo de identificação cultural apresentado através da fala. As seguintes perguntas foram realizadas almejando compreender a percepção dos indivíduos sobre o tema: O que é comunicação violenta e não violenta? O que se recordam de mais escutarem de suas figuras parentais quando foram crescendo? Que

tipo de discurso se estabeleceu? A partir da ideia que você tem da comunicação violenta, você acha que se comunica dessa forma?

Além disso, a aplicação da validada escala de dificuldades de regulação emocional (DERS), adaptada ao português, foi necessária a fim de avaliar dificuldades de regulação emocional, já que essa refere-se aos “[...] processos pelos quais os indivíduos influenciam as emoções que têm, quando as têm e como experienciam e expressam essas emoções” (Gross, 1998 *apud* Coutinho, 2009, p. 145). Anteriormente à sua aplicação, o propósito e a natureza das perguntas foram explicados aos recuperandos. Segundo Gratz (2004 *apud* Coutinho, 2009), a DERS mensura os níveis de desregulação em seis quesitos: Não aceitação das emoções negativas, Incapacidade de se envolver em comportamentos dirigidos por objetivos, Dificuldades em controlar comportamento impulsivo, Acesso limitado a estratégias de regulação emocional, Falta de consciência emocional e Falta de clareza emocional. Esse instrumento abrange 36 itens numa escala de 5 pontos. Pode ser assinalado do 1 (= Quase nunca se aplica a mim.) ao 5 (= Aplica-se quase sempre a mim.).

Para que os recuperandos pudessem conhecer melhor o tema desta pesquisa, foram organizados 13 encontros presenciais, com duração média de 1 hora e 30 minutos, para leitura e discussão mediada sobre o livro *Comunicação não violenta* (Rosenberg, 2006). O objetivo foi discutir as expressões comunicativas demonstradas no cotidiano da APAC e propor reflexões. Em cada encontro foi apresentado sequencialmente um capítulo do livro. Os temas, bem como as questões mais importantes de cada capítulo, foram expostos aos recuperandos por meio de apresentação em slides e eles tiveram a oportunidade de dizer sobre o que entenderam como também sanar suas dúvidas, assim como expressarem suas opiniões diante do assunto e da sua aplicação no cotidiano.

Ressalta-se que o projeto de pesquisa, de parecer número 7.417.805 e CAAE (Certificado de apresentação para apreciação ética) 84660924.8.0000.8108, foi aprovado pelo CEP (Comitê de Ética em Pesquisa), da UNIFAGOC - Centro Universitário Governador Ozanam Coelho. Adicionalmente, os participantes assinaram o TCLE.

RESULTADOS

Do total de 21 recuperandos que manifestaram interesse em participar da pesquisa, 15 foram selecionados a partir de um sorteio e no decorrer da pesquisa, 8 optaram pela desistência, destacando que dois foram devido a alteração de regime.

Tabela 1 - Resultados quantitativos do escore das subescalas da DERS em uma amostra de 7 participantes do regime fechado da APAC, 2025

Participante	Não aceitação	Objetivos	Impulsos	Consciência	Estratégias	Clareza	Total
P1	22	13	8	11	19	9	82
P2	23	7	10	8	14	7	69
P3	11	10	7	13	9	6	56
P4	19	15	16	11	15	16	92
P5	12	9	7	16	12	8	64
P6	18	12	14	16	23	13	96
P7	10	5	12	13	14	10	64

Fonte: dados da pesquisa, 2025.

Em relação às estatísticas descritivas por subescala, a maior média foi a da Não aceitação e a menor média foi a de Objetivos e Impulsos (Tabela 2).

Tabela 2 - Resultados das estatísticas descritivas por subescala da DERS em uma amostra de 7 participantes do regime fechado da APAC, 2025

SUBESCALA	MÉDIA	DESVIO PADRÃO	MÍNIMO	MÁXIMO
NÃO ACEITAÇÃO(30)	16,43	5,38	10	23
OBJETIVOS(25)	10,14	3,48	5	15
IMPULSOS(30)	10,57	3,55	7	16
CONSCIÊNCIA(30)	12,57	2,88	8	16
ESTRATÉGIAS (40)	15,14	4,60	9	23
CLAREZA (25)	9,86	3,53	6	16
TOTAL(180)	74,71	23,42	45	109

Fonte: dados da pesquisa, 2025.

Tabela 3 - Interpretação das subescalas com base nas médias

Subescala	% da Pontuação máxima	Interpretação Sintética
Não aceitação	54,8 %	Moderada dificuldade em aceitar emoções negativas
Objetivos	40,6%	Baixa a moderada dificuldade em manter metas quando experimenta emoções
Impulsos	35,2%	Baixa dificuldade em controlar impulsos emocionais
Consciência	41,9%	Baixa dificuldade em estar atento a emoções
Estratégias	37,9%	Baixa a moderada dificuldade em usar estratégias regulatórias
Clareza	39,4%	Baixa dificuldade em compreender as próprias emoções

Fonte: dados da pesquisa, 2025.

A pontuação média obtida na amostra ($M = 74,71$; $DP = 23,42$), dentro de um máximo possível de 180 pontos, neste caso, é possível inferir que os participantes apresentaram nível moderado de dificuldade na regulação emocional. O desvio-padrão elevado indica heterogeneidade, refletindo uma população com diferenças marcantes no manejo das emoções. A maior dificuldade relatada foi na dimensão “Não Aceitação” (54,8% da pontuação máxima), indicando que os participantes podem sentir incômodo, culpa ou rejeição diante de emoções negativas. Por outro lado, a menor média foi na subescala “Impulsos” (35,2%), sugerindo que os participantes, em geral, conseguem manter controle emocional mesmo em situações estressantes.

Outrossim, nas falas de alguns participantes foi possível notar um tom rude quando relatavam determinadas situações vivenciadas no cotidiano. Observou-se que, fora do contexto da pesquisa, muitas dessas situações não eram bem explicadas, o que dificultava o entendimento e, conseqüentemente, a comunicação, fato que gerava sentimentos de raiva. Na explanação sobre os quatro componentes da comunicação não violenta, percebeu-se que os pedidos ainda eram expressos de forma violenta, mesmo quando isso não era percebido pelos próprios falantes. Além disso, alguns participantes demonstraram dificuldade em assumir responsabilidade por seus atos, pensamentos e sentimentos, aspecto que até então não lhes era claro.

Como respostas, 100% dos recuperandos afirmaram que a comunicação violenta ocorre de forma rude, com palavras e gestos agressivos ou quando o outro é tratado com ignorância. Em oposição, a mesma parcela definiu a comunicação não violenta como a capacidade de dialogar com gentileza, utilizando palavras brandas, com franqueza e respeito. Cerca de 70% dos participantes também relataram ter escutado ameaças e palavras rudes durante a infância, o que resultou na naturalização desse tipo de comunicação. Por fim, todos afirmaram acreditar que se comunicam de maneira violenta e que têm dificuldade de refletir antes de falar em momentos de raiva.

Os resultados apresentados neste artigo são parciais porque fazem parte de um estudo mais robusto e abrangente. Até o momento, verificou-se que os sujeitos da pesquisa apreendem os conceitos de forma satisfatória, mas demonstram resistência em aplicá-los no cotidiano, embora reconheçam a presença de expressões comunicativas violentas em suas interações diárias.

DISCUSSÃO

A Escala de Dificuldades na Regulação Emocional (DERS) é amplamente utilizada para avaliar seis dimensões da regulação emocional, como não aceitação das emoções, dificuldades em manter metas, controle de impulsos, entre outros. Essa escala possibilita identificar áreas específicas nas quais os indivíduos podem ter dificuldades que impactam sua saúde mental, desempenho social e funcionamento profissional (Gratz; Roemer, 2004; Coutinho *et al.*, 2010). Além disso, avalia a habilidade de gerenciar a intensidade das emoções, e está mais associada a alterações na autorregulação do que a eliminação de emoções desagradáveis (Machado, 2018).

De igual forma, a DERS apresentou boas propriedades psicométricas, a partir de evidências de validade e fidedignidade do instrumento para a amostra de pesquisas brasileiras. Em relação a estrutura fatorial, esta foi equivalente à da versão original, apresentando seis dimensões (Machado, 2020). Portanto, o DERS pode ser útil para

discriminar entre amostras clínicas e não clínicas, o que o torna uma medida conveniente para fins clínicos e de investigação (Cancian, 2019). Destarte, visando a análise dos dados mensurados, essa escala foi aplicada em um momento anterior às discussões mediadas sobre o livro e reaplicada ao final destas a fim de verificar possíveis mudanças.

Estudos similares (Gratz; Roemer, 2004; Coutinho *et al.*, 2010) atestam que adultos em contextos de maior estresse tendem a mostrar níveis mais elevados nas dimensões de impulsividade e estratégias de enfrentamento. No presente estudo, os baixos escores em impulsos e estratégias podem refletir um perfil de participantes com certa habilidade emocional funcional, mas com dificuldades principalmente na aceitação das próprias emoções.

Uma limitação da pesquisa foi o tamanho reduzido da amostra ($n=7$), o que compromete a generalização dos achados. Estudos futuros devem considerar amostras maiores e mais diversas, além de explorar variáveis como gênero, idade e contexto psicossocial, que podem influenciar a regulação emocional. Isso torna-se importante em ocasiões nas quais o objetivo da pesquisa seja extrapolar os resultados encontrados para outras áreas (Ferreira, 2020).

Esses achados apontam para a necessidade de ampliar a reflexão sobre o modo como a linguagem e as práticas comunicativas estão vinculadas à reprodução de padrões violentos internalizados ao longo da vida. A resistência em modificar tais padrões podem estar relacionada à estrutura hierárquica e punitiva que permeia as relações sociais e institucionais, indicando que o processo de internalização da comunicação não violenta demanda tempo, vivência e acompanhamento contínuo. Esse exercício se justifica porque a atividade linguística é importante para reconhecer a si próprio e ser identificado pelo outro. É, portanto, através do uso e pelo uso da fala, que se estabelece um fator de identificação cultural (Mateus, 2003).

A angústia que pode surgir pelo embate com o modo de ser no mundo e as novas possibilidades comunicativas apresentadas pela pesquisa podem levar a ocorrer uma nova significação de mundo, pois o indivíduo se vê confrontado com aquilo que pode vir a ser. Isso leva a duas possibilidades: retomar a existência imposta ou rearticular um novo projeto existencial (Feijoo, 2006). Esse embate é o que define a não rigidez comportamental e chance de novas aberturas para outras visões e experiências de ser/estar no mundo.

Isso torna-se ainda mais importante conforme atesta Sartre (1978, 2000 *apud* Simão, 2016): Não importam as condições iniciais ou o que outras pessoas fizeram conosco, mas sim o que fazemos a partir do que nos é apresentado como contexto para nossos atos e escolhas. Isso evidencia a importância das possibilidades de novos caminhos a partir do que vem sendo apresentado.

CONCLUSÃO

O estudo se apresenta importante tanto para o desenvolvimento pessoal e profissional quanto para a transformação das práticas de comunicação dos recuperandos. A experiência aponta para a possibilidade de mudanças significativas, capazes de impactar ambos: indivíduo e grupo. Dessa forma, ao unir teoria e prática, a pesquisa fortalece a perspectiva de reintegração social e amplia horizontes para uma comunicação pautada na empatia e no respeito.

Um ponto a se considerar é que, antes de modificar a fala, é necessário ampliar a capacidade de reconhecer e acolher emoções, reforçando a inseparabilidade entre comunicação e regulação emocional. Assim, intervenções futuras que aliem CNV, educação socioafetiva e práticas reflexivas contínuas podem potencializar o processo de responsabilização e fortalecimento do vínculo comunitário - pilares do método APAC.

Apesar do tamanho reduzido da amostra, os resultados apontam que a transformação da linguagem não é apenas individual, mas coletiva e estrutural, podendo contribuir para modelos de justiça mais humanizados. Recomenda-se, portanto, o aprofundamento do estudo com grupos maiores, bem mais tempo de intervenção e a inclusão de indicadores qualitativos de mudança comportamental.

REFERÊNCIAS

- CANCIAN, A. C. M. *et al.* Psychometric properties of the Brazilian version of the Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS). **Trends in Psychiatry and Psychotherapy**, v. 41, n. 1, p. 18-26, jan. 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/trends/a/cZXJdLxdRzKjnvH3dSVYnKr/abstract/?lang=en> . Acesso em: 17 dez. 2024.
- CANCIAN, A.C.M - **Escala de Dificuldades com Regulação Emocional Completa**. 2023. Disponível em: <https://pt.scribd.com/document/625813027/DERS-Escala-de-Dificuldades-com-Regulac-a-o-Emocional-Completa>. Acesso em: 18 dez. 2024.
- CARDOSO, Márcia Regina Gonçalves; OLIVEIRA, Guilherme Saramago de; GHELLI, Kelma Gomes Mendonça. Análise de conteúdo: uma metodologia de pesquisa qualitativa. **Cadernos da FUCAMP**, Monte Carmelo, v. 20, n. 43, p. 98-111, 2021. Disponível em: <https://revistas.fucamp.edu.br/index.php/cadernos/article/view/2355>. Acesso em: 13 mar. 2026.
- FEIJOO, Ana Maria Lopez Calvo de; PROTASIO, Myriam Moreira. Os desafios da clínica psicológica: tutela e escolha. **Rev. abordagem gestalt.**, Goiânia , v. 16, n. 2, p. 167-172, dez. 2010 . Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672010000200006&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 06 nov. 2025.
- FERREIRA, Álida Rosária Silva. Qualidade da pesquisa – tamanho amostral. **Revista do Colégio Brasileiro de Cirurgiões**, Rio de Janeiro, v. 48, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rcbc/a/ZQXbVn7cXj3f7RZ8xgZ6RkM/>. Acesso em: 11 mar. 2026.
- FOUCAULT, Michel . **Vigiar e punir: nascimento da prisão**. 20. ed. Petrópolis: Vozes, 1987.
- GRATZ, K. L.; ROEMER, L. Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: development, factor structure, and initial validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. **Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment**, [S.l.], v. 26, n. 1, p. 41-54, 2004. <https://editorarevistas.mackenzie.br/index.php/rmd/article/view/15056/12330>. Acesso em: 08 set. 2024.
- MACHADO, B. M. *et al.* Evidences of Validity of the Difficulties in Emotion Regulation Scale - DERS. **Paidéia** (Ribeirão Preto), v. 30, p. e3017, 2020. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/paideia/a/ckKQV7MBz737xJnqZz9XQ4k/?lang=en> Acesso em: 16 dez. 2024.

MACHADO, Bruna Mattos; GURGEL, Léia Gonçalves; BOECKEL, Mariana Gonçalves; REPPOLD, Caroline Tozzi. Evidências de validade da Escala de Dificuldades de Regulação Emocional (DERS). **Paidéia** (Ribeirão Preto), Ribeirão Preto, v. 30, e3017, 2020. DOI: 10.1590/1982-4327e3017. Disponível em:

<https://www.redalyc.org/journal/3054/305463364011/html/>. Acesso em: 13 mar. 2026

MATEUS, Maria Helena Mira. Se a língua é um factor de identificação cultural, como se compreende que a mesma língua identifique culturas diferentes? **Revista de Letras**, Fortaleza, v. 1, n. 25, p. 84-89, jan./dez. 2003.

ROSENBERG, Marshall B. **Comunicação não-violenta**: técnicas para aprimorar relacionamentos pessoais e profissionais. São Paulo: Ágora, 2006.

RUDNICKI, Dani. Contra o método APAC: “Novas” alternativas na execução penal. 3. ed. São Paulo: **Revista DIREITO MACKENZIE**, 2021. p. 1-25. v. 15. Disponível em : <https://editorarevistas.mackenzie.br/index.php/rmd/article/view/15056/12330>. Acesso em: 10 mar. 2026.

SIMÃO, Clarice Braga; PEREIRA, Fábio Nogueira. Uma reflexão existencial humanista sobre a relação de pacientes terminais com a morte iminente. **Revista Científica Faesa**, Vitória, ES, v. 12, n. 1, p. 69-74, dez. 2016.

SUAREZ, Marian; *et al.* **Freedom Project**: nonviolent communication and mindfulness training in prison. Washington: Freedom Project, 2014. Disponível em :https://www.researchgate.net/journal/SAGE-Open-2158-2440/publication/288495101_Freedom_Project_Nonviolent_Communication_and_Mindfulness_Training_in_Prison/links/644571512d8ff00363968e8a/Freedom-Project-Nonviolent-Communication-and-Mindfulness-Training-in-Prison.pdf?_tp=eyJjb250ZXh0Ijp7ImZpcnN0UGFnZSI6InB1YmxpY2F0aW9uIiwicGFnZSI6InB1YmxpY2F0aW9uRG93bm9vYXQqIiLCJwcmV2aW91c1BhZ2U0IjwvWjsaWNhdGlviJ9fQ. Acesso em: 11 mar. 2026

VISAKAVIČIŪTĖ, Eglė; BANDZEVIČIENĖ, Rita. Nesmurtinio bendravimo intervencinės programos poveikis programos dalyvių socialinei elgsenai: sisteminės tyrimų analizės apžvalga. **Socialinis darbas (Social Work)**, Vilnius, v. 17, n. 2, p. 126-140, 2019. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/351391662_IMPACT_OF_THE_NONVIOLENT_COMMUNICATION_INTERVENTION_PROGRAM_ON_THE_SOCIAL_BEHAVIOR_OF_THE_PARTICIPANTS_OVERVIEW_OF_THE_SYSTEMIC_RESEARCH_ANALYSIS. Acesso em: 11 mar. 2026