



UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
CENTRO DE COMUNICAÇÃO, TURISMO E ARTES
DEPARTAMENTO DE JORNALISMO
GRADUAÇÃO EM JORNALISMO

REBECA VITÓRIA DE CARVALHO PONTES

RELATÓRIO

**DEPOIS A COMPLICADA SOU EU: UM *PODCAST* SOBRE
COTIDIANO E RELACIONAMENTOS ABUSIVOS**

JOÃO PESSOA
2022

REBECA VITÓRIA DE CARVALHO PONTES

RELATÓRIO

**DEPOIS A COMPLICADA SOU EU: UM *PODCAST* SOBRE
COTIDIANO E RELACIONAMENTOS ABUSIVOS**

Relatório do Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) apresentado à Universidade Federal da Paraíba (UFPB), como requisito parcial necessário à obtenção do grau de Bacharel em Jornalismo.

Orientador(a): Prof^a Dr^a Patrícia Monteiro Cruz Mendes.

JOÃO PESSOA
2022

Catálogo na publicação
Seção de Catalogação e Classificação

P814d Pontes, Rebeca Vitoria de Carvalho.

Depois a Complicada Sou Eu: um podcast sobre cotidiano e relacionamentos abusivos / Rebeca Vitoria de Carvalho Pontes. - João Pessoa, 2022.

40 f. : il.

Orientação: Patrícia Monteiro Cruz Mendes.

TCC (Graduação) - UFPB/CCTA.

1. Jornalismo - TCC. 2. Podcast. 3. Rádio expandido.
4. Crônica jornalística. 5. Relacionamentos. I. Mendes, Patrícia Monteiro Cruz. II. Título.

UFPB/CCTA

CDU 070(043.2)



UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
CENTRO DE COMUNICAÇÃO, TURISMO E ARTES
CURSO DE JORNALISMO

ATA DE APROVAÇÃO

Este trabalho foi submetido à avaliação da Banca Examinadora composta pelos professores abaixo relacionados, como parte dos requisitos necessários à obtenção do título de Bacharel em Jornalismo da Universidade Federal da Paraíba.

Aluno(a): REBECA VITORIA DE CARVALHO PONTES

Título do trabalho: DEPOIS A COMPLICADA SOU EU: UM PODCAST SOBRE COTIDIANO E RELACIONAMENTOS ABUSIVOS

Aprovado em 27 de junho de 2022, com média 10,0

BANCA EXAMINADORA

Professor(a) orientador(a): Patrícia Monteiro Cruz Mendes

Universidade Federal da Paraíba

Setor: Departamento de Jornalismo

Assinatura:

Assinatura manuscrita em azul, que parece ser 'Pmcm'.

Professor(a) examinador(a): Sandra Raquew dos Santos Azevedo

Universidade Federal da Paraíba

Setor: Departamento de Jornalismo

Assinatura:



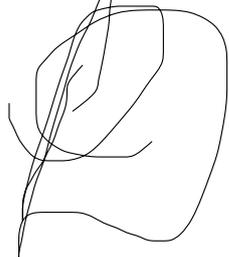
Documento assinado digitalmente
SANDRA RAQUEW DOS SANTOS AZEVEDO
Data: 27/06/2022 20:02:19-0300
Verifique em <https://verificador.itl.br>

Examinador(a) externo: Larissa Natália Da Cunha Pereira Dos Anjos

Instituição: Universidade Federal da Paraíba

Setor: Programa de Pós-Graduação em Jornalismo (PPJ)

Assinatura:

A handwritten signature in black ink, consisting of several overlapping loops and a long, sweeping stroke that extends downwards and to the left.

DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho com todo amor a todas as mulheres que sobreviveram a um relacionamento abusivo. Saibam que sinto orgulho de nossa força e que torço para que nossa voz se una em defesa de tantas outras. Oferto este projeto também para duas mulheres fortes e maravilhosas com quem gostaria de partilhar esta produção e que a todo instante me deram forças lá do céu, minha tia Ana Maria e tia Selma, eu amo vocês para sempre.

AGRADECIMENTOS

Para onde eu iria sem o meu Deus a me acompanhar? Em primeiro lugar, agradeço a Deus que em seu nome e gestos e por meio da Santíssima Virgem e Santa Clara de Assis, jamais me desamparou e me deu forças em cada dia de minha vida. Sem o Bom Senhor e sua presença ao meu lado em cada momento nada disso seria possível, pois em mim carrego a certeza de que tudo é graça de Deus.

Agradeço aos meus pais, Adjamir e Flávia, que com amor, carinho e esforço me ofereceram todo o necessário para que caminhasse não apenas no âmbito pessoal, mas também estudantil e profissional. Obrigada pai, por meu primeiro emprego, que tanto me ensinou! Obrigada mãe, por cada louça lavada enquanto eu estudava e me dedicava a este projeto. Obrigada pelo investimento e confiança em mim, pelo apoio e por me amarem tanto, sendo exemplo de doação, força e coragem. Vocês me inspiram!

Aos meus irmãos, Matheus e Pedro, ofereço todo o meu amor e gratidão. O primeiro por ser meu companheiro de infância e de vida, e o segundo por alegrar cada um dos meus dias e me tornar sempre mais leve e forte. Obrigada pelo colo tranquilo, mesmo que na hora não tenham compreendido. Eu sempre estarei aqui para cuidar e proteger vocês.

À minha vizinha Fátima, uma das mulheres mais incríveis e fortes que conheço e convivo em toda minha vida, aquela que se doa inteiramente pelos que ama e que mesmo com os calos da vida, tem sempre um bom sorriso para cada um de seus netos. Obrigada por ser minha parceira e por entrar em todas as minhas invenções.

Aos meus familiares, agradeço por todo amor e carinho durante toda a vida. Em especial, a minha tia Dani, com seus olhinhos mágicos me ajudando tanto.

A Samuel, meu amor, te agradeço por ter sido guerreiro o suficiente para romper cada uma das minhas barreiras e por ter lutado pelo meu coração. Obrigada por ser o meu amor leve e tranquilo, a melhor companhia para uma pizza e aquele que tem o melhor abraço do mundo. Obrigada pela paciência e cuidado, sobretudo nesses dias em que mexi em dores antigas e profundas e estive tão insegura e impaciente. Você é minha calma depois de tanta tempestade.

Aos meus amigos, em especial Arnon e Letícia, eu nunca poderei ser grata o bastante por todas as vezes em que a mão de vocês me puxou do poço que eu mesma me meti. Obrigada minha pareia por ser meu irmão de vida e minha dupla em tudo. Obrigada minha amiga, por ser o grão de calma em meio a minha loucura.

Agradeço também a Gleyce que sustentou todos os surtos de TCC ao meu lado e não me permitiu desistir e a Madu e Jéssica, que me acompanharam nesta caminhada na UFPB; a Antônio, meu presente da vida que bate tão bem com meus caos e chatices em um match perfeito; Bia; ao meu grupinho Camilla, Amanda, Carina e Kath, que foram e são fundamentais em minha vida; e a todos que me auxiliaram com suas vozes.

Agradeço à minha chefe e amiga Andreia Barros, a Kamyla Mesquita e a todo time Vivass por me introduzirem ao mercado profissional com confiança, competência e respeito.

Agradeço à professora Sandra Raquew, pelos ensinamentos durante o curso e a Larissa Pereira por ser uma profissional referência. Obrigada, a ambas por aceitarem participar da banca de defesa deste trabalho.

Dedico este agradecimento final à minha orientadora e “mãe” na UFPB, Patrícia Monteiro, contando uma história de alguns anos atrás, em 2019, quando cursei a disciplina de Radiojornalismo. Em um determinado dia, esbarrando comigo em frente a coordenação do curso, ela me olhou nos olhos, abraçou e me desmontou com uma simples pergunta “você está bem?”, eu não estava. Neste mesmo dia, Patrícia me apoiou, me deu a mão e fez o possível para que a disciplina tão corrida não terminasse de me devastar. Como fazer este projeto, senão com àquela que me apoiou enquanto todo o caos acontecia? Eu jamais esquecerei daquele abraço, que talvez hoje se faça compreensível. Obrigada pela confiança e apoio, por acreditar em mim e em minha competência e talento.

Quando você tentou me calar
e tirou de mim as palavras
meu corpo virou poesia.
Minhas curvas mudaram.
Hoje sou versos e estrofes,
cicatrices e histórias,
de uma arte que você nunca
realmente conseguiu entender.

Bruna Vieira

RESUMO

Este relatório de Trabalho de Conclusão de Curso foi elaborado a partir da construção de uma série de *podcast* intitulado “Depois a Complicada Sou Eu”, tendo como base teórica, pesquisas em rádio expandido, *podcast* e o formato crônica. O produto sonoro tem como objetivo refletir sobre comportamento e relacionamento abusivo, falando sobre possíveis causas, vivência, traumas e superação, tendo como base diálogos com homens e mulheres que relataram suas histórias. O resultado foi a produção de quatro episódios, de aproximadamente 6 a 8 minutos de duração cada, disponíveis nas plataformas de *podcasts*. Este trabalho destaca a crônica como gênero jornalístico e literário, de teor crítico e opinativo, utilizada para contar histórias da vida cotidiana de forma empática, séria, leve, irônica e divertida, capaz de provocar diferentes emoções. Os episódios do "Depois a Complicada Sou Eu" estão disponíveis no Spotify através do link: <https://open.spotify.com/show/3VnTIKSfDnSim5UdgcwWt>.

Palavras-chave: *podcast*; rádio expandido; crônica jornalística; relacionamentos

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	9
2. <i>PODCAST</i>: UM FORMATO EXPANDIDO PARA TODOS OS GOSTOS	11
2.1 <i>Podcast</i> Narrativo: um produto do rádio expandido	12
3. CRÔNICA E JORNALISMO	15
3.1 Relacionamentos em formato de crônica.....	17
4. RELATÓRIO DE PRODUÇÃO	20
4.1 Pré-produção	20
4.2 Produção.....	21
4.3 Pós-produção	22
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	23
REFERÊNCIAS.....	24
APÊNDICES	25

1. INTRODUÇÃO

Revistas adolescentes, como *Capricho* (Editora Abril), *Atrevida* (Editora Escala) e *Yes Teen* (Editora Online), certamente marcaram o cotidiano de garotas nascidas entre o século XX e começo do XXI. Elas possivelmente tiveram suas primeiras paixões baseadas em reportagens repletas de relatos sobre o sonho de alcançar o ídolo ou o passo a passo de como dar o primeiro beijo, lidar com a menstruação, e tantas outras situações marcantes da adolescência. Nas revistas voltadas ao público adolescente, especialmente mulheres, algumas das colunas mais consumidas eram de conselhos amorosos, signos e dúvidas com a ginecologista, assim grande parte das meninas da época cresceram com o auxílio destas amigas. O Jornalismo feminino, das revistas de moda e de fofocas, também sempre foi destaque nas bancas de revistas e livrarias.

Com o passar dos anos o consumo de conteúdo feminino se adaptou e passou a adequar-se aos meios de comunicação disponíveis. Entre os destaques, estão a produção de materiais sobre relacionamentos por meio das redes sociais, que incluem postagens, cursos, mentorias, e-books, terapias, produções audiovisuais e sonoras. Seguindo esta tendência, o objetivo deste trabalho é dissertar sobre relacionamentos com ênfase em relacionamento abusivo, através de um *podcast* produzido no formato de crônicas. Para tanto, fez-se necessário a utilização de referencial teórico de rádio expandido, *podcast*, jornalismo literário e crônicas.

A escolha do tema, representado pelo título “Depois a Complicada Sou Eu”, aconteceu motivada por histórias autorais e relatos de amigos e conhecidos acerca de relacionamentos amorosos que marcaram negativamente e se excederam em abusos. Nos episódios, de forma simples, será tratado o relacionamento abusivo dividido em cinco fases: paixões platônicas, entrada, permanência e saída da relação, e dois episódios bônus que remetem a superação. O título escolhido e o desenvolvimento dos episódios buscam de forma irônica apontar as razões pelas quais “a complicada não sou eu”, fazendo referência a acusações frequentes de abusadores de que a culpa seria de complicações da vítima. Exemplos disso podem ser encontrados em matérias de portais, como por exemplo “Entenda o ciclo do relacionamento abusivo”, veiculado no G1, em maio deste ano¹, nela, são citados exemplos de comportamentos repetitivos de abusadores que se apresentam de maneira semelhante em diversos casos.

O meio de divulgação dessas produções jornalísticas-literárias é o *podcast*, por se tratar de formato que cresce de maneira acelerada no país. Segundo dados da abPod (Associação

¹ Entenda o ciclo do relacionamento abusivo. Disponível em: <https://g1.globo.com/dia-das-mulheres/noticia/2022/03/06/entenda-o-ciclo-do-relacionamento-abusivo.ghtml>. Acesso em: 30 maio 2022, 00:47.

Brasileira de *Podcasters*), na “Podpesquisa” 2020-2021², estima-se que existam até 34,6 milhões de ouvintes no Brasil. Em 2019, este número era de apenas cerca de 17,3 milhões. Ou seja, o consumo de *podcasts* dobrou nos últimos dois anos. Para alguns estudiosos, este aumento tem relação também com a pandemia de covid-19 e o distanciamento social que tornou o rádio e o *podcast* em companheiros.

Para falar sobre este assunto o formato escolhido para o *podcast* é a crônica, gênero híbrido que une jornalismo e literatura, possibilitando o tratamento de assuntos reais e cotidianos de maneira mais livre, com opiniões da autora, ironias, críticas e informalidades, algo característico do *podcast*. A escolha do gênero também é resultado da pesquisa de campo que revelou que boa parte das vítimas não se sentiam confortáveis em dar entrevistas sobre o assunto e conseqüentemente preferiam apenas uma conversa informal.

Neste relatório explicarei de maneira mais detalhada a escolha do *podcast* como veículo de comunicação em ascensão, que tem alcançado um grande público, que segundo Krischinhevsky (2020) atualmente configura uma audiência superior aos demais conteúdos sonoros propagados via antena, pelos programas de emissoras AM/FM. Para a realização deste produto foram realizadas pesquisas em rádio expandido e *podcast*, com autores como Luiz Artur Ferrareto (2014), Mia Lindgren (2020), Rosalind Coward (2013) que serão apresentados no próximo capítulo. Em seguida, falaremos sobre a escolha do formato utilizado na produção sonora, crônica, utilizando bibliografias de Marcelo Bulhões (2007) e Alceu Amoroso Lima (1969) sobre o gênero e o jornalismo literário. Em seguida, será apresentado o passo a passo de produção do *podcast* “Depois a Complicada Sou Eu” e, por fim, das considerações finais desta pesquisa.

² Podpesquisa 2020-2021. Disponível em: https://abpod.org/wp-content/uploads/2021/10/Podpesquisa-Produtor-2020-2021_Abpod-Resultado-ATUALIZADO.pdf. Acesso em: 19 maio 2022, 1:22.

2. **PODCAST: UM FORMATO EXPANDIDO PARA TODOS OS GOSTOS**

Um meio dinâmico, rápido e companheiro do ouvinte, é assim que muitos pesquisadores definem o rádio, a exemplo de Luiz Artur Ferrareto, autor do livro “Rádio: Teoria e Prática”. Para ele o rádio é “um instrumento de diálogo, atento às demandas do público e cioso por dizer o que as pessoas necessitam e desejam ouvir em seu dia a dia” (FERRARETO, 2014, p.15) que se manifesta de maneira objetiva e direta. Diante da agilidade dos tempos atuais, utilizar-se de meios de consumo de conteúdo com dispersão acelerada tornou-se prioridade para o público consumidor de notícias, que em meio a uma rotina frenética deseja se manter informado. Neste cenário o rádio funciona como veículo de comunicação fundamental, por possibilitar ao ouvinte a realização de múltiplas tarefas enquanto consome um conteúdo.

Com os avanços da tecnologia, mais precisamente da internet, o acesso a notícias passou a ser algo ainda mais difundido e o conteúdo que antes poderia ser consumido uma única vez passou a permanecer disponível de forma on-line, permitindo várias visualizações e também o download. Diferentemente de alguns anos atrás, re-escutar, re-assistir ou reler um conteúdo jornalístico tornou-se algo cotidiano, prático e encontrado em poucos cliques. E é a partir desta realidade que o *podcast* tem se difundido a cada dia mais como importante ferramenta digital jornalística. Para Kischinhevsky,

Essa intrigante modalidade radiofônica sob demanda e assíncrona foi objeto de diferentes abordagens, sempre oscilando entre seu potencial emancipatório, de empoderamento das audiências e dos grupos sem acesso prévio aos meios de comunicação, e seu impacto mercadológico, de reconfiguração da mídia sonora ou especificamente do radiojornalismo. (KISCHINHEVSKY, 2020, p. 8)

Ainda que reconhecido por seu potencial comunicativo, a liberdade autorizada pelos meios digitais e a ausência ou pequena quantidade de regras que regem os *podcasts* foi responsável pela resistência de muitos pesquisadores, no passado, em aceitar o *podcast* como uma ferramenta pertencente ao rádio. Atualmente esta ideia já foi superada e o *podcast* tem sido compreendido como um formato radiofônico no ambiente digital. Para Ferrareto, o *podcast*, como expressão do rádio expandido, consiste na “ampliação do entendimento do rádio para além das emissões eletromagnéticas, abarcando ou se aproximando de novas manifestações sonoras associadas à internet” (FERRARETO, 2014, p.3-4), o que representa uma modernização do já conhecido e tradicional meio de comunicação.

Krischinhevsky (2020) aponta que atualmente os conteúdos vinculados nos *podcasts* possuem audiência superior aos propagados via antena, pelos programas de emissoras AM/FM. A popularização dos *podcasts* no Brasil, ainda que recente, acontece de maneira acelerada,

como apresentam os dados da abPod (Associação Brasileira de *Podcasters*), na “Podpesquisa” 2020-2021³, que estima a existência de até 34,6 milhões de ouvintes no Brasil. Em 2019, este número era de apenas cerca de 17,3 milhões. Ou seja, acredita-se que o consumo de *podcasts* dobrou nos últimos dois anos. Sendo assim,

O *podcasting*, que antes parecia um espaço privilegiado para uma comunicação de nicho ou para uma micromídia pessoal agora assume caráter cada vez mais massivo, parte da trilha sonora cotidiana, na esteira da expansão de um novo ecossistema midiático, que passa pela universalização da telefonia móvel, pelos novos hábitos de escuta, pelas novas possibilidades de financiamento e pela experimentação de formatos e linguagens em áudio, antes limitada no rádio AM/FM. (KISCHINHEVSKY, 2020, p. 9)

A justificativa destes resultados, deve-se, sobretudo, à popularização dos conteúdos entre diferentes públicos e classes sociais e pela adesão de veículos jornalísticos já consagrados à ferramenta. “O *podcasting* ganha renovado interesse no Brasil depois que grandes grupos de comunicação como Globo e Folha passaram a investir fortemente em *podcasts* jornalísticos, sobretudo a partir de 2019” (KISCHINHEVSKY, 2020, p.8).

Ferrareto explica alguns dos gêneros utilizados para as produções sonoras. Estas classificações atuam da mesma forma que no jornalismo convencional, enfatizando diferentes estilos comunicacionais e propósitos. Entre eles, iremos nos ater às produções opinativas, que, segundo o autor, se dividem em três pontos de produção: introdução e posicionamento do autor, que atua situando o ouvinte ao tema; argumentos; e conclusões e observações finais, que não obrigatoriamente apresentam de fato um fechamento, mas a adição de uma nova ideia amparada por argumentos anteriores. “Vale, inclusive, um pouco mais de liberdade na repetição de palavras e estruturas, tudo usado no reforço da ideia expressa” (FERRARETO, 2014, p. 189).

A seguir, abordamos o recorte utilizado para o *podcast* que resultou deste trabalho de conclusão de curso.

2.1 Podcast Narrativo: um produto do rádio expandido

No Jornalismo ou na Literatura, existem várias formas de contar uma história e é partindo deste princípio que também se caracterizam os variados gêneros no jornalismo. Escolher por um estilo textual representa ao jornalista a análise de alguns pontos fundamentais: o público alvo, a mensagem que deseja ser transmitida, os possíveis impactos – empatia,

³ Podpesquisa 2020-2021. Disponível em: https://abpod.org/wp-content/uploads/2021/10/Podpesquisa-Produtor-2020-2021_Abpod-Resultado-ATUALIZADO.pdf. Acesso em: 19 maio 2022, 1:22.

comoção, revolta, ensinamentos e entre outros – e quais meios serão utilizados para alcançar este público.

Dentre alguns dos principais gêneros utilizados em *podcasts* está a crônica, que, segundo Ferrareto, “deixa de lado o rigor formal e permite ao cronista pairar sobre o assunto” (FERRARETO, 2014, p.188). Para ele, a escolha do gênero permite o acesso a um meio-termo entre jornalismo e literatura, e no caso dos rádios ele denuncia uma espécie de “contaminação” da reportagem pela crônica, apresentada principalmente no segmento esportivo, ao opinar sobre o desempenho de atletas, e por meio dos correspondentes internacionais, que, além de transmitirem informações, também partilham experiências de um outro lugar. De modo geral:

A crônica, parte-se da ideia de que todo problema possui causas, consequências e possíveis soluções. Permite, ainda, a utilização de figuras de estilo, como comparações, jogos de palavras, antíteses, exclamações, interrogações, ironia... Certo senso comum dos profissionais mais experientes desaconselha, de modo geral, a personalização do comentário ou da crítica com o uso da primeira pessoa do singular ou do plural. Esta fica reservada aos grandes formadores de opinião, cuja trajetória no meio conquistou o direito a expor grau considerável de personalidade ao microfone e, em realidade, garante audiência ao profissional. (FERRARETO, 2014, p, 188).

Porém, a utilização de um ambiente jornalístico mais “livre”, como o *podcast*, permite a escolha de uma comunicação opinativa onde o interlocutor tem papel fundamental nas histórias narradas e é inclusive personagem delas.

Para Lindgren (2020), o crescimento do jornalismo pessoal e subjetivo é apresentado em duas formas: quando os jornalistas participam da história e compartilham suas experiências; e quando adotam um meio de contação de histórias para desenvolverem o seu jornalismo, enfatizando as experiências pessoais daqueles que são os sujeitos da história.

À medida que o rádio envolve a imaginação, tem potencial para criar uma relação exclusivamente pessoal entre ouvinte e conteúdo. A voz é a chave íntima para os corações da audiência. Ao ouvir experiências pessoais detalhadas dos “outros”, o ouvinte se conecta com as pessoas com quem compartilha as histórias. Os ouvintes sentem que conhecem as pessoas falando nos programas de rádio, tanto os jornalistas quanto os entrevistados. Ouvir *podcasts* com fones de ouvido enfatiza ainda mais a experiência do indivíduo de estar ouvindo uma conversa entre amigos. (LINDGREN, 2020, p. 118).

Lindgren explica que ao escutar um relato pessoal o ouvinte passa a identificar-se com a dor do outro e dessa forma une suas próprias experiências, com os relatos alheios. “Isso é [a identificação e comoção do ouvinte com as histórias] relevante para entendermos como a narrativa pessoal está impulsionando o atual ressurgimento no rádio e no áudio” (LINDGREN, 2020, p.119). A autora reforça que as narrativas pessoais, no formato sonoro, são privilegiadas pelo som e voz humana que conferem sentimento e vida ao texto.

A autora reúne dez critérios fundamentais em um jornalismo narrativo pessoal, são eles: força de narração, engajamento com o público, originalidade, pesquisa e reportagem, complexidade da história e da forma, emotividade e empatia, qualidade técnica e artística, produção ética, benefício público e impacto. Para Lindgren “a contação de histórias pessoais em áudio é um gênero emergente e popular no *podcasting*” (LINDGREN, 2020, p. 132).

Para Coward (2013), o “jornalismo confessional ou jornalismo pessoal” é possivelmente o campo da comunicação de maior crescimento. Este fenômeno, em partes, é associado ao New Journalism de 1960 até a ascensão dos periódicos em 1980 e os blogs contemporâneos. A autora acredita em um tipo de admiração da mídia e do público consumidor por experiências da vida real.

O jornalismo convencional espreita por aqui. Autenticidade - facticidade - não é mais suficiente, o público quer conhecer a pessoa e ver suas reações aos eventos, mas esse jornalismo confessional precisa de autenticação recíproca. Em uma cultura ávida por experiência real, por intimidade pessoal, auto-revelação, os valores profissionais do jornalismo parecem garantir autenticidade. (COWARD, 2013, p.88).

Desta forma o jornalismo narrativo-literário não apenas aproxima o público de temas relevantes, mas o envolve e cativa de maneira curiosa e empática. Buscar identificação em histórias é uma necessidade para muitos ouvintes. Abrir-se a este tipo de diálogo jornalista-público pode ser considerado um meio efetivo de conversar sobre assuntos relevantes, mantendo a atenção e a curiosidade dos ouvintes, contribuindo também para suprir os desejos de reconhecimento e aproximação.

3. CRÔNICA E JORNALISMO

O Jornalismo pode se apresentar de várias formas, ainda que a mais convencional envolva notícias objetivas, elementos factuais e um lead, identificado pelas perguntas: ‘O quê? Quem? Como? Quando? Onde? Por quê?’. Mas, acima de tudo, o Jornalismo consiste no processo de contar histórias cotidianas, vinculadas à realidade, e é neste ponto, que ele consegue convergir com a Literatura. É o que ocorre, por exemplo, nas crônicas que, enquanto gênero híbrido, percorre as duas categorias, sem excluir nenhuma delas, dando espaço a um pouco de opinião, ironia e irreverência aos jornais.

Segundo alguns registros da história do Brasil, a primeira crônica escrita foi em 1500 por Pero Vaz de Caminha, escrivão que veio às Américas na frota colonizadora de Pedro Álvares Cabral. Nela, o encarregado se dirigia ao rei Dom Manuel I (1469-1521) e descrevia o primeiro contato dos portugueses com os nativos. Na produção descritiva, o autor se apresentava repleto de estranhamento e contava sobre o que pôde contemplar, desde o ambiente, às pessoas, suas características, e alguns hábitos culturais.

E tanto que ele começou a ir-se para lá, acudiram pela praia homens aos dois e aos três, de maneira que, quando o batel chegou à boca do rio, já lá estavam dezoito ou vinte. Pardos, nus, sem coisa alguma que lhes cobrisse suas vergonhas. Traziam arcos nas mãos, e suas setas. Vinham todos rijamente em direção ao batel. (CAMINHA, 1500).

Neste primeiro registro já é possível perceber elementos que distinguem a crônica de um gênero exclusivamente literário devido ao conteúdo repleto de informações, sendo esse um dos papéis essenciais do Jornalismo, comunicar fatos e levar notícias para a população. Porém, ainda que faça parte dos gêneros jornalísticos, este, em especial, não se apega à objetividade e exatidão da informação, mas conta com um autor de opinião mais forte e com maior liberdade para adotar diferentes tons e pontos de vista, a depender do propósito da produção. A crônica pode aparecer de forma mais íntima – como uma conversa entre amigos –, irônica, humorística, argumentativa e crítica.

No geral, sendo apresentada em primeira pessoa, a crônica aparece de forma sutil como em uma conversa direta com o público, o que a destaca em meio aos jornais e revistas, por se tratar de um texto com características diferentes, mas, ainda assim, tratando de acontecimentos da vida cotidiana. Entre os *podcasts*, por exemplo, se destaca uma linguagem mais informal e pessoal, buscando uma interação profunda com os ouvintes que funcionam como participantes das produções, por meio de uma linguagem direcionada e de fácil interpretação.

Para Marcelo Bulhões, doutor em Literatura Brasileira e autor do livro “Jornalismo e literatura em convergência”, existe um tipo de abismo ontológico entre os dois tipos de texto. “De modo provocativo, pode-se dizer que o jornalismo possui uma natureza presunçosa. Definindo-se historicamente como atividade que apura acontecimentos e difunde informações da atualidade, ele buscaria captar o movimento da própria vida”, (BULHÕES, 2007, p.11). Por este lado, segundo o autor, o jornalista se aproxima mais de um historiador do que de um escritor literário, pois, ele busca dar “testemunho do real” com uma quase presunção de acreditar-se digno de credibilidade.

O autor argumenta que a Literatura se encontra presa a uma realidade do que poderia ter sido, mas não foi. Ou seja, ela não tem interesse em alcançar uma verdade factual – algo que realmente aconteceu – mas uma verdade simbólica, e sem necessidade de certificação de veracidade. Entretanto, ainda que aponte divergências, o autor encontra um ponto de convergência no que diz respeito à narratividade.

Produzir textos narrativos, ou seja, que contam uma sequência de eventos que se sucedem no tempo, é algo que inclui tanto a vivência literária quanto a jornalística. E a narratividade possui conexão estreita com a temporalidade, o que significa dizer que se contam eventos reveladores da passagem de um estado a outro. Além disso, é bom não perder de vista que a narratividade está intimamente vinculada à necessidade humana de conhecimento e revelação do mundo ou da realidade. (BULHÕES, 2007, p. 40).

Já Alceu Amoroso Lima, crítico literário e autor de “O jornalismo como gênero literário”, atenta os jornalistas sobre a importância de não cair no comodismo e prender-se em textos fáceis, engessados e repleto de sensacionalismo. Segundo ele, o tempo acaba por ser o inimigo dos jornalistas, pois à medida que ele corre, as notícias perdem o poder e se tornam desimportantes, e a partir daí a pressa nas redações faz com que o Jornalismo perca o poder de reação e passe a se acomodar nos fatos escolhendo o caminho mais fácil e perdendo a sensibilidade.

Desta forma, abrir-se a uma maneira leve e empática de informar pode ser uma escolha sensível e cuidadosa de lidar com os fatos e prender a atenção das pessoas.

Se o estilo comum do jornalismo exige certas condições intrínsecas e rigorosas, já o estilo próprio admite, como sempre, a máxima liberdade. Preenchidas as condições comuns - precisão, concisão, clareza, cultura - então a liberdade, em vez de ser condicionada pelo gênero, é uma exigência dele mesmo e da condição do próprio jornalista, que é um artista como qualquer outro. (LIMA, 1969, p. 59).

Tendo como base este referencial teórico, o *podcast* “Depois a Complicada Sou Eu”, utiliza-se do gênero jornalístico-literário “crônica” como meio de comunicar e prestar informações às ouvintes sobre um assunto que precisa de atenção e destaque na sociedade: os relacionamentos abusivos. Considerando que por meio da crônica é possível informar de forma

sensível e empática e, e ao mesmo tempo, se posicionar diante de histórias e acontecimentos, utilizamos este gênero com o intuito de buscar mais proximidade com o público e contribuir, de alguma forma, para o debate dessa temática em nossa sociedade.

3.1 Relacionamentos em formato de crônica

Utilizar-se da crônica para falar sobre relacionamentos amorosos, comportamento e amor próprio é algo fortemente popularizado. Fato notável pela intensa procura e oferta de conteúdos da área, não apenas no setor literário, mas também na produção de conteúdos online. Acreditamos que nos últimos anos o número de cronistas que abordam o assunto nas redes sociais cresceu e conseqüentemente auxiliou na popularização do gênero no Brasil. Há quem acredite que as crônicas têm ganhado visibilidade por se tratarem de textos curtos e de leitura rápida, de toda forma, as mídias sociais tiveram papel fundamental na difusão destas produções.

Dentre alguns nomes que abordam o gênero na atualidade é possível citar escritores como: Ryane Leão, autora de “Tudo nela brilha e queima” e “Jamais peço desculpas por me derramar”; Zack Magiezi, autor de “Notas sobre ela”, “Estranherismos”, “Para o amor que vai chegar” e “Textos que ficaram quando você partiu”; Bruna Vieira, autora de “Meu corpo virou poesia”; Iandê Albuquerque, autor de “Para todas as pessoas intensas”, “Para todas as pessoas resilientes” e “Para todas as pessoas apaixonantes”; Igor Pires, autor de “Textos cruéis demais para serem lidos rapidamente”, “Textos cruéis demais para serem lidos rapidamente onde dorme o amor”, “Textos cruéis demais para serem lidos rapidamente o fim em doses homeopáticas” e “Todas as coisas que eu te escreveria se pudesse”.

Há ainda, alguns jornalistas que produzem conteúdos de crônicas como Martha Medeiros, em “Paixão crônica”; Júlia Faria em “Para as solteiras com amor” e Júlio Hemann com “Tudo que acontece aqui dentro” e “Até onde o amor alcança”.

Para Júlio Hemann, jornalista e escritor, que em 2018 me concedeu uma entrevista, “escrever sobre sentimentos é, primeiramente, como rasgar o próprio peito. Pois, poucas coisas na vida são tão importantes quanto a história que nos constitui”. O autor lançou seus dois primeiros livros ainda na faculdade e contou que desde o princípio falar sobre sentimentos sempre foi algo importante para ele.

Alguns cronistas como Iandê Albuquerque⁴, Igor Pires⁵ e Bruna Vieira⁶ também são *podcasters*. A jornalista Jout Jout (Júlia Tolezano), também aborda em seu *podcast*, “Jout Jout de Saia” o assunto e de maneira crítica e direta, o que lhe tornou por muito tempo uma referência enquanto voz feminina, comentando assuntos importantes, associados a relacionamentos e a mulher, de modo geral, em primeiro lugar no Youtube⁷, e hoje em sua coluna. Ela é cronista do Saia Justa⁸, do canal GNT, pertencente ao grupo Globo.

A cronista, ganhou destaque por seu pensamento forte e por alguns anos conversou com inúmeras mulheres por meio do Youtube onde reúne ainda hoje 2,46 milhões de inscritos, ainda que há mais de dois anos não tenha realizado nenhuma publicação nas redes⁹, com exceção do *podcast*. Ela é considerada uma das celebridades brasileiras mais influentes, segundo a pesquisa The Most Influential Celebrities, da Ipsos, edição 2022¹⁰. O estudo reuniu 200 celebridades e entrevistou mais de 2mil entrevistas online. Dentre as mulheres apontadas, Jout Jout ocupa a quarta colocação, ficando atrás apenas de Gisele Bündchen, Iza e Nathalia Arcuri, respectivamente. Segundo o relatório, a jornalista foi considerada autêntica, inteligente, bem-humorada, confiável, humilde e defensora dos direitos das mulheres.

Segundo a Revista Época, Jout Jout, tornou-se cronista de uma geração¹¹ por falar da vida de forma clara e leve, o que conferiu a ela notoriedade e popularidade. Ela contou que a divulgação de suas produções autorais surgiu como forma de vencer o medo de críticas e acabou conquistando o público defendendo bandeiras femininas. Ela afirmou não entender o sucesso, mas que considera ter sido determinante falar das “coisas da vida” de forma leve e clara.

Considero que falar sobre relacionamentos em crônicas, principalmente sobre aqueles que de forma negativa deixam marcas profundas é uma importante ferramenta de conscientizar

⁴ Spotify: Para Todas as Pessoas Intensas. Disponível em:

<https://open.spotify.com/show/26CQreyfcxSmZEX14hhCPp>. Acesso em: 06 jun. 2022, 00:37.

⁵ Spotify: Podcast Cruel Demais. Disponível em: <https://open.spotify.com/show/1ia18t95tdi0YAiMgaaESp>. Acesso em: 06 jun. 2022, 00:40.

⁶ Spotify: Depois dos Quinze. Disponível em: <https://open.spotify.com/show/2EFPzk0g09dpP8IV8Z9BoJ>. Acesso em: 06 jun. 2022, 00:42.

⁷ Youtube: Jout Jout Prazer. Disponível em: <https://www.youtube.com/c/joutjout>. Acesso em: 06 jun. 2022, 11:20.

⁸ Spotify: Jout Jout de Saia. Disponível em: https://open.spotify.com/playlist/3ux0Xi5En2j3FNzyUB0RVQ_. Acesso em: 06 jun. 2022, 00:50.

⁹ Por onde anda Jout Jout? Youtuber longe das redes há dois anos. Disponível em: <https://br.vida-estilo.yahoo.com/por-onde-anda-jout-jout-youtuber-longe-das-redes-ha-dois-anos-172904381.html>. Acesso em: 06 jun. 2022, 14:40.

¹⁰ Quem são as celebridades brasileiras mais influentes. Disponível em: <https://www.meioemensagem.com.br/home/midia/2022/06/06/quem-sao-as-celebridades-brasileiras-mais-influentes.html>. Acesso em: 06 jun. 2022, 14h43.

¹¹ Jout Jout, a Youtuber e ex-tímida que virou cronista de uma geração. Disponível em: <https://epoca.oglobo.globo.com/vida/noticia/2016/06/jout-jout-youtuber-e-ex-timida-que-vice-cronista-de-uma-geracao.html>. Acesso em: 06 jun. 2022, 14:40.

aos ouvintes sobre os danos que podem ser causados e sobre sinais de alertas. Ainda que os relatos sejam de casos sutis, estes representam sinais de uma parcela da sociedade que se encontra presa em relacionamentos abusivos e que muitas vezes passa a se defender apenas após acontecimentos mais graves, como o caso que ganhou destaque em maio deste ano, da jovem que teve o rosto tatuado com o nome do ex-namorado de maneira forçada¹².

Segundo a psicóloga norte-americana Lenore E. Walker, existe uma espécie de ciclo do relacionamento abusivo¹³, onde os agressores costumam seguir um certo tipo de padrão de comportamento. Para concluir este estudo, ela entrevistou cerca de 1500 vítimas de violência doméstica em 1970. A pesquisadora descreveu o ciclo desta forma: construção de tensões, que incluem o isolamento da mulher, ofensas verbais, humilhações e controle do comportamento; explosão da violência, com agressões físicas, violência patrimonial, moral, sexual ou psicológica; e lua de mel, onde o agressor pede perdão, faz promessas e esforça-se pela reconciliação e reconstrução do vínculo. Também se fala frequentemente sobre as ações que se repetem entre os agressores¹⁴ e a necessidade de conscientização.

¹² ‘Me sinto livre’, diz jovem ao iniciar a remoção de tatuagem feita no rosto pelo ex-namorado. Disponível em: <https://g1.globo.com/sp/vale-do-paraiba-regiao/noticia/2022/05/27/me-sinto-livre-diz-jovem-ao-remover-tatuagem-feita-no-rosto-pelo-ex-namorado.ghtml>. Acesso em: 06 jun. 2022, 15:02.

¹³ Entenda o ciclo do relacionamento abusivo. Disponível em: <https://g1.globo.com/dia-das-mulheres/noticia/2022/03/06/entenda-o-ciclo-do-relacionamento-abusivo.ghtml>. Acesso em: 30 maio 2022, 00:47.

¹⁴ Quais comportamentos se repetem em todo relacionamento abusivo? G1 explica. Disponível em: <https://g1.globo.com/g1-explica/noticia/2022/03/12/quais-comportamentos-se-repetem-em-todo-relacionamento-abusivo-g1-explica.ghtml>. Acesso em: 06 jun. 2022, 15:12.

4. RELATÓRIO DE PRODUÇÃO

Este projeto é resultado de uma pesquisa qualitativa e descritiva, onde foram realizadas entrevistas com vítimas de relacionamentos abusivos. Para a produção do *podcast* foram utilizadas como inspiração conversas com amigas e conhecidas sobre os assuntos, leitura de livros de crônicas, consumo de *podcasts* deste estilo e a partilha de vivências pessoais. Neste capítulo abordarei o passo a passo da produção, elencando as pesquisas de fontes que foram realizadas, as principais inspirações para o trabalho e o processo de pré-produção à pós-produção.

4.1 Pré-produção

Em minha primeira conversa com a professora Patrícia Monteiro, responsável pela orientação deste projeto, ainda não havia conseguido decidir de maneira objetiva qual formato de *podcast* iria utilizar. Esta decisão só tomou forma a partir do momento em que iniciei a produção, ainda que a princípio de maneira livre e sem definição concreta do formato. Em um primeiro momento realizei uma pesquisa de campo viabilizada pelo meu Instagram pessoal, no formato enquetes, onde pude conhecer e conversar com várias pessoas sobre suas experiências com relacionamento abusivo.

Para nortear estas entrevistas, iniciei com algumas perguntas básicas, a primeira foi sobre o conhecimento com relação ao assunto, dentre os entrevistados 47% afirmaram já ter vivido um relacionamento abusivo; 57% contaram nunca terem estado em um, mas conhecerem alguém que já esteve; e 6% relataram já terem sido abusivos com alguém. Esta amostra contou com 54 entrevistados dos quais 79% eram mulheres.

A partir destas primeiras perguntas iniciei com uma conversa individual com aqueles que se dispuseram a ser entrevistados, dentre eles, boa parte não se sentia confortável para falar abertamente sobre o assunto ou gravar alguma fala. Os motivos eram muitos, entre eles vergonha, medo de alguém conhecido ouvir ou do julgamento, gatilhos relacionados à ansiedade, ou por não se considerarem prontos para falar sobre o assunto. A partir deste ponto optei por um formato que me permitisse abordar o tema sem a presença de entrevistas e que me permitisse ser empática e de fato conversar com os ouvintes de maneira mais opinativa. A narração de todos os episódios acontece em primeira pessoa e com ênfase em sentimentos, buscando dar voz aos relatos ouvidos.

Ao informar para a professora sobre minha decisão fui incentivada a evoluir no projeto desta forma, porém deveria buscar embasamento teórico, bem como informações jornalísticas, para que o meu texto caminhasse por uma linguagem literária e ainda assim permanecer jornalístico, focado na transmissão de informações úteis, vinculadas ao cotidiano, e com interesse público.

Já a escolha do tema se deu em primeiro lugar por razões pessoais, devido ao fato de já ter vivido um relacionamento abusivo e ter sentido angústias causadas pela manipulação. Na ocasião, senti muito medo de falar sobre o assunto e mentia para boa parte das pessoas que faziam parte do meu convívio como forma de evitar preocupá-las ou causar transtornos àquele com quem estava me relacionando.

Depois de muito tempo calada, passei a me abrir com pessoas de confiança e falar sobre o assunto acabou se tornando um remédio necessário, por mais dolorido que fosse. Ler relatos de mulheres que já haviam passado por situações semelhantes me fez criar forças para resistir e me reconstruir, bem como conversar com uma amiga, que hoje é advogada, me fez entender que havia seriedade nos meus relatos e que eles não se tratavam de uma mera ilusão, que eu havia sido abusada de maneira moral, psicológica e sexual. Tocar naquilo que tanto me feriu para ajudar outras pessoas tornou-se minha motivação. E compreendo que o jornalismo cumpre esse papel social, de trazer relatos da vida real, contribuindo para a informação e a tomada de decisão.

4.2 Produção

Para o processo de produção foi fundamental o estudo e leitura de cronistas que abordavam o tema relacionamentos, bem como o consumo de *podcasts* na área, como o “Jout Jout de Saia” e o “Para todas as pessoas intensas”, além da leitura de produções jornalísticas que falavam sobre relacionamentos abusivos. A produção do *podcast* transcorreu de forma tranquila e individual, pois as pesquisas que foram realizadas via Whatsapp e Instagram aconteceram de forma informal. Elas também não foram utilizadas de maneira direta no *podcast*, o que encurtou o processo de execução.

Neste momento, me dediquei à criação da capa do *podcast*, que busca ser descontraída e convidativa. Também articulei meios de divulgação para o produto que posteriormente seria anunciado em minhas redes sociais. E iniciei a produção do roteiro dos quatro episódios oficiais e dos outros dois episódios bônus.

4.3 Pós-produção

Para a gravação do *podcast* utilizei o meu celular e optei pelo turno da madrugada visando a diminuição dos barulhos da minha casa e vizinhança. As gravações aconteceram em três dias 6, 7 e 8 de junho e duraram cerca de duas horas a cada dia.

Já a vinheta foi construída em parceria com amigos e conhecidos, a ideia era reunir acusações que muitas das vítimas de relacionamento abusivo já escutaram. Para a execução dela reuni falas de Carina Lins, Arnon Gadelha, Ana Beatriz Bezerra, Eric Santos, Kath Lacerda, Pablo da Cunha Lima, Gleyce Marques e Maria Eduarda Camilo e uma trilha disponibilizada gratuitamente (Uptown by Independent Music Licensing Collective - IMLC).

Para a edição dos episódios utilizei apenas o aplicativo Audacity. O processo de edição se deu nos dois dias que seguiram as gravações e baseou-se na proposta de poucos ajustes no som com o intuito de causar aproximação com as ouvintes, como uma conversa entre amigas. A edição mais pura realizou pouca modificação no áudio e visou apenas unir as partes – trilha, crônica e créditos – de maneira delicada e moderna.

Ao todo foram construídos seis episódios, sendo quatro principais e dois bônus com menor duração. São eles: E viveram felizes para sempre... (6 minutos), Seria ele o príncipe? (6 minutos), O príncipe na verdade é um sapo (8 minutos), Largando e superando o sapo (6 minutos), Você me perdeu (2 minutos) e Para a mulher que vejo no espelho e para tantas outras (2 minutos).

A identidade visual do *podcast* e as capas – oficial e dos episódios – foram desenvolvidas por mim no site Canva. O Depois a Complicada Sou Eu, está disponível no Spotify através da plataforma Anchor.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este relatório busca apresentar o processo criativo e prático da produção de um *podcast*, “Depois a Complicada Sou Eu”, relacionando a prática literária com o jornalismo. A proposta trazida pela produção sonora tem como objetivo caminhar de forma livre pela crônica jornalística, adentrando também o universo da literatura e desenvolver por meio do uso do jornalismo narrativo pessoal um produto conscientizador e apoiador de mulheres.

Desta forma, com a liberdade de opinião própria da crônica, a possibilidade de uma narrativa conversada e a ausência de entrevistas gravadas, sendo as fontes utilizadas apenas para a captação de informações e a construção das produções. O formato escolhido está firmado na crônica enquanto propagadora de discursos significativos, que a torna impactante no aspecto literário e fundamental no quesito comunicativo e jornalístico.

Quanto à escolha do tema abordado no *podcast*, se deu por meio de vivências pessoais e relatos interpessoais, sobre abusos sofridos em relacionamentos. A ideia central deste trabalho de conclusão de curso não foi abordar casos de feminicídios e demais crimes de maior gravidade, nem tampouco fazer uma pesquisa de gênero, o que pode ser feito em trabalhos posteriores.

A utilização do *podcast* para propagação destas produções foi assertiva por se tratar de um veículo em expansão, popular e de rápida difusão. Além de realizar o papel de “amigo” e fazer companhia ao ouvinte e tocá-lo no quesito empatia, emoção e entretenimento. E como dito por pesquisadores de rádio e *podcast* que atravessam esta pesquisa, “o futuro da comunicação está no áudio”. Por isso, este TCC cumpriu o objetivo de trazer à tona pequenos abusos e refletir, por meio deles, sobre a necessidade de falar de relacionamentos abusivos, como uma das primeiras etapas de casos com maior seriedade, como o feminicídio, ameaças de morte e agressões físicas.

REFERÊNCIAS

- BULHÕES, Marcelo. **Jornalismo e literatura em convergência**. São Paulo: Ática, 2007, p. 11-90.
- CARTA DE PERO VAZ DE CAMINHA. *In*: PEREIRA, Paulo Roberto (org.). **Os três únicos testemunhos do descobrimento do Brasil**. Rio de Janeiro: Lacerda, 1999, p. 39-40.
- COWARD, Rosalind. **Speaking Personally**: The Rise of Subjective and Confessional Journalism, Basingstoke: Palgrave Macmillan, 2013.
- FERRARETTO, Luiz Artur. **Rádio: teoria e prática**. São Paulo: Summos, 2014, p. 3-189.
- KISCHINHEVSKY, Marcelo. Podcasting tensiona categorizações e ganha enfim, destaque como objeto de estudos. **Radofonias – Revista de estudos em mídia sonora**, n. 1, 2020, p. 6-12.
- LIMA, Alceu Amoroso. **O jornalismo como gênero literário**. 2. ed. Rio de Janeiro: Agir, 1969, p. 9-52.
- LINDGREN, Mia. Jornalismo narrativo e pessoal e podcasting. **Radofonias – Revista de estudos em mídia sonora**, n. 1, p.112-135, 2020.

APÊNDICES

Episódio 1 – E viveram felizes para sempre...

QUANDO EU ERA CRIANÇA EU SONHAVA COM UM PRÍNCIPE ENCANTADO E ACREDITAVA QUE ELE CHEGARIA PARA MIM.

ELE SERIA LINDO, CUIDARIA DE MIM, ME AMARIA INFINITAMENTE, FARIA QUALQUER COISA PARA ME VER FELIZ: MUDARIA O QUE FOSSE PRECISO, CORRIGIRIA TODOS OS ERROS, E COM UM BEIJO INESQUECÍVEL ME ENCANTARIA PARA SEMPRE.

SÉRIO, ATÉ OS VINTE E POUCOS EU ACREDITAVA QUE ISSO ERA REAL. DOCE ENGANO.

PENA QUE PRECISEI QUEBRAR A CARA ALGUMAS VEZES PARA DESCOBRIR ISSO.

NO FIM, ACHO QUE DEPOIS DE TANTO ME DECEPCIONAR, FIQUEI ATÉ UM POUCO CÉTICA E CRIEI UM LEVE RANÇO DE CONTOS DE FADAS. PORQUE ELES SÃO SOBRE ALGO QUE NÃO É E NUNCA SERÁ REAL.

NA VERDADE, NEM SOU TÃO RANCOROSA ASSIM, AINDA ACREDITO EM UM AMOR BOM E QUE DURE PARA SEMPRE, MAS NA PERFEIÇÃO DELE, NÃO MAIS.

EU SEMPRE FUI MUITO SONHADORA, E SEMPRE ASSISTI E LI MUITO SOBRE RELAÇÕES INTENSAS E ETERNAS, SEJA NA PAIXÃO OU NAS AMIZADES.

E COM UM PARÂMETRO TÃO ALTO SEMPRE ME SENTI UM POUCO FRUSTRADA POR NÃO TER ESSA VIDA. POR ISSO TAMBÉM, SEMPRE ME VI UM POUCO SÓ MESMO QUE CERCADA DE GENTE.

MINHAS AMIZADES DURAVAM POUCO E TALVEZ AÍ MESMO TENHA ME CONVENCIDO DE QUE SEMPRE IRIAM ME ABANDONAR.

JÁ NO ÂMBITO AMOROSO, MESMO QUE NÃO SENDO RECÍPROCO, EU SEMPRE (TODO O TEMPO) ESTIVE A FIM DE ALGUÉM, É SÉRIO!

MEU PRIMEIRO AMOR FOI QUANDO AINDA TINHA QUATRO ANOS, E ERA ALGUÉM MUITO ENXERIDA, COMO DIRIA MINHA MÃE, E TAMBÉM FOI NESSA IDADE QUE DEI MEU PRIMEIRO BEIJINHO, DURANTE A LEITURA DIÁRIA QUE A TIA DA ESCOLA FAZIA, ENTRE UM CONTO E OUTRO QUALQUER.

AINDA LEMBRO DO NOME DELE, E DE ALGUNS OUTROS DAQUELA FASE EM QUE NAMOREI SETE MENINOS ENTRE OS JARDINS E A ALFABETIZAÇÃO.

MAS RELAXA, ERAM SÓ BEIJINHOS NA BOCHECHA.

E ASSIM FOI, EU SEMPRE AMEI ALGUÉM, SEMPRE ESPEREI MEU PRÍNCIPE. NEM PRECISO DIZER QUE POUCO ME AMEI DURANTE TODO ESSE TEMPO, NÉ? EU PULAVA DE UM AMOR PARA OUTRO SEM GUARDAR UM TEMPO PARA MIM E A CADA DIA MAIS ME PERDIA DA PESSOA QUE ERA. POR TER CRESCIDO NA IGREJA PASSEI A ESPERAR NÃO APENAS O PRÍNCIPE, MAS O HOMEM DE DEUS. O QUE FEZ MINHA META SÓ AUMENTAR. TADINHA! NA VERDADE, O QUE ME FALTOU, ATÉ ESTE PONTO, FOI ENTENDER QUE PRECISAVA APRENDER A ME AMAR. ACHO QUE NÃO SOU A ÚNICA. ACREDITO QUE AS PESSOAS SEMPRE CRESCEM PRESAS AO COMPROMISSO DE ENCONTRAR O AMOR ETERNO, A TAMPA DA PANELA, A METADE DA LARANJA.

E, GENTE, ESTE É UM FARDO MUITO GRANDE.

COM POUCOS ANOS, ANTES MESMO DOS QUINZE A PRESSÃO SOBRE OS PAQUERINHAS, O PRIMEIRO BEIJO E A PRIMEIRA VEZ, JÁ SÃO FORTÍSSIMAS. OS PAIS, AS TIAS, OS IRMÃOS, OS PRIMOS, OS AMIGOS E TANTOS OUTROS ESTÃO SEMPRE COBRANDO. A MÍDIA TAMBÉM! COM NOVELAS, FILMES, SÉRIES. ATÉ EM TOY STORY UM BONECO ENCONTRA O AMOR.

PARA MIM, É QUASE A ATUALIZAÇÃO DAQUELA IDEIA DE LEVAR O JOVEM MENINO PARA OS CABARÉS. É COMO UMA PRISÃO QUE NOS LIGA AO SÉCULO PASSADO, DIRIA QUE NO FIM SOMOS OS MESMOS, MAS COM MANIAS DIFERENTES.

A CADA DIA MAIS AS CRIANÇAS NÃO SÃO MAIS CRIANÇAS. OS ERROS SE REPETEM, ENTENDE? E MESMO SEM SABEREM, MENINAS E MENINOS SÃO JOGADOS NESTE MUNDO DE PRESA E PREDADOR.

E EU NEM ENTRAREI NOS DEBATES SOBRE ORIENTAÇÃO SEXUAL.

TÃO NOVAS ELAS JÁ SENTEM QUE PRECISAM TER ALGUÉM E ACABAM PULANDO ETAPAS. MAS, A QUESTÃO NÃO É APENAS ESSA, E SIM AS CONSEQUÊNCIAS QUE SÃO GERADAS. COMO FUTURA JORNALISTA, FICO ATENTA AO QUE DIZEM OS ESPECIALISTAS QUE AFIRMAM QUE OS ACONTECIMENTOS DA NOSSA INFÂNCIA SÃO DETERMINANTES PARA O NOSSO DESENVOLVIMENTO E COMPORTAMENTO NA VIDA ADULTA.

UMA CRIANÇA FRAGILIZADA FARÁ UM ADULTO IGUALMENTE FRAGILIZADO E DESEQUILIBRADO, SEJA NO EXCESSO DA FORÇA OU NA AUSÊNCIA DELA. TENDENCIANDO A SE TORNAR VÍTIMA OU ABUSADOR.

E ESSE É O PONTO ONDE QUERO CHEGAR. PARA MIM É TRANSLÚCIDA A MANEIRA COMO ESSAS CRENÇAS DE AMOR ETERNO E AS NOSSAS VIVÊNCIAS INFANTIS INTERFEREM NO NOSSO PRESENTE E FUTURO.

POR EXEMPLO, CRIANÇAS QUE SOFRERAM ABANDONO TENDEM A TER MEDO DE PASSAR POR ESSA DOR NOVAMENTE. OU AQUELAS QUE LIDARAM COM MENTIRAS E ENGANÇÕES NÃO CONFIAM COM FACILIDADE.

ENTRE VÁRIOS EXEMPLOS QUE PODERIA DAR E QUE MOSTRAM OS PERIGOS DA FALTA DE AMOR PRÓPRIO E COMO ELES PODEM PROVOCAR DEPENDENCIA EMOCIONAL.

A VERDADE É QUE OS DESEQUILÍBRIOS DAS RELAÇÕES SÃO ALGUMAS DAS PRINCIPAIS CAUSAS DE ABUSOS SEJA QUAL FOR A RELAÇÃO EXISTENTE, DE AMOR OU AMIZADE. MAS NESSE PODCAST O FOCO ESTARÁ NOS RELACIONAMENTOS AMOROSOS E NOS DANOS QUE ELES PODEM CAUSAR À VIDA DE ALGUÉM.

PORQUE É ALARMANTE SABER QUE 3 A CADA 5 MULHERES SÃO OU JÁ FORAM VÍTIMAS DE RELACIONAMENTOS ABUSIVOS, SEGUNDO DADOS COLHIDOS EM 2016 PELA ONG ARTEMIS.

EM OUTRA PESQUISA, DO INSTITUTO DATAFOLHA, MAIS DE 26 MILHÕES DE BRASILEIRAS AFIRMARAM TER SOFRIDO ASSEDIO EM 2021.

NEM SEMPRE FALAREI POR MIM, MAS POR INÚMERAS MULHERES QUE SE CALAM E SE OMITEM.

O ENGRAÇADO É QUE QUANDO COMENTEI COM UM AMIGO SOBRE ISSO, A RESPOSTA QUE TIVE FOI: “LOGO TU?”, NÃO POSSO DISCORDAR... TENHO MUITO A CONTAR.

EU SEMPRE FUI CARENTE E DESESPERADA PARA SER AMADA, ENTENDE? E ACHO QUE FOI ISSO QUE ME LEVOU A IMPLORAR TANTO AMOR, E SEI QUE NÃO FUI A ÚNICA. TAMBÉM SEMPRE SENTI OS IMPACTOS DE MENINOS QUE ME OFERECIAM MIGALHAS DE ATENÇÃO APENAS PARA ME MANTER POR PERTO E POR SABEREM QUE EU NÃO OS LARGARIA.

OS MOTIVOS QUE OS TRAZIAM ATÉ MIM ERAM BREVES: INTERESSE FÍSICO E VONTADE DE EXERCER CONTROLE. AFINAL, QUER ALGUÉM MAIS FACILMENTE MANIPULADO QUE UMA PESSOA APAIXONADA?

EU ERA ESSA PESSOA A TODO INSTANTE. ATÉ OS VINTE E POUCOS, QUANDO NÃO ACREDITANDO NAQUELE AMOR DE CONTO DE FADAS, QUE CITEI NO COMECINHO DESSA CONVERSA, PERCEBI QUE TINHA AMADO ERRADO POR MUITO TEMPO.

MAS SERÁ QUE EU TIVE TANTA CULPA ASSIM? AS PESSOAS QUE IAM ME CONVENCENDO, ENROLANDO, PROMETENDO COISAS, E EU APENAS ACREDITAVA, AFINAL, PARA MIM EU PRECISAVA DISSO.

SOBE SOM

EU, REBECA PONTES. ASSINO O ROTEIRO, A NARRAÇÃO E A EDIÇÃO DE ÁUDIO DESSE EPISÓDIO. A VINHETA É DE IMLC E VOZES DE CARINA LINS, ARNON GADELHA, ANA BEATRIZ BEZERRA, ERIC SANTOS, KATH LACERDA, PABLO DA CUNHA LIMA, GLEYCE MARQUES E MARIA EDUARDA CAMILO. O PODCAST DEPOIS A COMPLICADA SOU EU É PRODUTO DA MINHA CONCLUSÃO DE CURSO EM JORNALISMO NA UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA, COM ORIENTAÇÃO DA PROFESSORA DOUTORA PATRÍCIA MONTEIRO. VOCÊ PODE OUVIR ESSE PODCAST NO SPOTIFY OU NA PLATAFORMA DE SUA PREFERÊNCIA.

Episódio 2: Seria ele o príncipe?

EU JÁ CONHECI MUITA GENTE QUE SE APAIXONOU PLATONICAMENTE POR PESSOAS QUE MAL CONHECIAM. JÁ EU, SEMPRE TIVE A MANIA DE TORNAR PLATÔNICO O SENTIMENTO POR ALGUÉM DE QUE JÁ CONHECIA.

ENTENDE A DIFERENÇA? DEIXE-ME TENTAR EXPLICAR.

PARA MIM, TORNAR INALCANÇÁVEL OU MELHOR, PERFEITO QUALQUER POSSÍVEL PRETENDENTE É UM DOM. ASSIM COMO RELEVAR DEFEITOS, PERDOAR ATITUDES IMPERDOÁVEIS E COISAS DO TIPO. EU ERA ASSIM COM TUDO, NA VERDADE.

MINHA MÃE SEMPRE DIZ QUE EU PERMITIA QUE PISASSEM EM MIM SEM NEM MESMO REAGIR. QUE EU ERA FEITA DE BESTA E QUE ME HUMILHAVA POR MUITA GENTE QUE NEM ME DAVA VALOR. MAS NUNCA ESCUTAMOS NOSSAS MÃES, NÉ?

COLOCAR MEUS AMORES E AMIGOS EM PEDESTAIS É ALGO QUE EU SEMPRE FIZ MELHOR DO QUE NINGUÉM, QUASE EM UM GRAU DE ADORAÇÃO, E NISSO JÁ ME MACHUQUEI TANTAS VEZES QUE NEM CONSIGO RESUMIR.

E ERA ASSIM QUE EU OLHAVA PARA UM GAROTO QUALQUER E VIA O AMOR DA MINHA VIDA. AFINAL, SERIA ELE O PRÍNCIPE QUE EU SEMPRE ESPEREI? DESSA FORMA EU TORNAVA PLATÔNICO TODOS OS MEUS AMORES.

E TALVEZ VOCÊ ESTEJA SE PERGUNTANDO O QUE É PLATÔNICO. VOU TE RESPONDER PELA PRIMEIRA RESPOSTA DO GOOGLE.

É “ALGO QUE PERFEITO, ETERNO E IMUTÁVEL, MAS QUE SÓ EXISTE EM IDEIA. O AMOR PLATÔNICO É UM AMOR IDEALIZADO, IRREAL E FANTASIOSO, ONDE O OBJETO AMADO É O SER PERFEITO, DONO DE TODAS AS BOAS QUALIDADES E SEM DEFEITOS”. COMO O AMOR DE UMA FÃ POR UM ÍDOLO.

É ISSO, EU SEMPRE JUSTIFIQUEI TODAS AS FALHAS, PORQUE SEMPRE TIVE A IDEIA DE QUE MUDARIAM POR MIM, EU SÓ PRECISAVA ESPERAR E TER PACIÊNCIA. MESMO QUE SEJA DIAGNOSTICADAMENTE ANSIOSA.

TUDO SAPO VIRAVA PRÍNCIPE AOS MEUS OLHOS E PARECE QUE EU SEMPRE ESCOLHIA OS AMORES MAIS DIFÍCEIS E SOFRIDOS. PORQUE NO FIM, PARA TODA BOA ADMIRADORA DE ROMANCES, OS MAIS BELOS E EMOCIONANTES SEMPRE SÃO OS MAIS COMPLICADOS. NINGUÉM QUER O ÁGUA COM AÇUCAR, OU A MONOTONIA.

E ASSIM BEIJEI ALGUNS SAPOS, QUE NUNCA VIRARAM PRÍNCIPES, AINDA QUE TENHA FOBIA A RÃS E AOS OUTROS ANIMAIS SEMELHANTES. AO MENOS NÃO POSSO DIZER QUE NÃO TENTEI, NÉ?

EU ACREDITEI POR MUITO TEMPO TER O PODER DE MUDAR SENTIMENTOS, DE CONVERTER PENSAMENTOS E DE QUE MEU AMOR MUDARIA TUDO. MAS APRENDA, O AMOR SÓ MUDA QUEM QUER MUDAR E MAIS AINDA, NUNCA ACEITE QUE MUDEM POR VOCÊ, PORQUE A MUDANÇA, EM PRIMEIRO LUGAR, PRECISA SER EGOÍSTA.

PORQUE O SER HUMANO É EGOÍSTA. MUDAR PELO OUTRO É BREVE, É FÁCIL DE DESISTIR, É PRECISO QUE SEJA POR SI PRÓPRIO. POR EXEMPLO, TEVE UM TEMPO EM QUE EU DESENVOLVI UMA MANIA DE ME APAIXONAR SEMPRE PELOS MEUS MELHORES AMIGOS, MAS QUEM NUNCA PASSOU POR ISSO, AFINAL?

O MELHOR AMIGO É ALGUÉM QUE CONFIAMOS, AMAMOS, SABEMOS QUE ESTARÁ SEMPRE AO NOSSO LADO, QUE SE PREOCUPA E CUIDA DE NÓS, E NÃO É ISSO QUE PROCURAMOS EM UM PARCEIRO?

É BEM FÁCIL CONFUNDIR ESSE AMOR E UM DOS DOIS SAIR MACHUCADO, OU QUEM SABE AMBOS. NESSES CASOS, SER SINCERO COM OS SENTIMENTOS É FUNDAMENTAL! E OS EXEMPLOS SÃO MUITOS!

EU TENHO UMA AMIGA QUE PASSOU ANOS APAIXONADA PELO SEU MELHOR AMIGO, CULTIVANDO ESSE SENTIMENTO E SE ILUDINDO COM A MÍNIMA RECIPROCIDADE DELE. A VERDADE É QUE NO FUNDO ELE SE APROVEITAVA DESTA PAIXÃO E DA ATENÇÃO QUE RECEBIA PARA ACALENTAR O EGO. E QUANDO SENTIA QUE ELA ESTAVA SE AFASTANDO ELE VOLTAVA MAIS BONDOSO QUE NUNCA. E ASSIM PERMANECERAM EM ‘LOOPING’ POR MUITOS ANOS. COMIGO TAMBÉM FOI BEM ASSIM, UMAS VÁRIAS VEZES E COM PESSOAS DIFERENTES.

CONFUNDIR AS COISAS É MUITO FÁCIL. PIOR AINDA QUANDO SURGE A IDEIA DE “QUE TAL UMA AMIZADE COLORIDA?” SE QUER UMA DICA, NÃO ACEITA, CORRE LONGE!

EU JÁ CAÍ NESSA ALGUMAS VEZES PORQUE NA MINHA CABEÇA, AQUELE JÁ ERA O GRANDE AMOR DA MINHA VIDA E UMA HORA ELE ENTENDERIA ISSO, OU SE NÃO ENTENDESSE, EU FARIA COM QUE ELE SE APAIXONASSE, PORQUE ÉRAMOS PERFEITOS NISSO! NA VERDADE, NUNCA FOMOS! OS CASOS SÃO MUITOS E DOLORIDOS: UM COMEÇOU A NAMORAR MINHA MELHOR AMIGA, OUTRO ME JURAVA AMOR ETERNO E COMEÇOU A NAMORAR COM OUTRA AMIGA, TEVE O QUE NUNCA NEM MESMO ACABOU NOSSO RELACIONAMENTO E APARECEU NAMORANDO A IRMÃ DO MEU AMIGO MAIS PRÓXIMO.

E NENHUM DESSES FOI O PIOR DE TODOS E O QUE ME ATINGIU DE TAL FORMA QUE ESTOU AQUI FALANDO SOBRE TUDO ISSO PARA VOCÊS. ELE SEMPRE FOI O SAPO NA VERDADE. TODO MUNDO ME DISSE “NÃO CAÍA NESSA” OU “FOGE DELE” OU “ELE É MUITO COMPLICADO, NÃO SABE O QUE QUER”.

E O QUE EU FIZ? INSISTI NELE. LEMBRA QUE EU ME ACHAVA A MULHER MARAVILHA? OU UMA BRUXA COM O PODER DE ENFEITIÇÁ-LO. LOGO EU, FÃ DE HARRY POTTER, SABENDO QUE A MAGIA NÃO TEM PODER SOBRE O AMOR, ACHEI QUE EU TINHA.

NÃO, ELE NÃO SERIA MEU PRÍNCIPE, HOJE EU SEI. MAS PRECISEI SANGRAR E RASGAR MEU CORAÇÃO PARA ISSO.

SOBE SOM

EU, REBECA PONTES. ASSINO O ROTEIRO, A NARRAÇÃO E A EDIÇÃO DE ÁUDIO DESSE EPISÓDIO. A VINHETA É DE IMLC E VOZES DE CARINA LINS, ARNON GADELHA, ANA BEATRIZ BEZERRA, ERIC SANTOS, KATH LACERDA, PABLO DA CUNHA LIMA, GLEYCE MARQUES E MARIA EDUARDA CAMILO. O PODCAST DEPOIS A COMPLICADA SOU EU É PRODUTO DA MINHA CONCLUSÃO DE CURSO EM JORNALISMO NA UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA, COM ORIENTAÇÃO DA PROFESSORA DOUTORA PATRÍCIA MONTEIRO. VOCÊ PODE OUVIR ESSE PODCAST NO SPOTIFY OU NA PLATAFORMA DE SUA PREFERÊNCIA.

Episódio 3: O príncipe na verdade é um sapo

EU AMEI E ME DOEI PARA QUEM NÃO ME AMOU. QUEM NUNCA, NÉ?

O CONHECI COMO UM BOM MENINO, TRANQUILO, CONTROLADO E ATENCIOSO. EU ME ENCANTEI À PRIMEIRA VISTA PELO HOMEM QUE ELE FINGIU SER. PORQUE NÃO ACEITO ME CULPAR INTEIRAMENTE POR ESSA ILUSÃO QUANDO SEI QUE NÃO FUI A ÚNICA ENGANADA POR ELE.

SABE O QUE É, O SAPO NUNCA APARECE COMO ELE VERDADEIRAMENTE É, E PARA FALAR A VERDADE, ELE FINGE MUITO BEM.

ÀS VEZES COSTUMAM ACHAR QUE OS GRANDES MONSTROS DEIXAM À MOSTRA SUA LOUCURA, MAS NA VERDADE, ELES ESCONDEM TÃO BEM QUE PARECEM ATÉ MESMO MAIS NORMAIS QUE NÓS. SÃO CRIATURAS IMACULADAS, QUE RARAMENTE ERRAM, E NESSAS POUCAS OCASIÕES AGEM COM TANTA SOLENIDADE QUE COMOVE.

COMO EM ELITE, UMA SÉRIE DA NETFLIX, ONDE UM PRÍNCIPE PASSA A ESTUDAR NA ESCOLA E ENCANTA TODAS AS ALUNAS E FUNCIONÁRIAS. NO DECORRER DA QUARTA TEMPORADA DESCOBRIMOS QUEM ELE VERDADEIRAMENTE É, E ENCARAMOS A FACE MONSTRUOSA, DAQUELE QUE PARECIA SER O PAR PERFEITO.

ALGUNS PSICOLOGO FALAM SOBRE O CICLO DO RELACIONAMENTO ABUSIVO, ALGO COMO VÁRIOS PEQUENOS ABUSOS QUE LEVAM ATÉ UM MAIOR E MAIS GRAVE.

MAS O FATO É QUE MUITOS SINAIS SÃO DADOS A TODO TEMPO E SE NOTADOS COM RAPIDEZ OS DANOS SERÃO MENORES.

ATUALMENTE, O JORNALISMO E DEMAIS MEIOS DE COMUNICAÇÃO, COMO AS MÍDIAS SÓCIAIS BUSCAM ALERTAR PARA O PERIGO DESSES RELACIONAMENTOS. FOI O QUE PERCEBI EM REPOTAGENS DE ALERTA DIVULGADAS NO G1, POR EXEMPLO.

OS RELACIONAMENTOS ABUSIVOS CONSEGUEM SER TÃO INSANOS QUE NO FIM OS ABUSADORES RECEBEM UM PEDIDO DE DESCULPAS E O DIREITO A RECOMPENSA.

E ACREDITE, ELES SEMPRE TÊM ALGUMA BOA IDEIA EM MENTE.

OS SAPOS SÃO MUITOS! ALGUNS PROMETEM AMOR ETERNO, FLORES E CHOCOLATES. OUTROS AMEAÇAM IR EMBORA, ENCONTRAR OUTRA PESSOA. E AINDA EXISTEM OS QUE NEGOCIAM E SEMPRE PEDEM ALGO EM TROCA.

EU TINHA 18 ANOS QUANDO CONHECI O PIOR SAPO QUE PASSOU POR MINHA VIDA. E ACREDITE, EU ERA TÃO INOCENTE QUE COSTUMO DIZER QUE HÁ UMA VIDA ANTES E DEPOIS DELE. POR MAIS QUE MEU PSICÓLOGO TENHA ME REPREENDIDO COM RELAÇÃO À ISSO. SEGUNDO ELE, O SAPINHO NÃO MERECE MÉRITO ALGUM SOBRE QUEM EU SOU, OU SER UM MARCO NA MINHA VIDA.

ELE NÃO MERECE NADA. E TUDO O QUE FALEI ATÉ AGORA FOI UMA PREPARAÇÃO PARA CHEGAR ATÉ AQUI. AO MOMENTO EM QUE AS ILUSÕES SE VOLTAM CONTRA NÓS E NOS ATACAM COM DUREZA.

COMO JORNALISTA, ADORO OUVIR E CONTAR HISTÓRIAS. E POR ISSO EU CONVERSEI COM VÁRIAS PESSOAS ANTES DE ME DEDICAR A ESSE ASSUNTO. OUVI SOBRE MUITAS DORES E PUDE ENTENDER COMO É PRECISO FALAR SOBRE ISSO.

POR MAIS DOLOROSO QUE SEJA, ABRIR A BOCA E GRITAR UM SONORO “CUIDADO!” PODE SER LUZ PARA OUTRAS PESSOAS. NÃO PARA SE FECHAR AO AMOR, OU PARA SENTIR MEDO. MAS, PARA SE FISCALIZAR E PERCEBER SE NÃO É VOCÊ AQUELE DE QUEM O OUTRO PRECISA SE PROTEGER.

CONFESSO QUE QUANDO ME ABRI A CONVERSAR SOBRE O ASSUNTO E OUVI DE ALGUMAS PESSOAS A AFIRMAÇÃO DE QUE JÁ TERIAM SIDO ABUSIVAS EM ALGUM MOMENTO, SENTI UMA REPULSA AUTOMÁTICA DENTRO DE MIM E UMA VONTADE DE GRITAR “SERÁ QUE VOCÊ NÃO SABE QUE PODERIA TER DESTRUÍDO A VIDA DE ALGUÉM?”.

MEU LADO JORNALISTA ME OBRIGOU A CALAR, RESPEITAR E HUMANIZAR A FONTE E PRINCIPALMENTE TENTAR TER COMPAIXÃO, ACREDITAR QUE AO ASSUMIR O ERRO, ELA JÁ ESTAVA ABERTA A MUDANÇA E QUE JÁ NÃO AGIRIA MAIS DESSA FORMA. MAS É DIFÍCIL QUANDO JÁ SE FOI MACHUCADO NESTE LUGAR.

PRECISEI ACALMAR MEU CORAÇÃO E PERDI ALGUMAS HORAS DE SONO PRESA À ALGUNS RELATOS QUE ESCUTEI. FORA OUTROS QUE POR PRUDÊNCIA EVITAMOS TOCAR MUITO NO ASSUNTO. REVIVI NA MINHA CABEÇA MUITAS DORES, E SINCERAMENTE TENHO DÓ DO MEU NAMORADO ME ATURANDO NESTE MEIO TEMPO ONDE MINHA INSEGURANÇA ALCANÇOU NÍVEIS GIGANTESCOS.

É NECESSÁRIO FALAR SOBRE OS SAPOS, MESMO QUE SEJA APAIXONADA POR FINAIS FELIZES E RELACIONAMENTOS QUE DEEM CERTO, PORQUE SE NÃO ACEITARMOS QUE OS EMBUSTES EXISTEM, NÃO IREMOS NOS CUIDAR SOBRE ELES.

VAMOS AO PONTO CHAVE: ELES ESTÃO EM TODOS OS LUGARES, TEM TODO TIPO DE APARÊNCIA, DE FAMÍLIA, CRENÇA E TAL. NOS CONQUISTAM COMO VERDADEIROS PRÍNCIPES E AOS POUÇOS SURGEM COM UM CIÚME EXCESSIVO, NOS ISOLAM DOS AMIGOS, UTILIZAM-SE DE PALAVRAS DURAS E ATOS CONTROLADORES, HUMILHAM, AGRIDEM E AOS POUÇOS ACREDITAMOS NÃO TER MAIS SAÍDA.

SURGE A SENSACÃO DE PRISÃO, A DEPENDÊNCIA, A CULPA. E CHEGA A UM PONTO EM QUE NÃO SE SABE MAIS O QUE RESTOU. AINDA QUE NO FIM SEMPRE HAJA VIDA ALÉM DO CAOS. LEMBRO DE ME SENTIR UMA IDIOTA E DE ME CULPAR POR SEMPRE CEDER AOS CAPRICHOS DELE. DOÍA TANTO E AINDA ASSIM EU NÃO CONSEGUIA SAIR.

ME RECORDO DE ACHAR NORMAL, QUE TODA QUINTA-FEIRA QUANDO IA PARA A IGREJA COMEÇAVA EM UM CHORO LEVE E ACABAVA PROSTRADA SEM FORÇAS NEM PARA LEVANTAR.

MINHAS LÁGRIMAS RASGAVAM E SANGRAVAM À MEDIDA QUE PINGAVAM E O GRITO

ENGASGAVA EM MINHA GARGANTA.

EU ACHAVA QUE ERA NORMAL. JÁ TINHA OUVIDO TANTO QUE “O AMOR TUDO SOFRE”, SÓ NÃO ENTENDIA O QUE ISSO QUERIA DIZER. ME DEDICAVA À LITERATURA E ESCREVA POEMAS TÃO TRISTES E PROBLEMÁTICOS QUE NEM CONSIGO RESUMIR. ESCONDIA DE TODO MUNDO O QUE SENTIA DE FATO E O QUE OUVIA, TENTAVA LARGAR ELE, MAS ME SENTIA PRESA. É ASSIM COM MUITAS E MUITAS MULHERES.

NESTE MÊS DE MAIO, POR EXEMPLO, UM CASO GANHOU A ATENÇÃO DOS BRASILEIROS.

UMA JOVEM TEVE O ROSTO TATUADO A FORÇA COM O NOME DO EX NAMORADO.

AO COMEÇAREM AS INVESTIGAÇÕES FORAM APONTADOS DIVERSOS COMPORTAMENTOS DO RAPAZ QUE APONTAVAM PEQUENOS ABUSOS E AGRESSÕES, QUE ERAM PERDOADOS E MINIMIZADOS PELA VÍTIMA.

O RELACIONAMENTO ABUSIVO É UMA PRISÃO, UMA TORTURA E UM GRANDE TRAUMA.

É A SENSACÃO DE IMPOTÊNCIA, O MEDO, AS LÁGRIMAS. É TORCER PELO FUTEBOL PARA QUE A PERDA DO TIME NÃO O FAÇA DESCONTAR A FRUSTRAÇÃO, REZAR PELAS BOAS NOTAS, TER MEDO DO QUE VESTIR, DE COMO AGIR, DO QUE FALAR.

É PERDER A IDENTIDADE, O SORRISO, A LEVEZA, ATURAR ABUSOS, SURTOS, GRITOS E MUITO MAIS.

RELACIONAMENTO ABUSIVO É INSISTIR ATÉ DEPOIS DO FIM, É BEIJAR O SAPO INÚMERAS VEZES E NÃO SER CAPAZ DE ENXERGAR O PRÍNCIPE. É NORMALIZAR A DOR AINDA QUE ELA MACHUQUE TANTO. MAS TAMBÉM É TER FORÇAS PARA TENTAR LUTAR, SOBREVIVER E ENTENDER QUE AS VEZES É PRECISO IR EMBORA.

SOBE SOM

EU, REBECA PONTES. ASSINO O ROTEIRO, A NARRAÇÃO E A EDIÇÃO DE ÁUDIO DESSE EPISÓDIO. A VINHETA É DE IMLC E VOZES DE CARINA LINS, ARNON GADELHA, ANA BEATRIZ BEZERRA, ERIC SANTOS, KATH LACERDA, PABLO DA CUNHA LIMA, GLEYCE MARQUES E MARIA EDUARDA CAMILO. O PODCAST DEPOIS A COMPLICADA SOU EU É PRODUTO DA MINHA CONCLUSÃO DE CURSO EM JORNALISMO NA UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA, COM ORIENTAÇÃO DA

PROFESSORA DOUTORA PATRÍCIA MONTEIRO. VOCÊ PODE OUVIR ESSE PODCAST NO SPOTIFY OU NA PLATAFORMA DE SUA PREFERÊNCIA.

Episódio 4: Largando e superando o sapo!

SE ILUDE QUEM PENSA, QUE A DESPEDIDA É FÁCIL. DEIXÁ-LO IR É DOLOROSO. É PRECISO ARRANCAR DA PELE E PRINCIPALMENTE DA ALMA, AS LEMBRANÇAS SÃO MUITAS E INTENSAS, A VONTADE DE DESISTIR DE TUDO E VOLTAR TAMBÉM.

POR MAIS ESTRANHO QUE PAREÇA, LARGAR QUEM TANTO MALTRATOU É UMA DAS MISSÕES MAIS DIFÍCEIS DA VIDA. SOBRETUDO PORQUE A ESSA ALTURA JÁ FOI CRIADA UMA RELAÇÃO DE DEPENDÊNCIA TORNANDO DIFÍCIL VIVER SEM ESSA PESSOA. MAS É PRECISO SER FIRME. COSTUMO DIZER QUE A PARTE MAIS COMPLICADA DE UM TÉRMINO, CHEIO DE IDAS E VOLTAS, É ACREDITAR QUE ESTE É DE FATO UM PONTO FINAL. PORQUE SERIA, NÉ? SE TODAS AS VEZES VOLTAMOS PARA ELES.

QUANDO ESCOLHI FALAR SOBRE ESSE ASSUNTO E SOBRE CASOS QUE APARENTEMENTE SÃO LEVES, NÃO FOI, DE MANEIRA ALGUMA, COM O INTUITO DE MINIMIZAR A GRAVIDADE DE TANTOS OUTROS RELATOS, MAS FALAR SOBRE AS MARCAS CAUSADAS PELOS “PEQUENOS ABUSOS” E DE COMO ELES APONTAM MUITO PARA OS GRANDES.

SAIR DE UM “FUI MUITO BESTA COM ELE, APAIXONADA DEMAIS”, POR “ELE SOUBE ME USAR, ME MANIPULAR E CONSTRANGER”. EVOLUIR DE UM PENSAMENTO DE “EU NÃO QUERIA, MAS PRECISAVA FAZER AO MENOS ESSE SACRIFÍCIO POR ELE” E ENTENDER QUE NÃO ESTAR A VONTADE JÁ É UMA RESPOSTA FORTE O SUFICIENTE.

NÃO É NORMAL CHORAR MAIS DO QUE SORRIR, AO MENOS QUE SEJAM LÁGRIMAS DE ALEGRIA.
ZERAR O JOGO E COMEÇAR NOVAMENTE É UM APRENDIZADO IMENSO.

CERTO DIA, EU ESTAVA EM UMA FESTA, E UMA MENINA DESCONHECIDA CHEGOU PARA UM DOS MEUS MELHORES AMIGOS CHORANDO E PEDINDO QUE ELE NÃO DEIXASSE QUE UM DETERMINADO GAROTO CHEGASSE PERTO DELA.

PRONTAMENTE FUI ALERTADA POR ELE SOBRE ISSO. EM UM DETERMINADO MOMENTO, ENQUANTO PEGAVA MAIS BEBIDA, ELE ME PEDIU QUE FICASSE COM A GAROTA E CUIDASSE DELA.
FOI ENTÃO QUE O TEMIDO GAROTO SE APROXIMOU JUNTO COM OUTROS AMIGOS E AMIGAS, CERCA DE TRÊS DELES ME CONVENCERAM DE QUE EU PRECISAVA DEIXAR O CASAL CONVERSAR E QUE ELES ERAM ASSIM MESMO, BRIGAVAM, MAS SE AMAVAM.

ERA APENAS UM DRAMA DELA. E EU DEIXEI. AFINAL, ACREDITEI QUE NÃO DEVERIA ME METER OU ATRAPALHAR A RELAÇÃO DELES.

NESTE DIA, QUANDO MEU AMIGO VIU QUE HAVIA PERMITIDO A APROXIMAÇÃO DO GAROTO ELE ME REPREENDEU E ME DISSE UMA FRASE QUE EU NUNCA ME PERMITI ESQUECER

“QUANDO UMA MULHER TE PEDE AJUDA ASSUSTADA E CHORANDO NÃO SAIA DO LADO DELA”.

GARANTO, QUE OUVIR ISSO FOI UM TAPA NA MINHA CARA. EU NÃO ESTIVE LÁ PARA AQUELA MENINA. ME FALTOU EMPATIA.

E EM SEGUNDO LUGAR, SENTI A VOZ ENGASGAR EM UMA CERTEZA “COMO QUERIA QUE ELE ESTIVESSE AO MEU LADO ALGUNS MESES ANTES”.

TER AMIGOS CONOSCO É FUNDAMENTAL. PRINCIPALMENTE AQUELES QUE SABEM A VERDADE SOBRE TUDO. EU MENTI PARA TANTA GENTE, ATÉ PARA A MINHA PSICÓLOGA. E PARECE QUE A FICHA COMEÇOU A CAIR APENAS QUANDO PASSEI A CONTAR A VERDADE PARA AQUELES QUE ME AMAVAM.

POUCO A POUCO FUI CONTANDO SOBRE SITUAÇÕES RUINS E ME ESCUTANDO E ESCUTANDO OS OUTROS PASSEI A ENTENDER ALGO IMPORTANTE: NÃO ESTAVA TUDO BEM.

PERCEBI QUE A CULPA NÃO ERA MINHA E NOTEI O QUANTO ESTAVA FERIDA.

DAI EM DIANTE PASSEI A TER GUARDIÕES E DEFENSORES, AQUELES QUE SERIAM CAPAZES DE TUDO PARA ME PROTEGER DAQUELE QUE TANTO ME FERIU E DE MIM MESMA, PRINCIPALMENTE NOS MOMENTOS DE INSEGURANÇA E INCERTEZA.

É CERTO QUE NEM TODOS SABERÃO TE AJUDAR E QUE TALVEZ ALGUNS NÃO CONSIGAM TE OUVIR OU ENTENDER, MAS SEUS AMIGOS DE VERDADE ESTARÃO CONTIGO, TUA FAMÍLIA TAMBÉM.

AQUELES QUE TE AMAM DE VERDADE TE ESCUTARÃO E TE ACOLHERÃO E NÃO HAVERÁ MAIS VERGONHA EM TI.

É PRECISO TIRAR ESSES SAPOS DAS NOSSAS VIDAS. DAR UM BASTA!

BLOQUEAR NAS REDES SOCIAIS, EXCLUIR O CONTATO, EVITAR O ENCONTRO COM E ENTENDER QUE NÃO HÁ MAIS NADA A SER DITO, QUE ELE NÃO MERECE NOVA CHANCE OU CONVERSA.

DEIXE-O NO PASSADO. NÃO DÊ BRECHAS. É PRECISO LEMBRAR QUE HÁ UMA SAÍDA PARA TUDO, EXCETO A MORTE. HÁ FORÇAS PARA SEGUIR EM FRENTE.

É CERTO QUE VOCÊ PASSARÁ UM TEMPO DEFENDENDO A CERTEZA DE QUE HOMEM NÃO PRESTA, QUE SE FECHARÁ UM POUCO AO AMOR E QUE TERÁ MEDO DE SE ENTREGAR NOVAMENTE.

E, AMIGA, TERAPIA É TUA RESPOSTA. SÉRIO!

NEM ADIANTA ARGUMENTAR QUE É UM SERVIÇO CARO, PORQUE EXISTEM MUITOS LOCAIS QUE OFERECEM ATENDIMENTO GRATUITO OU COM PREÇOS MELHORES. FOCA EM VOCÊ, REAPRENDE A SE AMAR, SE FORTALECE, SE DEFENDE.

AINDA QUE NADA VOLTE A SER COMO ANTES, E QUE AS LEMBRANÇAS RUINS PERDUREM PARA SEMPRE. TENHA A CERTEZA DE QUE VOCÊ AINDA VAI SER MUITO FELIZ!

SOBE SOM

EU, REBECA PONTES. ASSINO O ROTEIRO, A NARRAÇÃO E A EDIÇÃO DE ÁUDIO DESSE EPISÓDIO. A VINHETA É DE IMLC E VOZES DE CARINA LINS, ARNON GADELHA, ANA BEATRIZ BEZERRA, ERIC SANTOS, KATH LACERDA, PABLO DA CUNHA LIMA, GLEYCE MARQUES E MARIA EDUARDA CAMILO. O PODCAST DEPOIS A COMPLICADA SOU EU É PRODUTO DA MINHA CONCLUSÃO DE CURSO EM JORNALISMO NA UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA, COM ORIENTAÇÃO DA PROFESSORA DOUTORA PATRÍCIA MONTEIRO. VOCÊ PODE OUVIR ESSE PODCAST NO SPOTIFY OU NA PLATAFORMA DE SUA PREFERÊNCIA.

Episódio 5 – Você me perdeu (BONUS 1)

HOJE EU VOU FALAR DIRETAMENTE PARA VOCÊ QUE ME PERDEU. EU NÃO VOU PEDIR DESCULPAS POR SER INTENSA E VERDADEIRA, POR TER SIDO POR INTEIRO.

NÃO VOU ME LAMENTAR POR SER MAIS FORTE E CORAJOSA QUE VOCÊ. NÃO VOU TER VERGONHA DE MINHAS DORES, DAS MINHAS LÁGRIMAS, LUTAS E CICATRIZES. SEI QUE TODOS OS DRAMAS QUE PASSEI ME FIZERAM SER A MULHER INCRÍVEL QUE SOU.

QUE SE ENVERGONHE VOCÊ, POR SER FRACO, MEDROSO E VAZIO.

QUE SE DESCULPE VOCÊ, POR TER PASSADO PELA MINHA VIDA E DEIXADO APENAS O PIOR DE SI. QUE SE LAMENTE VOCÊ, POR TER ENCONTRADO COMIGO E NÃO LEMBRAR DO GOSTO DO MEU NOME NA TUA BOCA.

NO FIM DE TUDO, EU E MINHA INTENSIDADE, DEITAMOS, A CADA DIA, ABRAÇADAS NA CERTEZA DE QUE FOMOS O SUFICIENTE.

EU NUNCA FIZ POUCO POR VOCÊ SEMPRE FUI TUDO, DEI TUDO.

SEI QUE MEU EU, TE INCOMODOU, A MINHA MANEIRA DE LEVANTAR, DEPOIS DE TUDO, TE ENFRAQUECEU. NÃO ESTÁS ACOSTUMADO EM ME VER BEM.

SEI QUE APERTA NO TEU PEITO SABER QUE EU SEGUI EM FRENTE. QUE TU NÃO ME PRENDES MAIS. AGORA PODE DEITAR COM TUDO AQUILO QUE TU FOI E FEZ. LEMBRE DE TUDO QUE ERA E NÃO É MAIS E TENDE NÃO CHORAR.

SOBE SOM

EU, REBECA PONTES. ASSINO O ROTEIRO, A NARRAÇÃO E A EDIÇÃO DE ÁUDIO DESSE EPISÓDIO. A VINHETA É DE IMLC E VOZES DE CARINA LINS, ARNON GADELHA, ANA BEATRIZ BEZERRA, ERIC SANTOS, KATH LACERDA, PABLO DA CUNHA LIMA, GLEYCE MARQUES E MARIA EDUARDA CAMILO. O PODCAST DEPOIS A COMPLICADA SOU EU É PRODUTO DA MINHA CONCLUSÃO DE CURSO EM JORNALISMO NA UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA, COM ORIENTAÇÃO DA PROFESSORA DOUTORA PATRÍCIA MONTEIRO. VOCÊ PODE OUVIR ESSE PODCAST NO SPOTIFY OU NA PLATAFORMA DE SUA PREFERÊNCIA.

Episódio 6 – Para a mulher que vejo no espelho e para tantas outras (BONUS 2)

EU SEI E IMAGINO AS BATALHAS QUE VOCÊ PASSOU, QUANTOS MONSTROS VOCÊ DERROTOU E DE VÁRIOS OUTROS QUE AINDA TENTA COMBATER.

EU CONHEÇO E IMAGINO BEM, CADA VEZ QUE SEU CORAÇÃO APERTOUCADA, CADA NOITE DE MEDO, DE DOR. DE CADA VEZ QUE VOCÊ SE SENTIU SÓ E FRACA.

EU QUERIA PODER TER TE COLOCADO NOS BRAÇOS, TER TE ABRAÇADO E TER TE DITO QUE TUDO FICARIA BEM, E FICOU, ESTÁ TUDO BEM. OLHA BEM PARA TUDO QUE VOCÊ SE TORNOU, PARA ESSA MULHER INCRÍVEL QUE VOCÊ É, SE ORGULHA DAS TUAS BATALHAS. SABES QUÃO DURO FOI CHEGAR NO FUNDO DO POÇO E SABES, MAIS AINDA, COMO FOI LINDO ENXERGAR O CÉU.

TEM SIDO LINDO TE VER CRESCER, AMAR TUAS LOUCURAS E ALEGRIAS. PORQUE, SIM, TIVERAM ALEGRIAS, MUITAS. DESDE QUE TU DECIDISTE VIVER O MUNDO TEM SORRIDO PRA TI E TE PRESENTEADO COM SONHOS. E DEIXA EU TE CONTAR UM SEGREDO TU ÉS A MAIS LINDA DO MUNDO, TEUS OLHOS SÃO OS MAIS BRILHOSOS, TEUS SONHOS SÃO TEUS, O MUNDO É TEU.

DE HOJE EM DIANTE A IMENSIDÃO QUE DEVORA SERÁ TU, A DEVORAR O MUNDO COM TUA ALEGRIA E DOCILIDADE. VAI SER MAIS LINDO A CADA

DIA. TE PROMETO QUE SERÁS FELIZ! A VIDA COMEÇA AGORA E ESSA HISTÓRIA É TODA TUA.

SOBE SOM

EU, REBECA PONTES. ASSINO O ROTEIRO, A NARRAÇÃO E A EDIÇÃO DE ÁUDIO DESSE EPISÓDIO. A VINHETA É DE IMLC E VOZES DE CARINA LINS, ARNON GADELHA, ANA BEATRIZ BEZERRA, ERIC SANTOS, KATH LACERDA, PABLO DA CUNHA LIMA, GLEYCE MARQUES E MARIA EDUARDA CAMILO. O PODCAST DEPOIS A COMPLICADA SOU EU É PRODUTO DA MINHA CONCLUSÃO DE CURSO EM JORNALISMO NA UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA, COM ORIENTAÇÃO DA PROFESSORA DOUTORA PATRÍCIA MONTEIRO. VOCÊ PODE OUVIR ESSE PODCAST NO SPOTIFY OU NA PLATAFORMA DE SUA PREFERÊNCIA.

Figura 1: Capa do Depois a Complicada Sou Eu



Fonte: Rebeca Pontes

Figura 2: Capa episódio 1



Fonte: Rebeca Pontes

Figura 3: Capa episódio 2



Fonte: Rebeca Pontes

Figura 4: Capa episódio 3



Fonte: Rebeca Pontes

Figura 5: Capa episódio 4



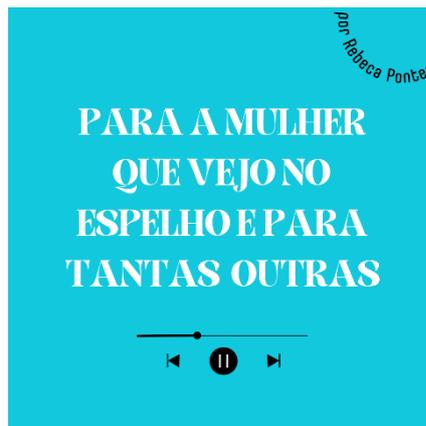
Fonte: Rebeca Pontes

Figura 6: Capa episódio 5



Fonte: Rebeca Pontes

Figura 7: Capa episódio 6



Fonte: Rebeca Pontes

Figura 8: Depois a Louca Sou Eu disponível no Spotify



Fonte: Rebeca Pontes



UNIVERSIDADE FEDERAL DA PARAÍBA
CENTRO DE COMUNICAÇÃO, TURISMO E ARTES
CURSO DE JORNALISMO

DECLARAÇÃO DE AUTORIA

Discente: Rebeca Vitória de Carvalho Pontes

Matrícula: 20170055770

Título do Trabalho: Depois a Complicada Sou Eu: um podcast sobre comportamento e relacionamentos abusivos

Professor (a) orientador (a): Patrícia Monteiro Cruz Mendes

Declaro, a quem possa interessar, que o presente trabalho é de minha autoria e que responderei por todas as informações e dado nele contidos, ciente da definição legal de plágio e das eventuais implicações.

João Pessoa, 30 de julho de 2022

Rebeca Vitória de Carvalho Pontes

Assinatura do (a) discente