

Documento Definitivo

FA. ULisboa, 14 de julho 2025

Trabalho especialmente elaborado para a  
obtenção do grau de mestre

Projeto Final de Mestrado em Design de Interação

# *O Design de Interação* no apoio à recuperação de vítimas de violência sexual

Empoderar mulheres vítimas através de uma plataforma online



**Autora:**

Maria Clara Alvelos Alegre Figueiredo

**Júri:**

**Presidente:** Prof. Doutor Victor Manuel Marinho de Almeida

**Vogal:** Prof. Doutora Carolina Marianna Bozzi Faya

**Vogal:** Prof. Doutora Ana Sofia Moniz Mendonça Pinto Melo

**Orientação:**

Prof. Doutora Ana Sofia Moniz Mendonça Pinto Melo



Documento Definitivo

Lisboa, 14 de julho 2025

Trabalho especialmente elaborado para a  
obtenção do grau de mestre

Projeto Final de Mestrado em Design de Interação

# *O Design de Interação* no apoio à recuperação de vítimas de violência sexual

Empoderar mulheres vítimas através de uma plataforma online



**Autora:**

Maria Clara Alvelos Alegre Figueiredo

**Júri:**

**Presidente:** Prof. Doutor Victor Manuel Marinho de Almeida

**Vogal:** Prof. Doutora Carolina Marianna Bozzi Faya

**Vogal:** Prof. Doutora Ana Sofia Moniz Mendonça Pinto Melo

**Orientação:**

Prof. Doutora Ana Sofia Moniz Mendonça Pinto Melo



*“Life’s most persistent and urgent question is, “What are you doing for others?”*

Dr. Martin Luther King Jr.



# Dedicatória

À minha família.

A todas as mulheres vítimas de violência sexual que lutam todos os dias para recuperarem e terem um futuro melhor do que o seu passado.



# Agradecimentos

Quero agradecer a todos os professores que fizeram parte desta viagem que foi o mestrado, por nos terem ensinado de forma tão humana todos os conhecimentos que tinha como expectativa aprender. Quero agradecer principalmente à minha orientadora Ana Melo, que me apoiou incondicionalmente ao longo deste trabalhoso processo, que sempre se disponibilizou para ajudar com empatia, compreensão e principalmente, de coração aberto. Agradeço também a todas as participantes que se disponibilizaram a colaborar com esta investigação, especialmente as que tiveram que ter muita coragem para o fazer.

Agradeço à minha mãe pelo apoio e amor incondicional, seja qual for o caminho que eu escolha. Agradeço ao meu pai por ser a estrela polar que me guia. À minha irmã por ser o vento que me empurra e me suporta. Ao meu irmão por me inspirar a escolher um caminho com altruísmo, coragem e sabedoria. Ao Tiago pelo amparo e proteção infinitos. À Joana por ser um exemplo de força e ambição. Aos meus sobrinhos, que são a luz e a alegria de qualquer dos meus caminhos. À minha afilhada que é a paz e o sorriso de cada passo. Agradeço à minha avó por ter feito sempre o caminho dela com uma bondade infindável. Agradeço a quem fez de mim quem sou e que olha para o meu caminho de cima.

Agradeço ao Ricardo pelo amor desmedido, pelo apoio incansável e por nunca ter largado a minha mão ao longo deste caminho e de muitos outros. Por não me deixar desistir nas subidas nem cair nas descidas. Por fazer de mim, não só uma investigadora melhor, mas uma pessoa melhor.

À Sandra, ao Carlos e à Marta, a minha família do coração, que me apoiou e acarinhou ao longo deste longo caminho.

Agradeço aos meus colegas a quem chamo amigos, especialmente à Joana, à Sara, ao João e à Maria, pela força que me deram para chegar até aqui e desejá-lhes a maior sorte no caminho deles.

Ao Thomas pela influência e conhecimento, pela amizade, por acreditar em mim e, principalmente, por me ajudar a traçar o meu caminho.



# Resumo

A violência sexual representa uma grave violação dos direitos humanos, afetando profundamente o bem-estar, a identidade e as relações das vítimas. Esta investigação explora de que forma o Design de Interação, através de uma plataforma online, pode apoiar no percurso de recuperação e empoderar as mulheres vítimas deste tipo de violência. Embora possa atingir pessoas de todos os géneros, em Portugal 87% das vítimas identificadas são mulheres. Assente numa abordagem de Human-Centered Design e metodologias de Design Participativo, esta investigação visou o desenvolvimento de artefacto interativo que responda às necessidades das utilizadoras, promovendo confiança, empoderamento, apoio emocional, apoio processual, partilha e acesso a recursos úteis no percurso de recuperação.

O processo dividiu-se em três fases: (i) exploratória: com revisão de literatura, entrevistas a três especialistas e um design workshop com cinco mulheres sobreviventes; (ii) generativa: com desenvolvimento iterativo de protótipos através de Research Through Design; (iii) avaliativa: com entrevistas a três vítimas, três psicólogas e três designers, além de um questionário sobre Processo, Invenção, Relevância e Extensão.

Os resultados indicam que a plataforma proposta pode apoiar a recuperação das vítimas, e empoderá-las, demonstrando que o Design de Interação pode contribuir significativamente para causas sociais complexas e gerar conhecimento transformador.

**Palavras-chave:** Design de Interação, Violência Sexual, Plataforma Online, Human-Centered Design, Design Participativo.



# Abstract

Sexual violence represents a severe violation of human rights, deeply affecting the well-being, identity, and relationships of its victims. This research explores how Interaction Design, through an online platform, can support the recovery journey and empower women who have experienced this form of violence. Although it can affect individuals of all genders, in Portugal 87% of identified victims are women. Grounded in a Human-Centered Design approach and Participatory Design methodologies, an interactive artifact was developed to respond to users' needs, fostering safety, emotional support, empowerment, and access to useful resources.

The process was divided into three main phases: (i) exploratory: involving a literature review, interviews with three experts, and a design workshop with five women survivors; (ii) generative: through iterative prototyping using a Research Through Design approach; and (iii) evaluative: with interviews involving three survivors, three psychologists, and three designers, complemented by a questionnaire assessing Process, Invention, Relevance, and Reach.

The findings suggest that the proposed platform can effectively support the recovery process and empower victims, demonstrating that Interaction Design can meaningfully contribute to complex social issues and generate transformative knowledge.

**Keywords:** Interaction Design, Sexual Violence, Online Platforms, Human-Centered Design, Participatory Design.



# Lista de Acrónimos

**AMCV** - Associação de Mulheres Contra a Violência

**APAV** - Associação Portuguesa de Apoio à Vítima

**APMJ** - Associação Portuguesa de Mulheres Juristas

**CIG** - Comissão para a Cidadania e a Igualdade de Género

**DI** - Design de Interação

**DP** - Design Participativo

**HCD** - Human-Centered Design

**IPM** - Instituto Maria da Penha

**PICA** - Projeto de Intervenção com Pessoas Agressoras

**RdT** - Research Through Design

**TAV** - Técnico/a de Apoio à Vítima

**UMAR** - União de Mulheres Alternativa e Resposta

**VAW** - Violence Against Woman

**VS** - Violência Sexual

**VVS** - Vítimas de Violência Sexual



# Glossário

**Abuso sexual** – Contacto ou atividade sexual imposta a uma pessoa que não está em condições de compreender, resistir ou dar consentimento válido. É particularmente comum em vítimas com deficiência ou em contexto infantil (WHO, 2012)

**Apoio Social** – Rede de relações e recursos, formais ou informais, que proporcionam suporte emocional, informativo ou prático a uma pessoa em situação de vulnerabilidade

**Assédio sexual** – Comportamento de natureza sexual não desejado, verbal, não verbal ou físico, que visa ou tem como efeito perturbar, intimidar ou humilhar a vítima, ocorrendo frequentemente em ambientes como escolas ou locais de trabalho (WHO, 2012)

**Chatbots** – Programas computacionais que simulam conversas humanas através de linguagem natural, escritas ou orais

**Co-criação** – Trata-se de um ato de criatividade coletiva, no qual duas ou mais pessoas contribuem de forma ativa para a geração de ideias, conceitos ou soluções (Sanders & Stappers, 2008)

**Content-first** - Abordagem de design que prioriza o conteúdo em detrimento da estrutura ou estética visual inicial. Parte do princípio de que a função principal de qualquer interface é comunicar informação útil, e por isso o conteúdo deve orientar as decisões de layout, navegação e hierarquia visual (Interaction Design Foundation, 2024).

**Copy** – Texto produzido com intenção persuasiva ou informativa, geralmente associado a conteúdos de comunicação digital, publicidade ou interface

**Human-Centered Design** – Abordagem que visa compreender e responder a preocupações humanas reais, colocando as pessoas e os seus contextos no centro do processo de design (Buchanan, 2001)

**Insight** – Compreensão significativa ou revelação súbita que emerge a partir da análise de dados qualitativos, permitindo a identificação de padrões latentes, necessidades profundas ou motivações humanas subjacentes

**Interactional Breakdowns** – Conceito introduzido por Park et al. (2022) para descrever as falhas ou ruturas que ocorrem nas interações entre vítimas de violência sexual e os sistemas institucionais de apoio, como forças policiais, hospitais ou serviços jurídicos

**Mobile-first** - Abordagem que se baseia no princípio de desenhar primeiro para os dispositivos com menor capacidade, em termos de ecrã, interação e conectividade, o que obriga a uma hierarquização mais rigorosa das funcionalidades e conteúdos essenciais (Interaction Design Foundation, 2024).

**Research Through Design**- Abordagem metodológica na qual a criação de artefactos funciona como uma via para a geração de conhecimento (Martin & Hanington, 2012).

**Signifier** - Elemento visual, sonoro ou tátil que indica de forma clara como uma ação pode ser realizada num sistema ou interface.

**Triggers**- Estímulos externos ou internos que despertam uma resposta emocional intensa, geralmente associada a experiências traumáticas passadas

**User flow**- Representação visual ou textual do caminho que um utilizador percorre dentro de um sistema para atingir um objetivo específico.

**Violação** – Forma extrema de violência sexual, que envolve penetração forçada através de coerção física, intimidação ou aproveitamento da incapacidade da vítima para consentir, como em casos de sono, intoxicação ou deficiência mental (WHO, 2012)

**Violência Sexual** – Ato ou tentativa de ato sexual imposto, proposta indesejada ou qualquer forma de coerção dirigida à sexualidade de alguém, em qualquer contexto. Inclui violação, abuso, assédio e práticas forçadas (WHO, 2012)





# Índice Geral

<b>Dedicatória</b>	<b>vii</b>
<b>Agradecimentos</b>	<b>ix</b>
<b>Resumo</b>	<b>xi</b>
<b>Abstract</b>	<b>xiii</b>
<b>Lista de Acrónimos</b>	<b>xv</b>
<b>Glossário</b>	<b>xvii</b>
<b>Índice Geral</b>	<b>xxi</b>
<b>Índice de Figuras</b>	<b>xxv</b>
<b>Índice de Tabelas</b>	<b>xxix</b>
<b>1.Introdução</b>	<b>1</b>
1.1 Problematização	5
1.2 Questões da Investigação	7
1.2.1 Principal	7
1.2.2 Secundárias	7
1.3 Objetivos	8
1.3.1 Principais	8
1.3.2 Secundários	8
1.4 Argumento	9
1.5 Desenho da Investigação	10
1.5.1 Fase Exploratória	11
Revisão de Literatura	11
Entrevistas Semi-Estruturadas	11
Design Workshop	11
1.5.2 Fase Generativa	12
Research Through Design	12
Prototipagem	12
1.5.3 Fase Avaliativa	12
Entrevistas Semi-Estruturadas com Especialistas	12
Protocolo Think Aloud	13
<b>2. Revisão de Literatura</b>	<b>17</b>
2.1 O Panorama Global e Nacional da Violência Sexual	17
2.2 Consequências da Violência Sexual	19
2.3 Caminhos para a Recuperação: Desafios e Estratégias	20
2.4 Plataformas Online no Apoio às VVS: Desafios e Oportunidades para o Design de Interação	23
2.6 Fomentar a Confiança na Interação Digital	31
<b>3. Fase exploratória:</b>	<b>39</b>
<b>Colaboração e Co-criação</b>	<b>39</b>
3.1 Entrevistas semi-estruturadas a especialistas	39

3.1.1 Resultados Obtidos	41
3.1.2 Análise e Discussão	44
3.2 Design workshop	45
3.2.1 Procedimentos	46
3.2.2 Angariação de Participantes	47
3.2.3 Primeira Sessão	49
3.2.4 Questionário entre sessões	49
3.2.5 Segunda Sessão	50
3.2.6 Resultados	51
3.2.7 Análise	56
3.2.8 Limitações	57
<b>4. Fase Generativa: Prototipagem</b>	<b>61</b>
4.1 Requisitos de Design	61
4.2 User Flow	63
	65
4.3 Hierarquização da Informação Inicial	65
4.4 Identidade Visual	67
4.4.1 Paleta Cromática e Tom Visual	67
4.4.2 Tipografia	68
4.4.3 Imagens e Elementos Visuais	68
4.4.4 Composição Visual	70
4.5 Wireframes	70
4.6 Mapeamento do Protótipo Interativo: Estrutura e Funcionalidades	74
4.6.1 Página Inicial	74
4.6.2 Página de Informações	77
4.6.3 Página de Testemunhos	78
4.6.4 Página de Comunidade (Chat Anónimo)	79
4.6.5 Página da Arte	80
4.7 Confiança como Pilar no Design de Interação	81
<b>5. Fase Avaliativa</b>	<b>87</b>
5.1 Procedimentos	88
5.2 Resultados	89
5.3 Questionário de Avaliação	93
5.3.1 Perceção Geral da Plataforma	93
5.3.2 Utilizadoras finais (VVS)	97
5.3.3 Especialistas de saúde mental	99
5.3.4 Especialistas em design de comunicação e design de interação	101
5.4 Comentários e Sugestões Finais	103
5.5 Análise e Discussão	105
5.6 Iterações: organização de insights e correções	106
<b>6. Projeto Final Safe Haven</b>	<b>111</b>
6.1 Correções e Iterações ao Protótipo	111
6.2 Adaptação em Mobile: Emergência e Acessibilidade	116

<b>7. Conclusões e Considerações Finais</b>	<b>123</b>
7.1 Limitações	125
7.2 Recomendações Futuras	126
7.3 Disseminação	128
7.4 Reflexão Pessoal da Investigadora	128
<b>Referências Bibliográficas</b>	<b>133</b>
<b>Apêndice A</b>	<b>14</b>
<b>Apêndice B- User Flows Iniciais</b>	<b>154</b>
<b>Apêndice C - Guião das entrevistas exploratórias</b>	<b>155</b>
<b>Apêndice D - Transcrição das Entrevistas exploratórias</b>	<b>158</b>
<b>Apêndice E - Consentimentos das Entrevistas exploratórias</b>	<b>208</b>
<b>Apêndice F - Design workshop Piloto</b>	<b>211</b>
<b>Apêndice G - Design workshop - Notas</b>	<b>213</b>
<b>Apêndice H - Design workshop Consentimentos</b>	<b>215</b>
<b>Apêndice I - Resultados detalhados do design workshop</b>	<b>217</b>
<b>Apêndice J - Questionário entre sessões</b>	<b>224</b>
<b>Apêndice K - Fase avaliativa - Guião</b>	<b>226</b>
<b>Apêndice L - Fase avaliativa - Protocolo Questionário</b>	<b>229</b>
<b>Apêndice M - Fase avaliativa - Consentimento</b>	<b>233</b>
<b>Apêndice N - Fase avaliativa - Apresentação da investigação</b>	<b>237</b>
<b>Apêndice O- Fase avaliativa - Transcrições das Entrevistas</b>	<b>243</b>



# Índice de Figuras

Fig. 1 - Organograma da Investigação;	10
Fig.2- Modelo de feedback da confiança na interação entre o utilizador e o sistema. (Constantine, 2006);	33
Fig.3- Modelo de Confiança entre o Humano e o Computador (Sousa et al., 2014);	34
Fig.4- Organização dos insights da Entrevista exploratória de Filipa Cardoso, no Figjam;	41
Fig.5 - Primeiro esboço do planeamento do design workshop;	46
Fig.6 - Colocação dos cartazes para angariação de participantes para o design workshop - 1;	47
Fig.7 - Colocação dos cartazes para angariação de participantes para o design workshop - 2;	47
Fig.8 - Cartaz para angariação de participantes para o design workshop;	48
Fig.9 - Exercício Icebreaker do design workshop, realizado em Miro;	55
Fig.10 - Exercício Brainstorm do design workshop, realizado em Miro;	55
Fig.10 - Exercício Páginas e Plataformas do design workshop, realizado em Miro;	55
Fig.11 - User flow final - utilizadora em emergência;	63
Fig.12 - User flow final - utilizadora sem emergência - 1;	64
Fig.13 - User flow final - utilizadora sem emergência - 2;	65
Fig.14 - Arquitetura de informação inicial;	66
Fig.15 - Design visual da plataforma;	67
Fig.16 - Colagem das fotografias utilizadas na plataforma, da autoria de Felipe Ditadi, fotógrafo e autor das imagens;	69
Fig.17 - Primeiros esboços de wireframes - baixa fidelidade;	71
Fig.18 - Segundos esboços de wireframes - baixa fidelidade;	71
Fig.19 - Primeiros wireframes de baixa fidelidade no Figma;	71
Fig.20 - Segunda fase de wireframes de baixa fidelidade no Figma;	72
Fig.21 - Terceira fase de wireframes no Figma;	72
Fig.22 - Quarta fase de wireframes no Figma;	72
Fig.23 - Quinta fase de wireframes no Figma;	73
Fig.24 - Sexta fase de wireframes no Figma. Início de uma aproximação do resultado final;	73
Fig.25 - Aproximação do resultado final - wireframes;	73
Fig.26 - Página Inicial - Protótipo;	74
Fig.27 - Mapa interativo de pontos de abrigo/socorro - Protótipo;	75
Fig.28 - Cartas interativas, mitos - Protótipo;	75

Fig.29 - Cartas interativas, realidades - Protótipo;	76
Fig.30 - Página de Informações - Protótipo;	77
Fig.31 - Página de Informações - descrição de informação - Protótipo;	78
Fig.32 - Página de Testemunhos - Protótipo;	79
Fig.33 - Testemunho em vídeo - Protótipo;	79
Fig.34 - Página da Comunidade - Protótipo;	80
Fig.35 - Página da Arte - Protótipo;	81
Fig.36 - Apresentação da investigação;	87
Fig.37 - Entrevista avaliativa com a designer de comunicação;	89
Fig.38 - Gráfico 1 correspondente à secção perceção geral da plataforma;	94
Fig.39 - Gráfico 2 correspondente à secção perceção geral da plataforma;	94
Fig.40 - Gráfico 3 correspondente à secção perceção geral da plataforma;	94
Fig.41 - Gráfico 4 correspondente à secção perceção geral da plataforma;	95
Fig.42 - Gráfico 5 correspondente à secção perceção geral da plataforma;	95
Fig.43 - Gráfico 6 correspondente à secção perceção geral da plataforma;	95
Fig.44 - Gráfico 7 correspondente à secção perceção geral da plataforma;	95
Fig.45 - Gráfico 7 correspondente à secção perceção geral da plataforma;	96
Fig.46 - Gráfico 8 correspondente à secção perceção geral da plataforma;	96
Fig.47 - Gráfico 1 correspondente à secção das utilizadoras finais - VVS;	97
Fig.48 - Gráfico 2 correspondente à secção das utilizadoras finais - VVS;	97
Fig.49 - Gráfico 3 correspondente à secção das utilizadoras finais - VVS;	98
Fig.50 - Gráfico 4 correspondente à secção das utilizadoras finais - VVS;	98
Fig.51 - Gráfico 5 correspondente à secção das utilizadoras finais - VVS;	98
Fig.52 - Gráfico 6 correspondente à secção das utilizadoras finais - VVS;	98
Fig.53 - Gráfico 7 correspondente à secção das utilizadoras finais - VVS;	99
Fig.58 - Gráfico 1 correspondente à secção da especialistas de saúde mental;	100
Fig.59 - Gráfico 2 correspondente à secção da especialistas de saúde mental;	100
Fig.60 - Gráfico 3 correspondente à secção da especialistas de saúde mental;	100
Fig.61 - Gráfico 1 correspondente à secção da especialistas em design de comunicação e interação;	101
Fig.62 - Gráfico 2 correspondente à secção da especialistas em design de comunicação e interação;	101
Fig.63 - Gráfico 3 correspondente à secção da especialistas em design de comunicação e interação;	102
Fig.64 - Gráfico 4 correspondente à secção da especialistas em design de comunicação e interação;	102
Fig.65 - Gráfico 5 correspondente à secção da especialistas em design de comunicação e interação;	102
Fig.66 - Gráfico 6 correspondente à secção da especialistas em design de comunicação e interação;	103

Fig.67 - Gráfico 7 correspondente à secção da especialistas em design de comunicação e interação;	103
Fig.68 - Organização das correções emergentes do protocolo think-aloud;	107
Fig.69 - Organização das correções emergentes do protocolo think-aloud ao promenor;	107
Fig.70 - Protótipo Final - Página Inicial;	112
Fig.71 - Protótipo Final - Cartas interativas corrigidas;	112
Fig.72 - Protótipo Final - Footer;	113
Fig.73 - Protótipo Final - Tutorial;	113
Fig.74 - Protótipo Final - Apresentação da página de apoio médico;	114
Fig.75 - Protótipo Final - Apresentação de médicos especializados na página de apoio médico;	114
Fig.76 - Protótipo Final - Página área pessoal - perfil e chats ativos;	115
Fig.77 - Protótipo Final - Página área pessoal - elementos guardados;	115
Fig.78 - Protótipo Final versão <i>Mobile</i> - Página Inicial;	117
Fig.79 - Protótipo Final versão <i>Mobile</i> - Chamada SOS;	117
Fig.80 - Protótipo Final versão <i>Mobile</i> - continuação da Página Inicial;	118
Fig.81 - Protótipo Final versão <i>Mobile</i> - preciso de ajuda agora;	118
Fig.82 - Protótipo Final versão <i>Mobile</i> - chamada para ponto de abrigo mais próximo;	118
Fig.83 - Protótipo Final versão <i>Mobile</i> - chamada para apoio policial mais próximo;	118
Fig.84 e 85 - Publicações na rede social Instagram - disseminação da investigação - PDC Place, 2024;	128
Fig.86 - Apresentação da investigação- disseminação da investigação - PDC Place, 2024;	128



# Índice de Tabelas

Tab. 1 - Casos de Estudo que cruzam as áreas da violência sexual e o design de interação;	22
Tab. 2 - Estratégias inspiradas em Dombrowski et al. (2016);	27
Tab. 3 - Síntese das sugestões e insights dadas pelas especialistas entrevistadas;	42
Tab. 4 - Síntese das conclusões das entrevistas exploratórias;	43
Tab. 5 - Tabela descritiva dos resultados do design workshop, sessão 1;	52
Tab. 6 - Tabela descritiva dos resultados do design workshop, sessão 2;	53
Tab. 7 - Tabela síntese dos resultados do exercício brainstorm;	54
Tab. 8 - Tabela conclusiva de requisitos provenientes das entrevistas e do design workshop - 1;	62
Tab. 9 - Tabela conclusiva de requisitos provenientes das entrevistas e do design workshop - 2;	62
Tab. 10 - Tabela síntese dos pontos fortes e sugestões de melhoria no campo da usabilidade e interação;	90
Tab. 11 - Tabela síntese dos pontos fortes e sugestões de melhoria no campo da experiência da utilizadora;	91
Tab. 12 - Tabela síntese dos pontos fortes e sugestões de melhoria no campo dos requerimentos e conteúdos;	92
Tab. 13 - Tabela síntese dos pontos fortes e sugestões de melhoria no campo do potencial da plataforma;	92
Tab. 14 - Tabela síntese dos comentários finais do questionário avaliativo;	104

# Capítulo 1







# 1.Introdução

A violência sexual (VS) é um problema muito grave e acentuado na nossa sociedade. Ato deste tipo acontecem com muita frequência, em todas as culturas, em todos os meios, contextos, países, em qualquer lugar, a qualquer pessoa. A história mostra-nos que nem sempre foi assim, mas, atualmente, é considerada uma grave violação dos direitos humanos e da liberdade (Mendes, 2016).

As Nações Unidas têm como quinto Objetivo de Desenvolvimento Sustentável atingir a igualdade de gênero e dar poder a todas as mulheres e raparigas, sendo um dos objetivos específicos eliminar todas as formas de violência contra mulheres e raparigas nas esferas pública e privada, nomeadamente a violência sexual (United Nations, n.d.).

De acordo com um relatório realizado pela WHO, à escala global, quase uma em cada três mulheres sofre violência sexual pelo menos uma vez na vida. Nos Estados Unidos, 81% das mulheres e 43% dos homens já reportaram incidentes, tanto de violência sexual como de assédio sexual (Do et al., 2021). Este tipo de violência ocorre precocemente: quase uma em cada quatro (24%) raparigas adolescentes, com idades entre os quinze e os dezanove anos, sofreu violência física ou sexual por parte de um parceiro (WHO, 2022).

Apesar de o número de vítimas de VS do sexo masculino estar a aumentar, a quantidade de vítimas de VS do sexo feminino continua a ser significativamente mais elevada: em Portugal, 87% das vítimas de violência sexual são mulheres, sendo que, em média, nove em cada dez suspeitos de crimes sexuais são homens (INE, 2023). Podemos concluir que tanto homens como mulheres podem tornar-se tanto agressores como vítimas de assédio sexual, mas, estatisticamente, a maioria dos agressores são homens, enquanto a maioria das vítimas são mulheres (Februanti & Kartilah, 2019).

Por essa razão, a investigação tem como foco vítimas de VS do sexo feminino e como objetivo atuar na fase subsequente à agressão sexual, ou seja, no momento da recuperação. Neste contexto, torna-se pertinente refletir sobre como o design pode intervir neste processo de recuperação e contribuir para soluções mais humanas e eficazes. É precisamente aqui que o design de interação assume um papel central.

O design de interação pode ser entendido como “O design dos aspetos subjetivos e qualitativos de tudo o que é simultaneamente digital e interativo.” (Moggridge, 2007, p. 660, T.L.)<sup>1</sup>. Esta área de investigação tem vindo a percorrer um caminho de evolução constante e a ganhar relevância, a partir das suas raízes comuns com a Human-Computer Interaction, sendo influenciada por outras áreas do design, como o design de produto e de comunicação.

Relativamente ao seu foco, o design de interação concentra-se nas interações entre indivíduos e sistemas, dispositivos ou interfaces, e procura desenhar experiências com significado (Höök & Löwgren, 2021). Alguns projetos em design desempenham um papel importante na formação do nosso mundo artificial e são criados com o objetivo de melhorar o bem-estar humano e moldar o nosso potencial futuro (Bardzell & Bardzell, 2011).

Como área do design, o design de interação pode, e deve, desempenhar um papel fundamental na sociedade, com o propósito de ajudar negócios, comunidades e pessoas (Bødker, 2015): “Em síntese, os produtos interativos têm efeitos concretos, e, como designers, devemos garantir que os resultados do nosso trabalho gerem impactos positivos.” (Cooper et al., 2007, T.L.)<sup>2</sup>.

Ao criarmos artefactos que projetam uma nova e benéfica perspetiva política, estamos a contribuir para melhores futuros possíveis (Fuad-Luke, 2009). Assim, o *design activism* pode ser utilizado para abordar várias questões, tais como a pobreza, a desigualdade, a degradação ambiental e a injustiça social, na qual se inserem a violência sexual e a violência contra as mulheres. Ao promover colaboração e métodos participativos, envolvendo membros de uma comunidade no processo de design, podemos ajudar a criar soluções mais relevantes e eficazes, e gerar empoderamento dentro da comunidade (Fuad-Luke, 2009). De igual modo, é essencial existir a consciência de que se deve desenhar com as pessoas e não apenas para as pessoas (Manzini, 2015). Neste enquadramento, o design de interação pode desempenhar um papel importante tanto na prevenção como no tratamento e recuperação de casos de violência sexual.

.....

<sup>1</sup> “The design of the subjective and qualitative aspects of everything that is both digital and interactive.” (Moggridge, 2007, p. 660)

<sup>2</sup> “In a nutshell, interactive products do things, and as designers, we must be sure that the results of our labor do good things.” (Cooper et al., 2007).

Esta investigação tem como intenção focar-se num grupo de seres humanos vulneráveis, que necessita de ajuda e apoio: as mulheres vítimas de violência sexual. Assim, através de uma abordagem assente em princípios de Human-Centered Design e de Design Participativo, “uma prática em que os designers se focam nas necessidades humanas dos utilizadores do sistema.” (Interaction Design Foundation, n.d., T.L.)<sup>3</sup>, projetou-se um artefacto que se espera conseguir responder às necessidades destas utilizadoras, que precisam de apoio, facilitando o seu processo de recuperação e fornecendo os recursos necessários para tal. E devemos fazê-lo:

*“Como indivíduos e como membros da nossa profissão, precisamos de contribuir para a mudança das normas sociais de modo a que a VAW se torne inaceitável não só para as mulheres, mas para a sociedade como um todo.” (Garcia-Moreno, 2000, p.33, T.L.)<sup>4</sup>*

.....

<sup>3</sup> “a practice where designers focus on system users’ human needs” (Interaction Design Foundation, n.d.)

<sup>4</sup> “As individuals and as members of our profession, we need to contribute to changing social norms so that VAW becomes unacceptable not just to women, but to society as a whole.” (Garcia-Moreno, 2000, p.33)



## 1.1 Problematização

O processo de recuperação após uma agressão sexual é frequentemente longo, solitário e extremamente desafiante. Park et al. (2022) sublinham a escassez de informação sobre o que fazer após a agressão, bem como a ausência de orientação clara quanto aos recursos disponíveis. No processo da procura de ajuda, as vítimas deparam-se com obstáculos institucionais, sociais e emocionais que os autores denominam de *interactional breakdowns*. Perante estas falhas, as vítimas são forçadas a enfrentar o trauma enquanto lidam simultaneamente com a ansiedade, o medo, a frustração, e a ausência de apoio eficaz. Este conjunto de fatores frequentemente conduz à desistência desta procura de ajuda, à desistência de prosseguir com reportar o crime ou até à exaustão total, acabando por se conformar com a situação.

As consequências da VS manifestam-se de forma profunda e persistente. Vão desde sintomas psicológicos como ansiedade, desequilíbrio emocional, perda de autoestima e dissociação (Kelly, 1998; Hopper, 2018), até manifestações físicas como distúrbios do sono, fadiga crónica, dores, além de comprometerem a saúde sexual (WHO, 2003). Como explica Herman (1992), estes eventos são traumáticos e colocam a vítima perante uma situação de impotência e terror.

Neste contexto, os apoios mais pertinentes são frequentemente os de natureza legal e psicológica. Simorangkir e Schumacher (2022) destacam também a importância de garantir o anonimato como um fator determinante para que as vítimas se sintam seguras na partilha da sua história, e por conseguinte, avancem com o processo de pedir ajuda.

Além disso, a experiência de revitimização por parte de instituições formais ou círculos sociais pode agravar o trauma inicial. A vitimização secundária, caracterizada por reações de julgamento, descrédito ou culpabilização, contribui para que muitas vítimas evitem denunciar ou mesmo falar sobre o sucedido (Park e Lee, 2021): *“A senhora que me atendeu quando fui fazer queixa não acreditou em mim e disse que eu estava a exagerar.”* (Entrevistada 2, entrevista fase avaliativa) Assim, a procura de espaços alternativos, mais seguros e anónimos, torna-se uma estratégia recorrente.

É neste ponto que o DI e as plataformas online podem desempenhar um papel relevante no apoio à recuperação: podem oferecer a possibilidade de

partilha em ambientes anónimos e empáticos, reduzindo o medo de julgamento e promovendo a autonomia narrativa das vítimas. Maeng e Lee (2021) observaram que algumas vítimas se sentem mais confortáveis a interagir com agentes virtuais (chatbots), precisamente por acreditarem que não serão alvo de julgamento, nem expostas a olhares externos. No entanto, o potencial destas plataformas pode ser comprometido caso se concentrem apenas em aspetos funcionais ou de usabilidade, ignorando os fatores de sobrecarga emocional que afetam profundamente a experiência de interação.

Apesar do trabalho fundamental da APAV na nossa sociedade, os websites institucionais como o da mesma, apresentam, frequentemente, linguagem formal, uma linguagem visual institucional com imagens violentas e terminologias categorizadoras que podem afastar ou assustar utilizadoras recém-expostas a situações de violência. A análise de testemunhos disponíveis no website The Survivors Trust (1999) revela que muitas vítimas, mesmo após a agressão, não se reconhecem na palavra “vítima”, resistindo a este rótulo. Assim, plataformas que reforcem esse enquadramento identitário podem inibir o processo de procura de ajuda, em vez de o facilitar.

Face a estas limitações, torna-se necessário conceber soluções que vão além do suporte institucional tradicional, e que respondam a todos os problemas supracitados. Estudos como os de O’Neill (2018) e Winefield (2006) sublinham que o apoio entre pares e o contacto com pessoas que tenham vivido experiências semelhantes podem reforçar a sensação de validação, empatia e pertença. Goffman (1959) designa estas figuras como *sympathetic others*, cuja presença é essencial num processo de reconstrução da identidade após o trauma.

Neste sentido, julgou-se indispensável nesta investigação adotar uma abordagem baseada em princípios de HCD e design participativo, que reconheça e integre as experiências das vítimas no próprio processo de construção da plataforma. Tal como propõem Bardzell (2010) e Manzini (2015), o envolvimento ativo das utilizadoras no design do sistema não assegura apenas soluções mais eficazes, como também contribui para o seu empoderamento e sentido de agência. Esta abordagem ética e colaborativa é essencial para a criação de ferramentas digitais que sejam verdadeiramente humanas, seguras e capazes de responder às complexas necessidades emocionais, sociais e práticas das vítimas de violência sexual.

## **1.2 Questões da Investigação**

### **1.2.1 Principal**

- **Como pode o Design de Interação, através de uma plataforma online, apoiar na recuperação de mulheres vítimas de violência sexual?**

### **1.2.2 Secundárias**

- De que modo uma plataforma assente nas abordagens HCD e design participativo pode facilitar que mulheres vítimas de violência sexual se sintam seguras, compreendidas e procurem ajuda?
- Como pode uma plataforma online intermediar uma comunidade de apoio humano e sensível para as vítimas de violência sexual?

## **1.3 Objetivos**

### **1.3.1 Principais**

- Desenvolver uma plataforma online que forneça apoio no processo de recuperação às mulheres vítimas de violência sexual;
- Fornecer informação e ferramentas num espaço que empodere as mulheres vítimas de violência sexual;

### **1.3.2 Secundários**

- Gerar um ambiente no qual as vítimas se possam sentir seguras para procurar ajuda e/ou partilhar a sua história com uma comunidade de apoio;
- Incluir as utilizadoras no processo de investigação, de forma a tornar o artefacto final mais adequado e alinhado com as necessidades, sensibilidade e expectativas das mesmas;
- Colaborar com profissionais especializados tanto em violência sexual, apoio à vítima como em design de interação, para criar conhecimento que alimente o desenvolvimento do projeto;

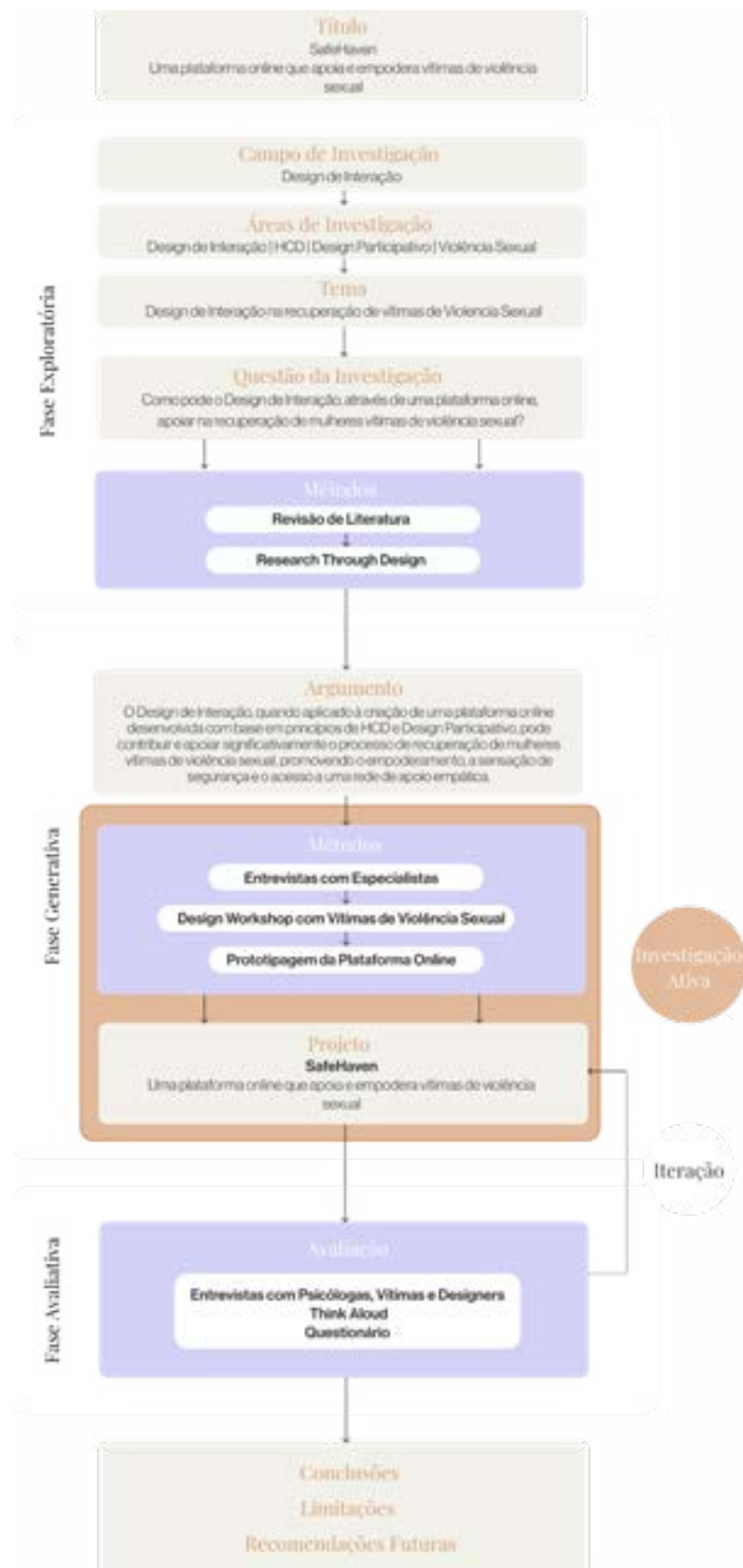
## 1.4 Argumento

O Design de Interação, quando aplicado à criação de uma plataforma online desenvolvida com base em princípios de HCD e Design Participativo, pode contribuir e apoiar significativamente o processo de recuperação de mulheres vítimas de violência sexual, promovendo o empoderamento, a sensação de segurança e o acesso a uma rede de apoio empática.

## 1.5 Desenho da Investigação

A fig. 1 ilustra o desenho da presente investigação:

Fig. 1 - Organograma da Investigação;



O artefacto desenvolvido ao longo desta investigação procurou responder às necessidades expressas pelas VVS, seguindo os princípios do HCD. Tal como defende Manzini (2015), tornou-se essencial que este fosse concebido *com* as utilizadoras, e não apenas *para* as utilizadoras, recorrendo a uma abordagem colaborativa e participativa com vítimas e especialistas.

### **1.5.1 Fase Exploratória**

#### **Revisão de Literatura**

A revisão da literatura desempenhou um papel central nesta investigação, constituindo uma base sólida de enquadramento teórico e conceptual. Teve como finalidade analisar as contribuições existentes, estabelecer ligações relevantes entre autores e identificar lacunas que justificassem a pertinência da presente investigação.

#### **Entrevistas Semi-Estruturadas**

As entrevistas semi-estruturadas foram utilizadas como técnica qualitativa fundamental para recolher testemunhos em primeira mão. Foram conduzidas entrevistas com especialistas, nomeadamente psicólogas e técnicas de apoio a vítimas, com o objetivo de compreender os principais desafios enfrentados tanto pelas vítimas como pelos profissionais que as acompanham. Esta informação foi crucial para orientar o desenvolvimento do artefacto, assegurando a sua relevância, aplicabilidade e sensibilidade ao contexto.

#### **Design Workshop**

Foi realizado um design workshop com VVS com o objetivo de envolver as utilizadoras diretamente no processo criativo, adotando uma abordagem de co-design. Estas sessões incluíram atividades como mapeamentos e diagramas, pensadas para estimular a expressão emocional e conceptual das participantes, até a elaboração de wireframes de baixa fidelidade.

## 1.5.2 Fase Generativa

### Research Through Design

A abordagem Research Through Design articula conhecimento teórico e técnico com a prática projetual, promovendo a experimentação crítica como forma de produção de conhecimento. Segundo Martin & Hanington (2012), esta metodologia reconhece o processo de design como uma atividade válida de investigação, capaz de gerar conhecimento através da criação e iteração de artefactos. Neste projeto, essa abordagem materializou-se em diversos exercícios exploratórios preliminares, como a criação de personas, mapas de empatia e user flows, cujos resultados preliminares se encontram documentados no [Apêndice A](#). Materializou-se principalmente na fase da prototipagem ao gerar conhecimento através do processo de iteração do protótipo.

### Prototipagem

A fase de prototipagem teve uma natureza iterativa, possibilitando a concretização e o teste progressivo das soluções propostas. Os protótipos desenvolveram-se desde esboços até versões de alta fidelidade, tendo por base os contributos recolhidos nas fases anteriores, tanto de especialistas como das vítimas participantes nos workshops. A construção dos protótipos foi igualmente informada pelos wireframes de baixa fidelidade desenvolvidos no decorrer do design workshop.

## 1.5.3 Fase Avaliativa

### Entrevistas Semi-Estruturadas com Especialistas

Durante a fase de avaliação, foram conduzidas entrevistas semi-estruturadas com especialistas nas áreas de design de interação, design de produto e design de comunicação. O objetivo consistiu em avaliar o protótipo final quanto à sua usabilidade, adequação às necessidades das utilizadoras, clareza comunicativa e coerência visual. Através de um guião pré-definido, recolheu-se feedback técnico e estratégico, o qual serviu de base para identificar erros e possíveis melhorias. Esta fase seguiu um guião presente no [Apêndice K](#).

## **Protocolo Think Aloud**

Complementarmente, foi aplicado um protocolo think aloud durante as sessões de avaliação, com o intuito de compreender em tempo real o raciocínio, dificuldades e percepções das participantes ao interagirem com o protótipo. As participantes foram nove mulheres, divididas em três segmentos: VVS, designers e psicólogas. O procedimento permitiu aceder a dados qualitativos detalhados sobre a experiência de navegação, a clareza das funcionalidades e o nível de conforto emocional proporcionado pela interface. Os testemunhos recolhidos foram posteriormente analisados à luz dos objetivos da investigação e contribuíram para o refinamento final do artefacto.

# Capítulo 2



# 02



## 2. Revisão de Literatura

### 2.1 O Panorama Global e Nacional da Violência Sexual

A violência sexual é um problema de elevada gravidade que atravessa fronteiras culturais, sociais, económicas e contextuais profundas, impactando de forma extrema o bem-estar físico, emocional, social e psicológico das vítimas (Herman, 1992).

Globalmente, cerca de 650 milhões de mulheres, e entre 410 e 530 milhões de homens e rapazes, foram vítimas de violência sexual durante a infância (UNICEF,2024). De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2022), quase uma em cada três mulheres em todo o mundo sofre de violência sexual pelo menos uma vez na vida. Dados adicionais da OMS (2021) revelam que a violência contra as mulheres tem início de forma alarmantemente precoce, sendo que cerca de 736 milhões de mulheres, ou uma em cada três, enfrentam violência física ou sexual por parte de um parceiro íntimo ou de outra pessoa ao longo das suas vidas.

Em Portugal, estatísticas recentes destacam que 87% das vítimas de violência sexual são mulheres, com os agressores sendo predominantemente homens (INE, 2023). De acordo com a Comissão para a Cidadania e a Igualdade de Género (2023),:

*“os crimes contra a liberdade e a autodeterminação sexual atingem, de forma desproporcional, as mulheres, enquadrando-se, igualmente, na violência de género. Em média, em cada 10 pessoas suspeitas de cometer crimes contra a liberdade e a autodeterminação sexual, cerca de 9 são homens e cerca de 1 é mulher; e em cada 10 pessoas vítimas desta tipologia de crime, 9 são mulheres e 1 é homem.” (CIG, 2023, p. 136)*

Esta realidade é agravada pelo estigma social e pela revitimização, que dificultam a busca por ajuda e contribuem para o isolamento das vítimas (Renascença, 2023). Assim, torna-se imperativo criar soluções empáticas e acessíveis que abordem os desafios enfrentados pelas vítimas no seu processo de recuperação. O Relatório Anual da APAV (2022) afirma que, em Portugal,

no ano de 2021, foram relatados 294 crimes sexuais contra adultos, sendo 137 casos de violação. A CNN Portugal (2022) relata que, segundo o secretário-geral do Sistema de Segurança Interna, Paulo Vizeu Pinheiro, houve um aumento de 26% nos casos de violação em Portugal em 2021, com 82 casos a mais em comparação com o ano anterior. De acordo com o Diário de Notícias (2025), o ano de 2024 registou 543 participações por violação, o maior valor anual desde 1998, correspondendo a um aumento de 9,9% face a 2023 e superando o anterior pico de 519 em 2022. Estes dados revelam não apenas a gravidade do problema, mas também a necessidade de compreender os seus impactos mais profundos, abordando as consequências de tal violência para as vítimas e para a sociedade como um todo.

É importante compreender o que é a violência sexual: a violência sexual abrange todos os tipos de violência de natureza sexual, como assédio sexual, abuso sexual e violação (RAINN, 2022). Portanto, a violência sexual é definida como qualquer ato sexual indesejado, tentativa de ato sexual, avanço ou comentário sexual não desejado, bem como qualquer contato e interação de natureza sexual realizados por uma pessoa em relação a outra contra a sua vontade (APAV Para Jovens, s.d.).

Os termos “violação”, “assédio sexual”, “abuso sexual” e “violência sexual” são frequentemente usados de forma intercambiável, mas podem ter significados e conotações diferentes, dependendo do contexto (WHO, 2003).

A OMS (2003) afirma que os agressores podem ser qualquer pessoa, independentemente da sua relação com a vítima, do contexto familiar, social ou económico. A identidade do agressor não se limita a um estereótipo:

*Os agressores podem ser pessoas em posições de autoridade que são respeitadas e confiáveis e, portanto, menos propensas a serem suspeitas de violência sexual. (World Health Organization, 2003, p. 7, T.L.)<sub>1</sub>*

.....

*1 Perpetrators may be persons in positions of authority who are respected and trusted (e.g. a doctor, teacher, tourist guide, priest, police officer) and thus less likely to be suspected of sexual violence. (World Health Organization, 2003, p. 7.)*

## 2.2 Consequências da Violência Sexual

Os preconceitos ou ideias questionáveis em relação à violência sexual e à violação que não correspondem à realidade contribuem também para o problema. A OMS (2003) desmistifica esses preconceitos e apresenta factos sobre a violação. Os efeitos da violência sexual sobre a saúde das vítimas e das comunidades são graves e de grande amplitude. Embora variem consideravelmente de pessoa para pessoa, existem sintomas comuns que podem indicar que uma pessoa tenha sofrido abuso sexual (WHO, 2003). Alguns dos efeitos psicológicos incluem ansiedade, raiva, colapso mental, medo, frustração, sentimento de impotência, perda de auto estima, culpa, perda de auto respeito, ódio a si próprio e ódio generalizado para com os do mesmo sexo que o agressor (Kelly, 1998), transtorno de stress pós-traumático, depressão, fobias sociais, aumento do uso ou abuso de substâncias e comportamento suicida.

A longo prazo, as vítimas podem também experienciar dores de cabeça crónicas, fadiga, distúrbios do sono, náuseas recorrentes, distúrbios alimentares, dores menstruais e dificuldades na sua vida sexual. (WHO, 2003). Isto deve-se ao trauma que a violência sexual provoca na vítima, podendo ser descrito da seguinte maneira:

*“Eventos traumáticos superam os sistemas de cuidado ordinários que dão aos indivíduos uma sensação de controle, conexão e significado. Eventos traumáticos são extraordinários, não porque ocorrem raramente, mas porque superam as adaptações humanas ordinárias à vida... Eles confrontam os seres humanos com as extremidades da impotência e do terror e evocam as respostas de catástrofe” (Herman, 1992, p. 65, T.L.).*

Um acontecimento traumático, como uma situação de violência sexual é aquele que faz com que uma pessoa se sinta assustada e sobrecarregada, e muitas vezes leva a uma sensação de perda de controlo. Este tipo de evento, tal como

.....

*2 Traumatic events overwhelm the ordinary systems of care that give people a sense of control, connection, and meaning.... Traumatic events are extraordinary, not because they occur rarely, but rather because they overwhelm the ordinary human adaptations to life.... They confront human beings with the extremities of helplessness and terror, and evoke the responses of catastrophe. (Herman, 1992, p. 65)*

uma violação, pode ser visto como uma ameaça à sobrevivência de uma pessoa. No entanto, as pessoas reagem a eventos traumáticos de forma diferente porque os interpretam com base nas suas experiências passadas. Esta definição de trauma é uma orientação geral, uma vez que as experiências subjetivas de trauma das pessoas podem variar (Haskell & Randall, 2019).

Em resposta à violência sexual, as pessoas podem apresentar comportamentos instintivos e reflexos, como paralisia ou desmaio. Além disso, podem ocorrer respostas automáticas, como dissociação, entorpecimento emocional e redução da capacidade de sentir emoções (Hopper, 2018).

A busca de tratamento é essencial para ajudar as vítimas de violência sexual a lidarem com os efeitos traumáticos. A terapia cognitivo-comportamental é um dos tratamentos mais eficazes para o transtorno de stress pós-traumático e outros sintomas associados à violência sexual (Foa et al, 1989). Outras abordagens terapêuticas, como a terapia de exposição, a terapia de processamento cognitivo e a terapia de ressensibilização e reprocessamento, também podem ser benéficas (Zoellner et al, 2003). Além do tratamento psicoterapêutico, é importante fornecer apoio emocional e social às vítimas de violência sexual. Isso pode incluir o envolvimento de amigos e familiares de confiança, grupos de apoio de pares e organizações de apoio a vítimas de violência sexual no seu processo de recuperação (Ullman et al., 2014).

### **2.3 Caminhos para a Recuperação: Desafios e Estratégias**

Ao analisar publicações de vítimas de violência sexual no Reddit, O'Neill (2018) concluiu que as necessidades emocionais das VVS nem sempre são atendidas pelas estruturas formais disponíveis, como terapia ou o sistema judicial.

São diversas as razões que levam as vítimas a não denunciar o crime que sofreram às autoridades. Podemos identificar como principais a falta de informação sobre como proceder, a vergonha, a negação, o medo das consequências e a falta de provas (Maeng & Lee, 2021). Nesse sentido, é essencial informar e orientar estas vítimas sobre como denunciar e recolher evidências após o evento traumático.

Após uma agressão, a vítima enfrenta um processo longo e desafiador,

marcado por dificuldades emocionais, psicológicas e práticas. Entre os principais obstáculos identificados, corroborando com o que afirmam Maeng & Lee (2021), estão: i) a falta de informação sobre o que fazer após o incidente; ii) a escassez de canais de comunicação entre pessoas que enfrentam experiências semelhantes; e iii) os desafios burocráticos e emocionais associados ao relato do incidente, frequentemente agravados por falhas no sistema, que Park et al. (2022) definem como *interactional breakdowns*. Estes fatores, em conjunto, podem levar as vítimas a desistirem de procurar apoio, acabando por interromper o processo de recuperação, o que leva a extrema frustração, culpa e arrependimento.







A importância do apoio social na recuperação de vítimas de violência sexual é amplamente reconhecida. Burgess e Holmstrom (1978) demonstraram que as vítimas que receberam apoio social consistente apresentaram melhoras significativas na sua recuperação emocional e psicológica, mesmo anos após a agressão. Esse apoio, no entanto, pode ser tanto um facilitador quanto um agravante do trauma. Ullman (1999) salienta que reações negativas, como descrédito ou culpabilização, podem intensificar os sintomas de stress pós-traumático, enquanto reações empáticas e solidárias estão associadas a melhores desfechos psicológicos. Essa visão é corroborada por Davis et al. (1995), que apontam que até mesmo o sofrimento de “vítimas secundárias”, como familiares e amigos, pode impactar negativamente a qualidade do suporte oferecido às vítimas.


As desigualdades culturais e raciais também desempenham um papel importante no processo de recuperação. Wyatt (1990) observaram que vítimas de comunidades minoritárias enfrentam barreiras adicionais, incluindo descrédito e discriminação, ao buscar ajuda. Essas barreiras exigem intervenções culturalmente sensíveis que considerem as experiências diversas das vítimas, um ponto reforçado por Ullman (1999), que defende a necessidade de estratégias adaptadas a diferentes contextos.

Park et al. (2022) propõem soluções tecnológicas para abordar as falhas nos sistemas de suporte, incluindo a integração de dados e sistemas para assistência médica e jurídica, além de tecnologias baseadas em inteligência artificial. Essas ferramentas podem otimizar o acesso ao suporte, reduzindo os obstáculos enfrentados pelas vítimas e criando conexões mais eficazes entre redes de apoio formais e informais.

Existem outros projetos e iniciativas que cruzam as áreas de violência sexual e design de interação, com o objetivo de apoiar as vítimas. Alguns casos podem ser observados na Tabela 1:

Tab. 1 - Casos de Estudo que cruzam as áreas da violência sexual e o design de interação;

Caso	Autor	Descrição	Figuras	País
Interface Conversação nãl para Prevenção do Assédio Sexual	Do et al. (2021)	Um projeto desenvolvido por Do et al. (2021) que utiliza uma interface conversacional interativa para treinar e educar as pessoas sobre a prevenção do assédio sexual. Os participantes relataram imersão na situação e motivação para assumir o papel de ajudante, além de uma experiência de aprendizagem facilitada.		Estados Unidos
Computer-Mediated Social Support (CMSS)	Simorangkir & Schumacher (2022)	Um projeto realizado por Simorangkir & Schumacher (2022) que criou um sistema de suporte social mediado por computador para vítimas de assédio sexual na Indonésia. O projeto enfatiza a acessibilidade, o anonimato, o encaminhamento para outras organizações.		Alemanha
Eplone	Pang, 2021	Eplone é um toolkit que tem como objetivo criar um momento de intimidade entre parceiros, em situações em que um utilizador já foi vítima de violência sexual. Pretende normalizar e apaziguar o efeito do trauma, tendo um jogo de cartas pensado e estruturado de forma a promover o diálogo e os objetivos supracitados, e um artefacto de interação tangível que acompanha a respiração dos utilizadores ao longo do processo do jogo, coordenando as respirações do casal (Pang, 2021).		Eplone
Sexual Healing	Helder, 2017	Trata-se de um projeto de investigação que projeta uma nova visão da sexualidade e dos objetos sexuais, com a preocupação do bem-estar sexual de vítimas de violência sexual. Tem como objetivo ultrapassar as "disfunções sexuais" que as mulheres VVS podem experimentar após uma experiência traumática. O toolkit contém quatro objetos em que um é interativo, abordando a interação tangível para a saúde sexual da mulher (Helder, 2017).		Estados Unidos
Chayn	Helder, 2017	Chayn é uma plataforma digital global que apoia mulheres vítimas de violência de gênero, oferecendo recursos gratuitos, acessíveis e seguros para a sua recuperação e empoderamento. Utilizando tecnologia e design centrado no utilizador, a Chayn disponibiliza guias informativos, cursos online e espaços de apoio comunitário, permitindo que as sobreviventes encontrem ajuda de forma anónima e segura. Entre os seus projetos, destaca-se o Soul Medicine, um programa de apoio psicológico assíncrono. Com uma abordagem interseccional e feminista, a Chayn trabalha com uma rede de voluntárias e especialistas para criar conteúdos adaptados às necessidades das mulheres, ajudando-as a retomar o controlo das suas vidas.		Reino Unido
RAINN – Rape, Abuse & Incest National Network	Scott Berkowitz (1994)	RAINN é a maior organização norte-americana contra violência sexual. Opera a National Sexual Assault Hotline e uma plataforma online de apoio confidencial. Também trabalha em prevenção, educação pública e políticas públicas. Atua diretamente no apoio a vítimas de violência sexual com serviços de emergência, aconselhamento, educação, advocacy e recolha de dados estatísticos. Tem uma vasta presença digital com conteúdos educativos e ferramentas de denúncias.		Estados Unidos

Caso	Autor	Descrição	Figuras	País
APAV – Associação Portuguesa de Apoio à Vítima	João Lázaro e outros membros fundadores (1992)	A APAV é uma organização não-governamental que presta apoio gratuito, confidencial e especializado a vítimas de crime, incluindo violência sexual. Possui gabinetes de apoio à vítima em várias regiões de Portugal. Desenvolve programas específicos de apoio a vítimas de violência sexual, incluindo acompanhamento psicológico, jurídico e social. Tem materiais de sensibilização e formação dirigidos à prevenção e intervenção.		Portugal
IMP – Instituto Maria da Penha	Maria da Penha Maia Fernandes (fundadora, em 2008)	O Instituto Maria da Penha atua na prevenção da violência contra a mulher, com foco na educação, políticas públicas e monitoramento da aplicação da Lei Maria da Penha (2006). Promove campanhas e programas de empoderamento feminino. Embora o foco seja a violência doméstica, o IMP inclui a violência sexual como uma das formas de agressão enfrentadas por mulheres. Atua na formação de agentes públicos e produção de conhecimento sobre o tema.		Brazil
AMCV – Associação de Mulheres Contra a Violência	Coletivo de mulheres feministas portuguesas (fundada em 1992)	A AMCV é uma organização feminista que oferece apoio a mulheres vítimas de violência, com foco em violência doméstica e sexual. Oferece linhas de apoio, acolhimento de emergência e programas de reintegração. Tem projetos específicos de intervenção em casos de violência sexual, incluindo apoio psicológico, médico-legal, jurídico e social. Trabalha com uma perspetiva interseccional e de direitos humanos. Se quiseres, posso organizar esta informação em formato de tabela, incluir fontes, ou expandir algum dos casos.		Portugal

## 2.4 Plataformas Online no Apoio às VVS: Desafios e Oportunidades para o Design de Interação

*“Os abusos em geral, e os abusos sexuais e as violações em particular, são um contexto socialmente estigmatizado e sobre o qual é difícil falar, tanto em contextos não informáticos como em contextos informáticos.” (Andalibi et al., 2016, p.1, T.L.)<sub>3</sub>*

As comunidades online têm a capacidade de empoderar indivíduos e reduzir a solidão, principalmente quando se trata de comunidades de apoio mútuo entre pares. Diversos estudos indicam que uma maior participação neste tipo de comunidades leva a um melhor estado de saúde e de apoio social (Winefield, 2006).

Goffman (1959) argumenta que as pessoas necessitam da presença de “*sympathetic others*” nas suas vidas. “*Sympathetic others*” são indivíduos que partilham estigmas sociais semelhantes, passaram por experiências semelhantes e que, ao relacionarem-se, proporcionam um sentimento de pertença e compreensão

.....

*3 Abuse in general, and sexual abuse and rape in particular, is one context that is socially stigmatized and difficult for people to talk about in both non-computer-mediated and computer-mediated contexts (Andalibi et al., 2016, p.1)*

uns nos outros. É fundamental que as VVS consigam manter uma sensação de humanidade e normalidade, mesmo face ao julgamento social associado a este tipo de situações e de inseguranças pessoais. Assim sendo, ter pessoas com quem as vítimas se possam relacionar, que entendam suas experiências e ofereçam empatia e apoio, é crucial em todo o processo, principalmente no de recuperação.

No contexto destas mesmas vítimas, O'Neill (2018) defende que compartilhar histórias online pode ser uma maneira de encontrarem uma comunidade de apoio e serem ouvidas por aquelas que passaram por situações semelhantes. Discussões online sobre questões como a "rape culture" podem ser vistas como uma forma de ativismo ou "*cyber justice*" (Powell, 2015b). Ao partilharem, num espaço online, as experiências traumáticas que viveram, as vítimas podem encontrar um sentimento de justiça, ao sentirem que têm uma voz, especialmente quando os outros acreditam nelas e nas suas histórias. Desta forma, conseguem ter controlo sobre a sua própria narrativa, ou pelo menos a sensação de que a controlam (O'Neill, 2018; Fileborn, 2014).

A literatura indica que, em vez de recorrer a instalações específicas e recursos preparados, as vítimas de violência sexual geralmente procuram apoio e compartilham as suas histórias em plataformas digitais (O'Neill, 2018; Maeng & Lee, 2021). Assim, o apoio na saúde mental entre pares e o uso da tecnologia têm-se mostrado métodos inovadores, relevantes, acessíveis e económicos para que as vítimas de violência sexual encontrem o apoio que necessitam (Clement et al., 2015; Naslund et al., 2016).

No entanto, é importante salientar que há também investigações que abordam a partilha das vítimas em plataformas online como um ato vingativo, o que pode resultar numa cultura de vingança com consequências negativas (Hai-Jew, 2014). Como resultado de sentimentos de revolta e injustiça, algumas vítimas têm optado por expor os seus agressores online, gerando uma rede de ódio, que acaba por ser negativa para todos os envolvidos.

Fileborn (2014) destaca que quando uma vítima partilha a sua história online, pode perder o controlo sobre ela, e ganhar controlo ou sentir controlo sobre a própria situação é uma necessidade das VVS e essencial para o sucesso do processo de recuperação (Lebowitz et al., 1993).

Em paralelo, o anonimato proporcionado pela Internet também pode permitir que pessoas respondam de forma negativa, por não poderem ser culpabilizadas,

colocando as vítimas numa posição prejudicial para a sua saúde mental e emocional, que já por si é frágil e vulnerável. É, portanto, difícil determinar em que circunstâncias as VVS podem considerar um espaço online como “seguro” para revelar as suas experiências pessoais (Collaton & Barata, 2022).

A partilha das experiências de vítimas de violência sexual desempenha um papel importante na procura de aconselhamento e apoio emocional. Análises de publicações de vítimas (Moors & Webber, 2013; Webber & Moors, 2015) na plataforma Yahoo! concluíram que as utilizadoras partilhavam as suas experiências com esse mesmo objetivo: serem apoiadas. Segundo O’Neill (2018), as VVS recorrem a fóruns online sobretudo por três motivos: necessidade de apoio comunitário, procura de ajuda ou aconselhamento, e partilha das suas histórias como forma de desabafo. Contudo, esta partilha pode expô-las a feedback negativo, incluindo culpabilização e descrédito (Herman, 2005), o que compromete o processo de recuperação. Ainda assim, há evidência de que expressar experiências traumáticas pode ter efeitos benéficos na saúde das vítimas (Greenberg & Stone, 1992; Pennebaker, 1995, 1997, 1999;).

Há VVS que preferem conversar com chatbots sobre assuntos sensíveis, nomeadamente aquilo que vivenciaram, em vez de interagir com seres humanos. Estudos revelam que algumas pessoas se sentem mais confortáveis ao falarem com um agente virtual deste tipo porque acreditam que ele não as vai julgar e podem garantir o seu anonimato, a sua privacidade e confidencialidade (Maeng & Lee, 2021). Verificou-se que as VVS fazem perguntas aos chatbots relacionadas com o momento da denúncia do crime, centros de apoio e apoio legal; como por exemplo, a recolha de provas e o procedimento da mesma (Maeng & Lee, 2021). Estes resultados ressaltam a importância de ajudar as VVS a quebrarem o silêncio e de fornecer-lhes a informação necessária para que possam compreender todas as componentes do processo de recuperação, empoderando-as através do conhecimento de causa.

## **2.5 Desenhar interação orientada para a Justiça Social: Uma abordagem humana e ética**

O design de interação está profundamente relacionado à transformação social, não só na criação de artefactos tecnológicos, mas também nas novas formas de viver, interagir e impactar a sociedade (Dombrowski et al., 2016). Ao enfrentarmos questões sociais complexas, como a violência sexual, é essencial adotar uma abordagem reflexiva e ética, onde não existem soluções prontas, mas um esforço contínuo e colaborativo em busca de justiça social. A justiça social deve ser vista como um objetivo de longo prazo, sendo um processo que requer adaptação, empatia e a construção de soluções de forma inclusiva. Em consonância, o design tem o potencial de contribuir para produzir mudanças na sociedade, respondendo a problemas sociais complexos. Através de processos de design colaborativos e participativos, é possível obter uma melhor compreensão das necessidades e dos problemas sociais, e de como agir sobre eles (Cipolla & Moura, 2011; Manzini, 2015)

Dombrowski et al. (2016) propõem seis estratégias pragmáticas para o design de interação, que são fundamentais para abordar questões sociais e promover a justiça social de maneira prática, sem métodos rígidos e prescritivos. Estas estratégias incluem: transformação, reconhecimento, reciprocidade, capacitação, distribuição e responsabilização. No contexto de uma plataforma online para vítimas de violência sexual, essas estratégias podem ser usadas para ajudar a reduzir desigualdades estruturais, oferecer suporte emocional e prático, e garantir que as vítimas sejam empoderadas no processo de recuperação, apresentadas na seguinte Tabela 2 :

<b>Reconhecimento</b>	A plataforma deve garantir que as experiências e necessidades das vítimas sejam destacadas. Isso envolve desmistificar os mitos sociais sobre a violência sexual e desafiar as atitudes de culpabilização das vítimas. Ao fazer isso, a plataforma contribui para a validação das vítimas e o fortalecimento da sua identidade.
<b>Reciprocidade</b>	Criar funcionalidades que permitam a participação igualitária das vítimas na plataforma é crucial. Ao incentivar a partilha de histórias e experiências, promove-se a empatia, o apoio mútuo e o ativismo. As vítimas não devem apenas ser receptoras de apoio, mas também ativas na construção de uma rede de apoio entre pares.
<b>Capacitação</b>	Oferecer recursos, ferramentas e informações claras sobre o processo de recuperação é essencial para empoderar as vítimas. Ao fornecer acesso fácil a serviços de apoio psicológico, jurídico e médico, a plataforma ajuda as vítimas a tomar decisões informadas sobre o próximo passo na sua jornada de recuperação.
<b>Distribuição</b>	A plataforma deve garantir que todos, independentemente de sua localização geográfica, contexto socioeconómico ou outros fatores, tenham acesso igualitário aos recursos e informações. Isso significa fornecer uma interface acessível, simples e inclusiva.
<b>Responsibilização</b>	A plataforma deve ser projetada para promover um senso de responsabilidade na sociedade sobre a violência sexual. Isso inclui o incentivo a mecanismos de denúncia, o fornecimento de informações sobre direitos legais e a facilitação de conexões com organizações que trabalham na prevenção e no apoio às vítimas.

Tab. 2 - Estratégias inspiradas em Dombrowski et al. (2016);

Cipolla e Moura (2011) destacam a importância de criar redes e parcerias para apoiar iniciativas de inovação social. Assim, é importante oferecer soluções apoiadas em parcerias com organizações que trabalham com mulheres que sofreram violência sexual, bem como entidades ou especialistas de apoio legal, apoio psicológico e de saúde. Bardzell (2010) destaca a necessidade de abordar as dinâmicas de poder e o contexto social no processo de design. É necessário

projetar a plataforma de forma sensível às dinâmicas de poder e às desigualdades existentes na sociedade, garantindo que a plataforma não reforça nem perpetua essas desigualdades. Por exemplo, a plataforma deve fornecer recursos e apoio para as mulheres denunciarem o crime e terem apoio jurídico.

O design de interação no contexto da VS requer uma atitude crítica e cuidadosa, que envolva não só o entendimento do processo de conceção e do artefacto desenvolvido, mas também uma consciência do contexto mais amplo em que este se insere. Trata-se de refletir de forma crítica sobre os propósitos, os impactos e as vantagens associadas às diferentes metodologias e abordagens de design (Löwgren & Stolterman, 2005).

Para esta investigação, é essencial compreender que o Human-Centred Design (HCD) defende um equilíbrio entre a complexidade técnica de um sistema e a forma como os utilizadores o percebem e com ele interagem. Isso implica desenvolver modelos de interação intuitivos que ocultem a complexidade estrutural, tornando a experiência mais compreensível, funcional e agradável. Embora tal abordagem possa aumentar a complexidade subjacente ao sistema, o foco permanece em assegurar que a tecnologia responda eficazmente às necessidades humanas, promovendo usabilidade, utilidade e desejo na experiência do utilizador (Hernández-Ramírez & Ethics, 2020).

Esta é uma abordagem que prioriza as necessidades, desejos e valores das pessoas, e que procura constantemente aumentar a dignidade humana, tendo em consideração os diversos contextos sociais, económicos, políticos e culturais em que se encontram:

*“O design centrado no ser humano é, fundamentalmente, uma afirmação da dignidade humana. É uma busca contínua por aquilo que pode ser feito para apoiar e fortalecer a dignidade dos seres humanos enquanto vivem as suas vidas em variadas circunstâncias sociais, económicas, políticas e culturais.” (Buchanan, 2001, p. 37, T.L.)<sup>4</sup>*

Buchanan (2001) reforça esta perspetiva ao distinguir o HCD de abordagens mais funcionais, como o User-Centred Design, defendendo que o foco deve estar

.....

<sup>4</sup> “Human-centered design is fundamentally an affirmation of human dignity. It is an ongoing search for what can be done to support and strengthen the dignity of human beings as they act out their lives in varied social, economic, political, and cultural circumstances.” (Buchanan, 2001, p. 37)

na experiência vivida pelos utilizadores e no respeito pela sua dignidade. Para o autor, o HCD não se limita a questões de usabilidade ou ergonomia, mas procura responder a necessidades humanas concretas em contextos reais e complexos.

Complementarmente, Bannon (2011) alerta para o uso generalizado e, por vezes, superficial do termo HCD, frequentemente aplicado a diferentes áreas do design tecnológico sem um compromisso com uma estrutura conceptual sólida. O autor defende que conceber tecnologia centrada no humano exige um verdadeiro reposicionamento epistemológico, em que a compreensão das preocupações, atividades e motivações humanas deve constituir o ponto de partida do processo de design.

Neste sentido, é importante colocar as pessoas em primeiro lugar, tendo em conta o contexto em que estão inseridas e criando soluções adequadas para atender às suas necessidades. Em vez de apenas tratar os sintomas, é necessário identificar e abordar as causas profundas dos problemas. Além disso, reconhece-se que tudo está interligado e deve ser visto como um sistema, considerando as interações e interdependências entre os elementos envolvidos. Por fim, adota-se uma abordagem iterativa, começando com intervenções pequenas e simples, testando-as e aperfeiçoando-as ao longo do processo, para garantir que as soluções realmente respondam às necessidades das pessoas (Interaction Design Foundation, s.d.).

Norman (2003) expõe a relevância de um design centrado no utilizador, tendo em conta as suas necessidades, capacidades e experiências. O seu trabalho incentiva os designers a criar experiências intuitivas, fáceis de utilizar e agradáveis, compreendendo o comportamento humano, a cognição e a interação entre as pessoas e a tecnologia. É uma abordagem que envolve a compreensão e a resposta às necessidades, comportamentos e preferências das pessoas que irão utilizar o produto ou sistema. Dá ênfase ao envolvimento ativo dos utilizadores ao longo de todo o processo, desde a investigação e ideação até à criação de protótipos e avaliação. Destaca-se a importância de desenhar tendo em conta os utilizadores e realça o papel da compreensão da psicologia e do comportamento humano na criação de projetos bem-sucedidos (Benyon et al., 2005; Norman, 2003). Norman (2003) defende que um bom design deve ser intuitivo, fornecendo feedback claro e evitando a necessidade de instruções complexas. Deve também dar prioridade à funcionalidade, respondendo às necessidades dos utilizadores

e permitindo que concluem as tarefas de forma eficiente. Ao compreender o comportamento humano, os designers podem antecipar as necessidades dos utilizadores e criar projetos que se alinham com o pensamento e as ações naturais e instintivas dos utilizadores.

É importante adotar uma abordagem como esta quando desenhamos sistemas interativos (Benyon et al., 2005). Vivemos num mundo artificial criado por seres humanos, onde os artefactos digitais se tornaram parte integrante das nossas vidas. Desenhar estes artefactos é uma responsabilidade significativa, uma vez que têm um impacto direto nas nossas rotinas e no nosso desenvolvimento social e pessoal (Löwgren & Stolterman, 2005). Na era digital em que vivemos, a informação pode ser facilmente manipulada e partilhada, reforçando a importância de uma abordagem deste género, em que os sistemas interativos priorizam a segurança, a eficácia e as implicações éticas da tecnologia que é concebida. Para cumprir os requisitos éticos, os designers devem ser transparentes na sua abordagem. Com a facilidade de recolha de dados e a sua potencial utilização indevida, os designers devem estar atentos à proteção da privacidade dos utilizadores e garantir que estes compreendem como os seus dados serão utilizados (Benyon et al., 2005).

Chen et al. (2015) também discutem as implicações éticas do design de produtos e sistemas interativos salientando a importância de compreender as mensagens implícitas transportadas pelos atributos formais dos artefactos concebidos e de estar consciente das consequências sociais da inovação tecnológica. A análise crítica das mudanças induzidas pelas tecnologias digitais é vista como essencial para compreender melhor os cenários emergentes e tomar decisões de design informadas:

*“Se aceitarmos a premissa de que, ao moldar a interação, também produzimos significados e mensagens de forma voluntária e involuntária, então devemos igualmente reconhecer que a discussão sobre a qualidade dos produtos e sistemas interactivos é uma questão tanto ética como estética.”(Chen et al., 2015, p. 203, T.L.)<sup>5</sup>*

.....

<sup>5</sup> “If we accept the assumption that by shaping interaction we also produce meanings and messages in voluntary and involuntary ways, we should also acknowledge that the discussion about the quality of interactive products and systems is a matter of ethics as well as of aesthetics.” (Chen et al., 2015, p. 203).

## 2.6 Fomentar a Confiança na Interação Digital

*“A confiança implica várias qualidades: fiabilidade, segurança e integridade. Significa que se pode contar com um sistema de confiança para funcionar exatamente conforme o esperado.”(Norman, 2004, p.142, T.L.)<sup>6</sup>*

No contexto de plataformas digitais, especialmente em sistemas de apoio a vítimas de violência sexual, a confiança percebida é fundamental para garantir que os utilizadores se sintam seguros e dispostos a interagir com o sistema (S. Sousa et al., 2014).

Embora a confiança tenha várias definições, ela pode ser vista como um produto de interações e perspectivas diversas, não sendo apenas um fenómeno objetivo ou subjetivo (Watson, 2009). Ela é crucial para a formação da disposição dos indivíduos para confiar nos outros e interagir, influenciando a forma como eles acreditam que as ações dos outros levarão aos resultados esperados. Quando a confiança está presente, facilita a colaboração e a partilha, promovendo um ambiente positivo para as interações entre os indivíduos (S. C. Sousa & Lamas, 2011).

O design de plataformas digitais que fomentem a confiança envolve muito mais do que garantir segurança ou privacidade. Como Dwyer (2011) sugere, é necessário criar um contexto partilhado que tenha em consideração as necessidades emocionais e sociais dos utilizadores. No caso de plataformas para VSS, isso significa projetar ambientes que não só atendam às necessidades práticas, mas que também favoreçam a empatia e a segurança emocional. Além disso, a confiança deve ser construída de maneira multidimensional e transitiva, considerando também o feedback contínuo para que o utilizador sinta que tem controlo e se sinta seguro na sua interação (Camp, 2003).

É de grande importância promover um sentido de união, compreensão mútua e consonância emocional nas interações digitais (Boehner et al., 2008).

.....

<sup>6</sup> Trust implies several qualities: reliance, confidence, and integrity. It means that one can count on a trusted system to perform precisely according to expectation (Norman, 2004, p.142).

O conceito de “*being together*” introduz uma nova perspectiva no design para a comunicação em ambientes digitais. Centra-se na criação de uma atmosfera em que os participantes podem estabelecer ligações e experimentar uma compreensão partilhada e uma consciência empática.

Se os ambientes forem concebidos para promover essa consciência empática entre os utilizadores, há necessidade de incorporar uma componente dinâmica e flexível no design do ambiente, capaz de acomodar os requisitos em evolução para cultivar uma compreensão e uma ligação mais profundas entre os utilizadores. Ao ter um núcleo reativo, o ambiente pode ajustar as suas características, funcionalidades ou conteúdos para apoiar o desenvolvimento da consciência simpática e melhorar a experiência do utilizador (Dwyer, 2011). Assim sendo,

*“Esta tendência ilustra que projetar para a confiança exige não apenas um foco na compreensão de nuances, como a segurança, a privacidade e a reputação, mas, acima de tudo, requer compreender as subtilezas da percepção da confiança” (S. Sousa et al., 2014, p. 1, T.L.)<sup>7</sup>*

Camp (2003) salienta a necessidade de sistemas de confiança multidimensionais, transitivos e agregados. Defende que a confiança não se deve basear numa única dimensão, mas sim considerar múltiplos fatores, como a privacidade, a fiabilidade e a segurança. A confiança também deve ser transitiva, o que significa que se A confia em B e B confia em C, então A deve confiar em C. Além disso, a confiança deve ser agregada considerando diferentes mecanismos e interações ao longo do tempo, à semelhança da forma como a confiança é construída nas redes sociais. O autor salienta a importância da simplicidade e da conceção centrada no utilizador dos mecanismos de confiança. Os sistemas de confiança devem ser intuitivos, fáceis de compreender e fornecer feedback útil aos utilizadores. O objetivo é permitir que os utilizadores assumam a responsabilidade pelos seus próprios recursos e tomem decisões informadas com base na sua compreensão da confiança. Assim, “*A confiança permite maiores ganhos, enquanto a desconfiança evita perdas potenciais.*” (Camp, 2003, p. 16, T.L.)<sup>8</sup>

.....

<sup>7</sup> “*This tendency illustrates that designing for trust requires not only a focus on understanding the nuances, such as security, privacy, and reputation, but above all it requires understanding the subtleties of the perception of trust*” (S. Sousa et al., 2014, p. 1).

<sup>8</sup> “*Trust enables higher gains while distrust avoids potential loss.*” (Camp, 2003, p. 16)

Embora a confiança em ferramentas ou artefactos não seja idêntica à confiança em indivíduos ou instituições, partilham características comuns. Um pré-requisito para a confiança é a interdependência, em que cada parte envolvida numa interação depende da outra de alguma forma. No contexto de HCI, isto é evidente, uma vez que o sistema depende do utilizador para obter informações e orientações, enquanto o utilizador depende do sistema para ter o desempenho esperado e fornecer feedback e os resultados desejados (Constantine, 2006). O autor ilustra o modelo de feedback na Fig. 2:

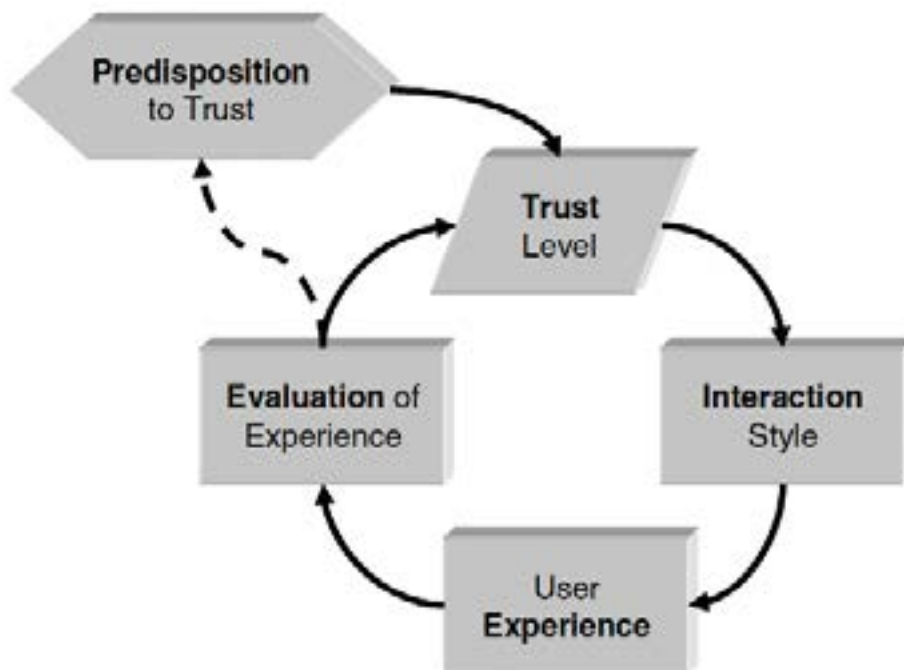


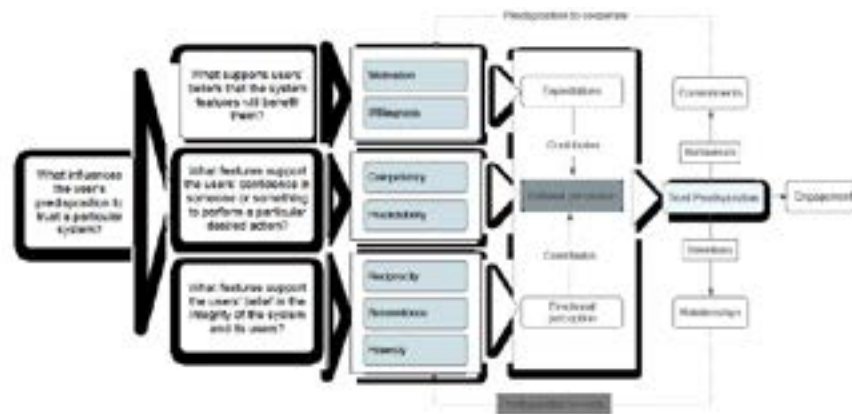
Fig.2- Modelo de feedback da confiança na interação entre o utilizador e o sistema. (Constantine, 2006);

Sousa et al., (2014) criaram um modelo de Human-Computer Trust que tem em consideração sete qualidades de confiança observáveis: motivação, vontade, reciprocidade, previsibilidade, honestidade, benevolência e competência. O modelo (Figura 3) foi validado através de investigação e tem sido utilizado para explorar a relação entre a confiança e várias qualidades dos sistemas interativos online, incluindo a abertura dos utilizadores, a vontade de cooperarem, a sua privacidade e a sua colaboração.

Estes modelos centram-se na compreensão dos fatores que influenciam a aceitação e a adoção da tecnologia pelos utilizadores. Ao integrar estes fatores no modelo de confiança, foi possível obter uma compreensão mais abrangente do impacto da confiança nas interações dos utilizadores com a tecnologia. Os autores destacam que este modelo (Fig.3) pode ser aplicado de duas formas:

*“Um serve para ajudar os designers de interação a compreender melhor as opções de design possíveis e as razões para as escolher; o outro serve para ajudar os designers de interação a avaliar as soluções de design existentes tendo em vista a criação intencional de valor.” (S. Sousa et al., 2014, p. 3, T.L.)<sup>9</sup>*

Fig.3- Modelo de Confiança entre o Humano e o Computador (Sousa et al., 2014);



Essa abordagem multidimensional da confiança é alinhada com os princípios discutidos anteriormente, como Human-Centered Design e design participativo, que priorizam a inclusão das vítimas no processo de design, garantindo que as suas experiências e necessidades sejam refletidas nas soluções criadas. Como Bardzell (2010) e Manzini (2015) defendem, a colaboração ativa das vítimas não só melhora a adequação das plataformas, mas também as empodera, colocando-as no centro do processo de recuperação.

Em síntese, a recuperação de mulheres vítimas de violência sexual exige respostas multissetoriais, sensíveis e informadas, que articulem apoio emocional, informação acessível e recursos práticos. As plataformas digitais, quando desenhadas com empatia e centradas nas utilizadoras, podem constituir uma

.....

<sup>9</sup> *“one serves to help interaction designers to better understand the potential design options and the reasons for choosing them; the other serves to help interaction designers to assess the existing design solutions for their intentional creation of value.” (S. Sousa et al., 2014, p. 3)*

oportunidade poderosa de intervenção, ao permitir o acesso a redes de suporte, conteúdos educativos e espaços seguros de partilha. Estas comunidades online fomentam o reconhecimento mútuo entre pares e promovem narrativas alternativas à estigmatização social, reforçando o empoderamento e a consciencialização coletiva. Neste cenário, o design de interação afirma-se não apenas como uma ferramenta técnica, mas como um agente ativo de mudança social, com o potencial de enfrentar desigualdades e responder, de forma ética e sensível, a problemáticas urgentes como a violência sexual (Fuad-Luke, 2013).

# Capítulo 3



# 03



## 3. Fase exploratória: Colaboração e Co-criação

A fase exploratória desta investigação corresponde ao momento em que se promove a angariação ativa de conhecimento através da colaboração direta com especialistas e VVS. Assente nos princípios de HCD e de DP, esta fase teve como principal objetivo gerar *insights* relevantes que orientassem o desenvolvimento do artefacto final.

Neste capítulo descrevem-se três momentos: (i) entrevistas exploratórias semi-estruturadas, com duas psicólogas e uma técnica de apoio à vítima.; (ii) um design workshop online com cinco mulheres sobreviventes, dividido em duas sessões; e (iii) um questionário qualitativo aplicado entre sessões. As contribuições recolhidas nesta fase constituíram a base para a prototipagem apresentada no próximo capítulo.

### 3.1 Entrevistas semi-estruturadas a especialistas

Foram realizadas três entrevistas semi-estruturadas, tendo como base um guião do [Apêndice C](#), adaptadas a cada entrevistada e no decorrer da conversa. Foram realizadas a profissionais que já trabalharam com VVS, de forma a obter informação válida e relevante. O guião foi estruturado em onze tópicos (Introdução, Consentimento, Background, Requisitos da Plataforma, a Plataforma, Comunicação, Comunicação Visual, Interação, Desafios e Riscos, o Design Workshop e Conclusão/Agradecimentos). Destes onze tópicos, sete foram analisados e organizados em principais *insights*, utilizando o FigJam como ferramenta de organização e estruturação de ideias, como se pode observar na figura 4 e aceder através do seguinte link: [https://www.figma.com/board/QHgyjWAa1XJJs8kdcTPcz/CA\\_FaseGenerativa\\_-Entrevistas?node-id=0-1&t=qAp8YtMyQ4JinVuz-1](https://www.figma.com/board/QHgyjWAa1XJJs8kdcTPcz/CA_FaseGenerativa_-Entrevistas?node-id=0-1&t=qAp8YtMyQ4JinVuz-1)

As entrevistas decorreram via Zoom e todo o contacto, incluindo o Consentimento Informado ([Apêndice E](#)) foram enviados e recebidos através de e-mail ou chat do LinkedIn. As transcrições destas entrevistas encontram-se no [Apêndice D](#).

A primeira entrevista foi realizada no dia 28/04/2023, com a psicóloga Ana Petrucci, licenciada no ISPA, que complementa a sua atividade profissional enquanto Técnica de Atendimento à Vítima e Prática Privada. Trabalha como TAV na UMAR desde 2016 e trabalhou como Educadora Social na AMCV durante um ano, tirou várias formações, uma delas em “Abuso Sexual de Crianças”.

A entrevista foi uma conversa fluida que não seguiu totalmente o guião de forma linear como tinha sido planeado. Apesar disso, foi feita uma troca de ideias muito útil, especialmente relativamente aos requisitos da plataforma e a interação com a mesma. Esta entrevista contribuiu para o planeamento do Design Workshop devido a todos os *insights* e conselhos que foram dados. No entanto, existiu uma limitação: devido à forma orgânica como a entrevista se desenvolveu, não obtivemos *insights* em relação ao tópico da Comunicação Visual.

A segunda entrevista foi realizada à assistente social Mariana Maia, licenciada em Serviço Social pela Escola Superior de Educação e Ciências Sociais do Politécnico de Leiria, especializada em Violência Doméstica, Maus-Tratos e Abuso Sexual, e Igualdade de Género. Iniciou o seu percurso profissional no mesmo ano, onde integrou o Projeto Saber AMAR + e o primeiro gabinete especializado na vítima Sénior. Neste momento, desempenha funções enquanto técnica de apoio à vítima e assistente social, no Projeto Dar Voz da Delegação de Águeda da Cruz Vermelha Portuguesa. A entrevista foi realizada em duas partes, por razões pessoais da entrevistada, dividindo-se pelo dia 30/06/2023 e 06/07/2023. Esta decorreu de forma mais estruturada, respeitando a ordem sequencial dos tópicos previstos no guião.

A terceira entrevista foi realizada com a psicóloga Filipa Cardoso, responsável pelo PICA, da Associação A4 - Acolher, Aceitar, Agir, Adaptar. Com uma experiência de dez anos nas áreas social, comunitária, clínica, do comportamento desviante e da justiça, integrou diversos projetos artísticos comunitários centrados na inclusão através da arte, música, teatro e dança. Atualmente, dedica-se ao apoio psicossocial e acompanhamento psicológico de agressores de violência doméstica e violência sexual. Esta entrevista revelou-se particularmente produtiva, decorrendo de forma planeada e estruturada, de acordo com os tópicos definidos no guião. Os contributos da entrevistada foram valiosos para o desenvolvimento da plataforma e para uma melhor compreensão das necessidades e experiências das VVS.



Fig.4- Organização dos insights da Entrevista exploratória de Filipa Cardoso, no Figjam;

### 3.1.1 Resultados Obtidos

A análise detalhada por tópicos dos resultados obtidos durante as entrevistas exploratórias às especialistas encontra-se no [Apêndice I](#). Nesta secção, apresentam-se de forma sintética os principais insights, organizados na tabela seguinte, os quais constituem uma base empírica fundamental para informar as decisões de design subsequentes.

A Tabela 3 seguinte resume os contributos mais significativos das entrevistas, permitindo consolidar os principais requisitos e orientações para o desenvolvimento da plataforma:

Tab. 3 - Síntese das sugestões e insights dadas pelas especialistas entrevistadas;

<b>Especialista</b>	<b>Sugestões/Insights</b>
<b>Ana Petrucci</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Informações sobre associações e profissionais especializados;</li> <li>• Encaminhamento direto para serviços; Apoio legal (juristas, APMJ);</li> <li>• Inclusividade (acessibilidade visual e auditiva);</li> <li>• Linguagem inclusiva, não formal;</li> <li>• Chat com técnico como primeiro contacto;</li> <li>• Fórum moderado com acesso progressivo;</li> <li>• Avatares para anonimato;</li> <li>• Workshop prolongado em três momentos distintos;</li> </ul>
<b>Mariana Maia</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Informações práticas e diretas;</li> <li>• Instrumentos de despiste;</li> <li>• Explicitação dos direitos;</li> <li>• Encaminhamento baseado na morada;</li> <li>• Linguagem simples e próxima;</li> <li>• Comunicação visual simples;</li> <li>• Cores pastel;</li> <li>• Evitar imagens gráficas de violência;</li> <li>• Moderação por pessoas com formação;</li> <li>• Colaboração com especialistas com competências em primeiros socorros psicológicos;</li> <li>• Garantias de confidencialidade;</li> <li>• Técnica de apoio presente no workshop;</li> </ul>
<b>Filipa Cardoso</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Informações fidedignas e seguras;</li> <li>• Encaminhamento jurídico (Ordem dos Advogados);</li> <li>• Sigilo e confidencialidade;</li> <li>• Informação positiva e acolhedora;</li> <li>• Linguagem clara e acessível;</li> <li>• Evitar cores como vermelho;</li> <li>• Imagens que transmitam calma;</li> <li>• Fórum com triagem;</li> <li>• Chat com IA;</li> <li>• Segurança e empatia na interação;</li> <li>• Dinâmicas lúdicas;</li> <li>• Workshop com várias sessões;</li> <li>• Abordagem empática e genuína;</li> </ul>

Tópicos das Entrevistas	Conclusões		
Requisitos da Plataforma	Apresentação de informações claras sobre serviços de apoio	Consenso sobre a importância do encaminhamento para serviços especializados	Forte acordo sobre a necessidade de inclusão no design da plataforma
A Plataforma	Concordância sobre a utilidade da plataforma quando bem estruturada e possivelmente aprovada pela CIG	Consenso sobre a importância de um design simples e de fácil acesso	Preferência comum por recursos de informação virtuais
Comunicação	Visão partilhada de que a linguagem deve ser inclusiva e próxima do público		
Comunicação Visual	Acordo sobre a importância de um design visual simples e que transmita tranquilidade	Consenso em evitar o uso de imagens perturbadoras	
Design de Interação	Recomendação consistente da criação de um chat, fórum e da existência de mediação nas interações	Todos concordam que essas ferramentas podem ser valiosas para as vítimas compartilharem experiências e obterem apoio mútuo	Preferência comum por recursos de informação virtuais
Design Workshop	Consenso sobre os benefícios de workshops prolongados	Acordo sobre a necessidade de um espaço seguro e confidencial	

Tab. 4 - Síntese das conclusões das entrevistas exploratórias;

### 3.1.2 Análise e Discussão

A análise das entrevistas demonstra que uma plataforma online de apoio a VVS deve ir além da disponibilização de informação, assumindo um papel mediador entre as vítimas. A proposta de incluir profissionais com possibilidade de encaminhamento direto revela a urgência de ultrapassar barreiras institucionais, frequentemente associadas à fragmentação dos serviços. Nesse sentido, o design de interação surge como articulador desses ecossistemas de apoio.

A sugestão de apresentar conteúdos sobre trauma e reações emocionais evidencia a importância da legitimação da experiência e da desconstrução de narrativas estigmatizantes. Tais conteúdos, mais do que informativos, assumem uma dimensão terapêutica e identitária, promovendo a autoaceitação. Assim, o artefacto adquire também uma função simbólica, ao contribuir para a ressignificação da experiência da vítima no seu processo de cura.

No plano comunicacional, as especialistas defendem uma rutura com a linguagem institucional, considerada fria e distante. A clareza, simplicidade e tom acolhedor são vistas como condições necessárias à criação de confiança com as utilizadoras emocionalmente fragilizadas, especialmente num primeiro contacto.

A nível visual, destaca-se que o uso de imagens perturbadoras afeta negativamente a experiência da vítima e valoriza-se uma comunicação visual de contenção e cuidado. A utilização de cores suaves e a escolha de representações visuais empáticas procuram criar um espaço confortável, contrariando a lógica de um impacto visual dominante.

A interação entre utilizadoras é desejável, mas condicionada por mecanismos que garantam segurança, anonimato e moderação adequada. A comunidade deve ser entendida como espaço de cuidado mútuo, mas com fronteiras cuidadosamente estabelecidas por profissionais especializados. Esta visão exige um design ético, e não meramente funcional.

Por fim, a legitimidade institucional da plataforma, sustentada em parcerias com entidades como a CIG ou estruturas formais de apoio, é vista como essencial para a sua credibilidade. A plataforma deve ser percebida como extensão, e não substituição, das redes já existentes de confiança.

## 3.2 Design workshop

A realização do design workshop integrou-se nesta investigação como parte central da abordagem participativa e da recolha direta de informação com mulheres VVS. Trata-se de um método de design participativo, baseado na colaboração direta entre o designer, neste caso, a investigadora, e os participantes, que correspondem às VVS (Martin & Hanington, 2012). O workshop teve como principal finalidade envolver estas mulheres no processo de co-criação, dando-lhes espaço para expressar necessidades, partilhar experiências e contribuir para a definição de soluções, numa lógica de construção colaborativa do artefacto final. A recolha desta informação, vinda diretamente das utilizadores finais, é essencial para fundamentar decisões de design mais alinhadas com a realidade vivida e com as emoções envolvidas neste tipo de experiência.

A motivação para a adoção deste formato parte da abordagem *designing with communities*, que defende a co-criação com comunidades reais e, em particular, com comunidades vulneráveis, como forma de garantir maior relevância, eficácia e legitimidade social ao resultado final (Manzini, 2014). Aumenta-se assim a probabilidade de desenvolver uma solução significativa e ajustada às necessidades reais das utilizadoras, o que constitui não apenas o propósito do workshop, mas também um dos pilares estruturantes de toda a investigação.

Os principais objectivos do design workshop foram: (i) identificar as necessidades sentidas pelas mulheres vítimas de violência sexual ao longo do seu processo de recuperação; (ii) compreender os problemas concretos que enfrentaram ao longo desse percurso; (iii) obter uma visão mais aprofundada sobre as etapas, emoções e dificuldades envolvidas; (iv) explorar, em co-criação com as participantes, possíveis soluções digitais adequadas às suas realidades; (v) promover um espaço seguro de partilha e reconhecimento mútuo entre sobreviventes; e (vi) proporcionar apoio psicológico durante e após as sessões, contribuindo para o bem-estar emocional das participantes.

Em seguida, apresenta-se a Fig. 5, que corresponde ao rascunho inicial do plano de estruturação do design workshop. Este esboço serviu como base para a definição das etapas, objetivos e métodos a aplicar nas sessões com as participantes.

Antes da realização do Design Workshop com as VVS, foi conduzido um workshop piloto com colegas do mestrado em design de interação. Este momento de preparação permitiu testar a estrutura metodológica, validar as atividades propostas e antecipar eventuais fragilidades do processo. A documentação deste workshop piloto, encontra-se disponível no [Apêndice F](#).

Fig.5 - Primeiro esboço do planeamento do design workshop;



### 3.2.1 Procedimentos

O Design Workshop foi concretizado conforme sugerido pelas entrevistadas na fase anterior da investigação, tendo sido estruturado em duas sessões distintas. Ambas decorreram em formato online, recorrendo às plataformas Zoom e Miro. No Zoom, foi facultada às participantes a possibilidade de manterem o anonimato, podendo optar por desativar a câmara e editar o nome de utilizadora.

Na plataforma Miro, o anonimato foi igualmente assegurado. A funcionalidade nativa da plataforma permitiu que todas as participantes pudessem visualizar, editar e colaborar no ficheiro de forma totalmente anónima.

Cada sessão teve uma duração aproximada de duas horas. Importa salientar que foi deixada em aberto a possibilidade de continuidade da participação para além do tempo síncrono: as participantes foram encorajadas a aceder e editar o ficheiro no Miro entre sessões, bem como após a conclusão formal do Design Workshop.

### 3.2.2 Angariação de Participantes

Com o objetivo de recrutar participantes para o Design Workshop, foi divulgado, através de diferentes redes sociais, um convite à participação que incluía um código QR redirecionado para um formulário de inscrição num Google Forms. Foi enviado um consentimento para as participantes assinarem antes da sessão, presente no [Apêndice H](#).

No entanto, após verificar-se que esta abordagem não resultara no número de inscrições desejado, recorreu-se a uma estratégia complementar: o mesmo convite foi impresso em formato de cartaz e afixado nas portas das casas de banho individuais femininas da Faculdade de Arquitetura da Universidade de Lisboa (ver Fig. 6, 7 e 8). Esta ação teve como principal intenção criar um momento de maior privacidade, permitindo que potenciais interessadas pudessem proceder à leitura do código QR e à respetiva inscrição no workshop sem receio de serem vistas publicamente. Esta decisão partiu da premissa de que, dada a sensibilidade do tema em questão, seria fundamental garantir condições de discrição e anonimato desde a fase de recrutamento.



Fig.6 - Colocação dos cartazes para angariação de participantes para o design workshop - 1;

Fig.7 - Colocação dos cartazes para angariação de participantes para o design workshop - 2;

Este processo de recrutamento resultou em onze respostas ao formulário de inscrição. Das onze pessoas que responderam, sete identificaram-se como vítimas de violência sexual. Seis manifestaram vontade de participar no workshop e, no final, cinco estiveram presentes nas sessões. A consulta das respostas completas está disponível no [Apêndice I](#).

Fig.8 - Cartaz para angariação de participantes para o design workshop;



A amostra do design workshop foi composta por cinco mulheres, todas estudantes universitárias com idades compreendidas entre os 18 e os 26 anos. Quatro das participantes frequentavam a Faculdade de Arquitetura da Universidade de Lisboa e residiam em Lisboa, enquanto a quinta residia no Porto.

### 3.2.3 Primeira Sessão

A primeira sessão decorreu no dia 07/02/2025, e contou com a participação das cinco mulheres e uma assistente de apoio, responsável por tomar notas ao longo da sessão ([Apendice G](#)). Teve como principal objetivo estabelecer um primeiro contacto com as participantes, contextualizar o projeto e criar um ambiente de segurança e confiança.

A sessão iniciou-se com uma breve apresentação da investigadora, onde foram explicados os objetivos da investigação, o papel das participantes no processo de design e o enquadramento ético do workshop. Seguiu-se um exercício de icebreaker, cujo propósito foi promover um ambiente descontraído e simbólico. Cada participante foi convidada a preencher um “cartão” com a sua cor preferida (dentro das opções propostas) e a escolher uma personagem fictícia com a qual se identificasse, explicando a razão da sua escolha.

Após este momento inicial, realizou-se um exercício de brainstorming coletivo, centrado na pergunta: “O que deveria conter uma plataforma de apoio a vítimas de violência sexual?”. As respostas foram agrupadas em várias áreas temáticas: contactos acessíveis, locais de abrigo, apoio psicológico disponível, informação clara sobre violência, linguagem empática, música como ferramenta emocional, fóruns ou chats com moderação, e testemunhos enquanto espaço de partilha e consciencialização.

### 3.2.4 Questionário entre sessões

Entre a primeira e a segunda sessão do Design Workshop, foi enviado às participantes um questionário com o objetivo de recolher informações mais sensíveis sem expô-las a partilhas em grupo que pudessem ser desconfortáveis ou emocionalmente exigentes. O questionário, composto por seis perguntas abertas e de resposta não obrigatória, foi disponibilizado online através da plataforma Google Forms e é possível consultá-lo no [Apêndice J](#).

As cinco VVS participantes do workshop submeteram respostas. A análise das mesmas foi conduzida segundo uma abordagem qualitativa de análise temática. Os testemunhos recolhidos reforçaram temas previamente levantados no workshop, mas acrescentaram também camadas de profundidade emocional.

Em particular, destacam-se quatro eixos principais que emergiram:

(i) O impacto prolongado da violência sexual nas relações interpessoais, sobretudo no que diz respeito à confiança, intimidade e vínculo afetivo;

(ii) A ausência de acolhimento e a presença de julgamento, tanto no seio de instituições formais, como por exemplo, o sistema judicial, como nos contextos sociais próximos, que reforçaram o sentimento de isolamento e culpabilização;

(iii) A importância de recursos que combinem anonimato com empatia, nomeadamente fóruns de partilha moderados, acesso a testemunhos e linguagem não revitimizante;

(iv) A valorização de componentes simbólicas, como a música ou frases encontradas inesperadamente, enquanto elementos discretos mas significativos no percurso de cura.

Houve ainda referências explícitas à necessidade de rever o uso da palavra “vítima”, por esta ter conotações que dificultam o sentimento de retomar o controlo sobre a narrativa pessoal. Foi igualmente sublinhada a importância da linguagem da plataforma refletir que a mulher tem controlo sobre o seu processo.

### **3.2.5 Segunda Sessão**

A segunda sessão teve lugar no dia 09/02/2025, com a presença das mesmas cinco participantes, da assistente e, desta vez, da psicóloga clínica Ana Berta Alves. Esta participação teve como objetivo garantir apoio emocional, estando disponível uma *breakout room*, para que as participantes pudessem aceder no caso de precisarem de uma pausa ou de desanuviar do peso emocional dos exercícios. Durante a sessão, uma participante sentiu-se sobrecarregada emocionalmente e solicitou apoio, o que validou a importância da presença desta possibilidade e da presença da Ana Berta.

O foco desta sessão foi aprofundar os dados da anterior e começar a estruturar os elementos concretos do futuro artefacto. Realizaram-se exercícios de definição de páginas, hierarquização da informação, análise crítica de plataformas

.....

*1 Salas virtuais secundárias da plataforma Zoom, que permite dividir os participantes em pequenos grupos para discussões ou atividades paralelas, mantendo a ligação à sessão principal.*

existentes, como a APAV e a IMP, seleção de estilos de comunicação e paletas cromáticas, e validação do formato da plataforma.

Na parte final da sessão, iniciou-se a composição de wireframes com base nos requisitos levantados, promovendo um momento de cocriação livre. Estes esboços serviram como base para a fase de prototipagem do projeto.

Foi continuamente reforçada a possibilidade de pausa ou saída a qualquer momento, respeitando o ritmo emocional de cada participante, dada a sensibilidade do tema.

### **3.2.6 Resultados**

Os resultados do Design Workshop foram organizados com base nas contribuições recolhidas nas duas sessões e estruturados em categorias temáticas que refletem as necessidades, preferências e propostas das participantes. É possível observar estas contribuições nas seguintes tabelas e imagens:

Tab. 5 - Tabela descritiva dos resultados do design workshop, sessão 1;

Sessão	Exercício	Enquadramento/ <i>Insights</i>
Sessão 1	Icebreaker	<p>No exercício de icebreaker, as participantes identificaram-se com personagens como Mulan, Merida, Hermione ou Violeta, descrevendo-as como figuras fortes, independentes, protetoras ou emocionalmente autónomas. Estas escolhas revelaram qualidades que valorizam em si próprias ou que aspiram desenvolver, funcionando como ponto de partida para a criação de empatia e vínculo no grupo:</p> <p><i>"Escolhi a Brave por ser uma pessoa revolucionária ou por ser uma pessoa revolucionária especialmente no meu meio"</i> (Participante 2, design workshop).</p>
Sessão 1	Brainstorm	<p>O exercício de brainstorm destacou a importância de uma plataforma acessível, com contactos de emergência e apoio psicológico disponíveis 24h, e diretrizes claras para encaminhamento. Sugeriu-se incluir informação atualizada sobre pontos de abrigo, explicações acessíveis sobre o que é violência, e uma linguagem inclusiva e humana. Foram também propostas funcionalidades como chat/fórum anónimo com mediação especializada, partilha de testemunhos para consciencialização, e o uso da música como ferramenta de empoderamento e inclusão.</p>

<b>Sessão 2</b>	<b>Hierarquização de Conteúdos</b>	As participantes elegeram a página de informações como a mais importante da futura plataforma, seguida pela secção de pontos de socorro e, em terceiro lugar, pelos contactos de apoio.
<b>Sessão 2</b>	<b>Plataformas Existentes</b>	Foram analisadas duas plataformas: APAV e IMP. <ul style="list-style-type: none"> <li>• A plataforma da APAV foi valorizada pela presença de contactos visíveis e gratuitos, mas criticada pela linguagem institucional, aparência visual ultrapassada e uso de imagens triggering.</li> <li>• A plataforma IMP foi elogiada pela representação digna das mulheres, clareza visual e tom inclusivo, embora o contacto não estivesse imediatamente acessível.</li> </ul>
<b>Sessão 2</b>	<b>Linguagem</b>	Todas as participantes manifestaram preferência por uma linguagem informal e direta.
<b>Sessão 2</b>	<b>Cor</b>	Em relação às cores, destacaram-se tons como roxo e laranja por associações a sensações de tranquilidade, força e acolhimento.
<b>Sessão 2</b>	<b>Artefacto</b>	Quando questionadas sobre o formato ideal, três participantes votaram na opção website, enquanto duas preferiram website + aplicação móvel, reforçando a viabilidade do desenvolvimento de um website como solução principal.
<b>Sessão 2</b>	<b>Co-criação Wireframes</b>	Com base nos requisitos discutidos, foram iniciados esboços de wireframes em ambiente colaborativo, que deram origem às primeiras propostas de navegação e organização da plataforma.

Tab. 6 - Tabela descritiva dos resultados do design workshop, sessão 2;

<b>ACESSO A CONTACTOS ÚTEIS</b>	Necessidade de incluir contactos de emergência e serviços disponíveis 24h	Sugestão de contactos dirigidos a grupos específicos	Proposta de disponibilizar contactos de organizações como a Cruz Vermelha	Importância da geolocalização de pontos de apoio (ex: casas de abrigo)	Garantir anonimato e confidencialidade; evitar burocracias que inibam o pedido de ajuda; assegurar comunicação protegida e direta.
<b>APOIO PSICOLÓGICO</b>	Inclusão de linhas de apoio psicológico, com disponibilidade permanente.	Ênfase na rapidez e facilidade de acesso aos recursos.			
<b>INFORMAÇÃO CLARA E ACESSÍVEL</b>	Explicações simples sobre o que é e o que não é violência (física, psicológica, sexual...)	Valorização de uma linguagem humana, não técnica ou distante	Destaque para a importância de conteúdos dirigidos a mulheres migrantes.	Apresentação de direitos legais e consequências formais da denúncia.	Reflexão sobre a normalização da violência e como reconhecê-la.
<b>ESPAÇOS DE PARTILHA E COMUNIDADE</b>	Criação de fóruns ou chats moderados que garantam anonimato.	Importância de criar um espaço seguro, com mediação, escuta ativa e apoio mútuo.	Propostas de temas a discutir, como estratégias de coping ou partilhas pessoais.		
<b>TESTEMUNHOS</b>	Valorização de histórias reais que demonstrem superação e esperança.	Frases de impacto, como "A culpa não é dela", consideradas importantes.	Necessidade de mostrar diversidade de experiências e origens.		
<b>ARTE</b>	Sugestão de playlists com músicas que inspirem força e empoderamento.	Valorização de letras com significado, especialmente de mulheres artistas.	Referência ao poder da arte como ferramenta de expressão e recuperação.		
<b>LINGUAGEM</b>	Crítica à frieza e impessoalidade de algumas plataformas institucionais.	Defesa de uma comunicação mais empática, próxima e compreensiva.			

Tab. 7 - Tabela síntese dos resultados do exercício brainstorm;



Fig.9 - Exercício Icebreaker do design workshop, realizado em Miro;



Fig.10 - Exercício Brainstorm do design workshop, realizado em Miro;



Fig.10 - Exercício Páginas e Plataformas do design workshop, realizado em Miro;

### 3.2.7 Análise

O exercício de *icebreaker* revelou a identificação das participantes com figuras resilientes e independentes. Ainda que lúdico, este momento funcionou como reafirmação identitária e gesto inicial de reconstrução narrativa.

O brainstorming foi o momento mais rico e prolongado do workshop, com requisitos enraizados em experiências pessoais. A abertura emocional superou as expectativas, refletindo uma vontade genuína de transformar a dor em ação e contribuir para soluções úteis a outras vítimas.

Na hierarquização, a página “Informações” foi destacada como prioritária. A ausência de orientações claras após a agressão foi referida como um obstáculo crítico. Neste contexto, a informação surge como elemento de empoderamento, essencial para preservar provas, acionar apoios ou simplesmente saber como agir. Esta perspectiva está alinhada com Manzini (2014), ao entender o design como ferramenta de capacitação.

A discussão sobre o uso de imagens revelou aversão a conteúdos visuais excessivamente explícitos, que afastam e retraem: “Eu vi vítimas que olhei para mim e eu disse, eu não estou neste estado.” (Participante 1, design workshop). O conceito de “responsabilidade estética” (Löwgren & Stolterman, 2004) sublinha a importância de um design visual que respeite a vulnerabilidade emocional da utilizadora, evitando reforçar o estigma ou obscurecer a informação. Como uma entrevistada refere: “Vamos focar muito mais naquela imagem do que no que está a dizer ao lado.” (Entrevistada 3, entrevista exploratória).

A representatividade foi também salientada. Ver refletida a diversidade em termos de corpo, idade ou etnia contribui para o sentimento de pertença e legitimação, essenciais para criar uma relação de confiança com a plataforma.

No exercício cromático, destacou-se a preferência por rosa, roxo e laranja, cores associadas à empatia, conforto e introspeção (Beall & Tracy, 2013; Ott, 1979; Elliot & Maier, 2014), revelando uma busca coletiva por um ambiente visual emocionalmente seguro.

A investigadora foi surpreendida pela disponibilidade e coragem demonstradas, contrariando a expectativa de contenção emocional. O espaço revelou-se de partilha generosa e motivação profunda em contribuir para um futuro mais digno para outras mulheres.

Esta experiência valida o potencial do Design Participativo e do Human-Centered Design em contextos sensíveis. A escuta ativa e o envolvimento direto permitiram captar dimensões emocionais, éticas e simbólicas que dificilmente seriam reveladas por métodos tradicionais. Tal como defendem Löwgren e Stolterman (2004), o design pensado com cuidado implica escuta, responsabilidade e compromisso com o contexto humano. Este workshop concretizou precisamente isso: um espaço de cocriação relevante, sensível e transformador.

### **3.2.8 Limitações**

Apesar da relevância dos dados obtidos, o Design Workshop apresentou algumas limitações metodológicas. A ausência de uma psicóloga clínica na primeira sessão representou um risco para o bem-estar emocional das participantes, sendo desejável a sua presença desde o início.

Além disso, embora cinco participantes tenham gerado insights valiosos, uma amostra mais alargada poderia ter reforçado a robustez dos dados. Ainda assim, como referem Braun e Clarke (2013), em estudos qualitativos com populações vulneráveis, pequenas amostras podem ser adequadas.

# Capítulo 4



04



## **4. Fase Generativa: Prototipagem**

A investigação tem como objetivo desenvolver uma plataforma online desenhada num processo participativo, utilizando metodologias que envolvam as utilizadoras de forma a identificar as suas necessidades e a compreender melhor o seu comportamento perante este sistema interativo. Este capítulo descreve o percurso de desenvolvimento da plataforma, desde os requisitos de design até à versão final do protótipo. A estrutura apresentada reflete o processo iterativo e participativo que fundamentou cada decisão de design, com base nas necessidades das utilizadoras e nos objetivos da investigação.

### **4.1 Requisitos de Design**

A definição dos requisitos de design da plataforma teve origem na análise aprofundada das entrevistas com especialistas e do design workshop realizado com mulheres VVS. Os dados recolhidos revelaram dimensões críticas para a criação de uma plataforma que fosse, simultaneamente, útil, segura e emocionalmente acolhedora.

A síntese desses dados permitiu identificar eixos temáticos recorrentes, transformando vozes e experiências em critérios de design tangíveis, que orientaram todas as fases seguintes do projeto. Na Tabela 8 e 9, é possível verificar este cruzamento de insights das fases anteriores e generativas:

Tab. 8 - Tabela conclusiva de requisitos provenientes das entrevistas e do design workshop - 1;

	<b>Urgência e Primeiro Impacto</b>	<b>Comunicação e Tom</b>	<b>Visual e Estética</b>	<b>Geolocalização</b>	<b>Privacidade e Segurança</b>
<b>ENTREVISTAS COM ESPECIALISTAS</b>	A primeira interação deve ser empática e acolhedora	Linguagem inclusiva, simples, acessível e próxima	Design simples e de fácil acesso que transmita tranquilidade. Utilizar cores suaves. Evitar o uso de imagens perturbadoras	Orientar a vítima para onde se deve dirigir geograficamente porque cada associação é responsável por uma zona	Garantir anonimato e confidencialidade; evitar burocracias que inibem o pedido de ajuda; assegurar comunicação protegida e direta.
<b>DESIGN WORKSHOP</b>	Contactos devem ser claros, imediatos e direcionados ao tipo de ajuda necessário e devem estar na primeira página	A linguagem deve ser informal, direta, empoderadora e empática	Evitar imagens de mulheres fisicamente violentadas, apresentação institucional, interface confusa, cores intensas	A plataforma deve conter uma funcionalidade de emergência que direcione, com base na localização da utilizadora, locais de abrigo próximos	Fórum com possibilidade de anonimato; mediação especializada para garantir segurança emocional
	Necessidade de locais seguros com geolocalização		Apresentar mulheres em posição de força, inclusiva, ter uma plataforma bem organizada, design simples e direto e ambiente confortável. Cores suaves como laranja e tom pastel	O mapa deve apresentar à vítima os especialistas/ajudas adequadas para a mesma de acordo com a localização	Controlo e curadoria sobre a partilha e visualização de conteúdos

Tab. 9 - Tabela conclusiva de requisitos provenientes das entrevistas e do design workshop - 2;

	<b>Arte</b>	<b>Informação e Educação</b>	<b>Comunidade</b>	<b>Testemunhos</b>	<b>Apoio Profissional</b>
<b>ENTREVISTAS COM ESPECIALISTAS</b>		Informação deve ser clara, prática e emocionalmente acessível. Explicar reações ao trauma, desmistificar mitos	Anonimato e encriptação são essenciais para criar confiança	Espaço de partilha anónima pode ser terapêutico	Encaminhamento para psicólogos e juristas especializados em trauma
<b>DESIGN WORKSHOP</b>	Música e outros elementos culturais (livros, séries, etc.) são ferramentas que facilitam a expressão e a conexão emocional	As participantes demonstram necessidade de aceder a informação que desmistifique ideias erradas sobre o tema (mitos)	É um desejo que exista a possibilidade de falar com pessoas que passaram pelo mesmo	As participantes valorizam ver-se nas experiências de outras — algo que traz validação, orientação e coragem	Apoio 24h, contactos claros e acessíveis
	Arte tem valor terapêutico e de empoderamento	A informação deve explicar de forma clara e didática o que constitui violência sexual (mesmo em relações, mesmo sem violência física), desmistificando tanto o perfil da vítima como do agressor.			Profissionais devidamente apresentados, por categorias, especialidade, experiência e de forma humana (apresentando alguma informação pessoal de cada)

## 4.2 User Flow

Antes de avançar para o desenvolvimento visual e estrutural do protótipo, foram desenhados três user flows, adaptados a três perfis principais de utilizadoras identificadas como proposta inicial, presentes no Apendice B. Podemos dividir estas três utilizadoras em duas categorias: em situação de emergência (Utilizadora 1) e a utilizadora sem urgência (Utilizadora 2 e 3). As seguintes figuras ilustram os user flows finais da plataforma:

### 4.2.1 Utilizadora em situação de emergência -1

Este perfil representa mulheres que acedem à plataforma num momento de emergência, em estado de pânico, possivelmente logo após um episódio de violência com necessidade de resposta imediata. Os objetivos principais desta utilizadora são: (i) Encontrar locais seguros; (ii) Aceder a contactos de emergência; (iii) Obter apoio médico ou psicológico urgente; (iv) Compreender rapidamente que opções existem. O fluxo foi desenhado na Fig. 11, para que, a partir da homepage, seja possível seguir um caminho simplificado até ao mapa de pontos de socorro, contatos segmentados por tipo de ajuda e conteúdos explicativos breves sobre o que esperar em cada tipo de apoio (hospital, polícia, associações).

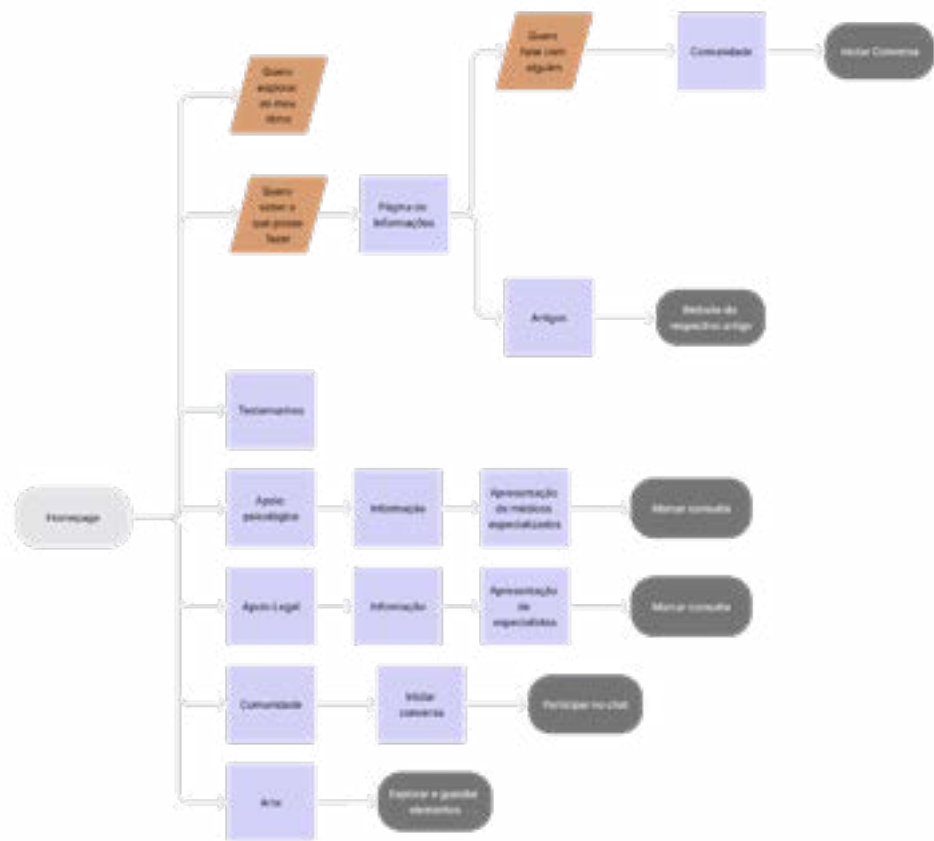
Fig.11 - User flow final - utilizadora em emergência;



#### 4.2.2 Utilizadora em primeira visita (sem urgência) -2

Perfil de quem acede à plataforma para explorar, informar-se, ou avaliar se quer pedir ajuda. Pode estar a tentar perceber se a sua experiência foi de facto violência sexual ou procurar outras mulheres com histórias semelhantes. Os objetivos incluem: (i) Compreender o que é violência sexual; (ii) Identificar-se com outras vítimas; (iii) Conhecer os seus direitos; (iv) Contactar com especialistas; (v) Explorar a plataforma com liberdade e segurança. Este fluxo da Fig. 12 propõe uma entrada mais mediada, com navegação por escolha temática (ex: informação, testemunhos, arte) e caminhos flexíveis que promovem o envolvimento progressivo, sem urgência.

Fig.12 - User flow final - utilizadora sem emergência - 1;



### 4.2.3 Utilizadora regular ou explorativa (sem urgência) - 3

Mulheres que já utilizam a plataforma para apoio contínuo, partilha ou integração numa comunidade de suporte. Os objetivos principais são: (i) Conversar com outras vítimas ou profissionais; (ii) Partilhar a sua experiência; (iii) Revisitar conteúdos reconfortantes (arte, testemunhos); (iv) Sentir-se parte de um espaço seguro e empático.

O fluxo da Fig. 13 prevê acesso direto ao chat anónimo, zona de testemunhos e secção de arte, com menos intermediações. Pretende-se oferecer continuidade, familiaridade e facilidade de acesso aos recursos mais utilizados.

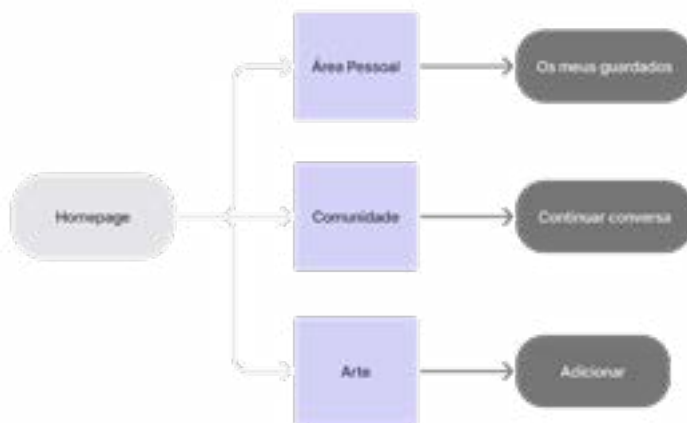


Fig.13 - User flow final - utilizadora sem emergência - 2;

## 4.3 Hierarquização da Informação Inicial

Paralelamente aos primeiros user flows, foi criada uma proposta inicial de hierarquização da informação da plataforma. Esta hierarquização visava estruturar os conteúdos em blocos lógicos que refletissem os objetivos centrais da investigação: segurança, orientação, acolhimento e empoderamento e que, claro, seguisse os eixos e insights resultantes da fase anterior apresentados na Fig.14.

A estrutura baseava-se na ideia de que a utilizadora deveria poder aceder à informação certa no momento certo, sem sobrecarga ou dispersão:

Fig.14 - Arquitetura de informação inicial;



“Tem de ser uma plataforma onde eu obtenho informação, posso falar com pessoas, posso pesquisar quais são as instituições, posso pesquisar quais são os apoios, ou seja, ser algo em que se escolha.” (Entrevistada E3, entrevista individual)

O diagrama produzido incluía categorias como contactos diretos, pontos de socorro, apoio médico, arte, chat, testemunhos, informação, bot/assistente e mensagens de acompanhamento.

Esta estrutura funcionou como o primeiro esboço da arquitetura de informação e revelou-se essencial para estabelecer uma visão clara e coerente sobre prioridades de acesso, organização de conteúdos e percursos emocionais desejados. Serviu também de base para as primeiras explorações em wireframes.

## 4.4 Identidade Visual

O design visual da plataforma foi orientado pelo desejo de criar um ambiente emocionalmente seguro, acolhedor e respeitador. Todas as decisões gráficas, desde a paleta cromática até à seleção tipográfica e iconográfica, foram tomadas com base nos dados recolhidos nos workshops com vítimas, respeitando sensibilidades e preferências expressas diretamente pelas utilizadoras. Estas decisões levaram aos componentes apresentados na Fig.15.



Fig.15 - Design visual da plataforma;

### 4.4.1 Paleta Cromática e Tom Visual

As cores escolhidas para a interface foram selecionadas com base nas combinações selecionadas durante o workshop de design com participantes. Foram preferidas cores suaves e neutras, como o lilás claro (#D3D1F7), o creme (#F2F1EB) e tons de terra suaves como o pêssego (#D89D71). Estas cores transmitem sensações de calma, calor humano e presença sem agressividade, criando uma atmosfera serena e empática.

Foram evitados tons muito saturados ou contrastes excessivos, optando-se por uma abordagem mais sensorial e envolvente. O branco, o bege e o lavanda funcionam como base cromática, oferecendo equilíbrio e conforto visual.

#### 4.4.2 Tipografia

Foram utilizadas duas famílias tipográficas que equilibram legibilidade com personalidade:

- Neue Haas Grotesk Display Pro para subtítulos, elementos funcionais e texto;
- Playfair Display para títulos principais e frases de impacto emocional, que é uma fonte serifada;

#### 4.4.3 Imagens e Elementos Visuais

A seleção das imagens foi orientada por princípios de representação ética, inclusão e adequação emocional. O objetivo foi evitar estereótipos visuais associados à vitimização ou ao sofrimento explícito, privilegiando representações que transmitissem dignidade, diversidade e presença. As imagens selecionadas retratam mulheres em situações de proximidade e cuidado, criando uma narrativa visual que reforça os valores de empatia, segurança e respeito, centrais ao projeto e salientado como uma necessidade fulcral das VVS:

*“(...) enquanto eu puxava para baixo, vi duas ou três fotografias, uma mulher totalmente espancada e, se eu sou sincera, eu ao pé dela senti que não teria que fazer queixa sequer.” (Participante 4, design workshop)*

As fotografias (Fig.16) utilizadas são da autoria de Feliipe Ditadi e foram obtidas através da plataforma Unsplash. A escolha destas imagens fundamentou-se no equilíbrio entre sensibilidade estética e representatividade, contribuindo para uma comunicação visual respeitosa e humanizada.

Complementarmente, foram integrados elementos gráficos inspirados na natureza, nomeadamente formas orgânicas de folhas com curvas fluidas, que servem como metáforas visuais de acolhimento, crescimento e continuidade. Estes elementos contribuem para afastar a identidade da plataforma de referências institucionais ou clínicas, aproximando-a de uma linguagem visual mais terapêutica, sensível e centrada no bem-estar da utilizadora.



Fig.16 - Colagem das fotografias utilizadas na plataforma, da autoria de Felipe Ditadi, fotógrafo e autor das imagens;

#### **4.4.4 Composição Visual**

A composição geral da interface evita poluição visual e valoriza o espaço em branco, as margens generosas e o ritmo calmo da leitura. Os elementos são organizados com hierarquia clara mas não impositiva, respeitando o ritmo da utilizadora e oferecendo sempre mais do que exigindo.

O resultado é uma experiência visualmente suave, emocionalmente contida e funcionalmente acessível, que contribui ativamente para o sentimento de segurança e controlo da utilizadora desde o primeiro contacto com a plataforma.

### **4.5 Wireframes**

No contexto da abordagem Research Through Design, os esboços e wireframes assumem um papel central na externalização e iteração das ideias que emergem da investigação. São artefactos visuais que permitem testar possibilidades, estruturar conteúdos e simular interações antes de qualquer compromisso com forma final ou linguagem visual.

Durante o processo de concepção da plataforma, os esboços iniciais em papel serviram como ferramenta exploratória, abrindo espaço para a experimentação livre de estruturas, fluxos de navegação e modos de organização da informação. Estes desenhos rápidos permitiram refletir sobre as emoções e necessidades das utilizadoras, muitas vezes difíceis de traduzir em requisitos funcionais, e garantir que as decisões de design estivessem sempre enraizadas numa perspetiva empática e centrada no humano. À medida que os conceitos foram ganhando maior definição, os wireframes digitais vieram consolidar a arquitetura da plataforma. Mantendo uma linguagem visual neutra e de baixa fidelidade, estes protótipos estruturais permitiram simular a experiência da utilizadora e testar de forma iterativa os vários requisitos levantados nas fases anteriores. É possível acompanhar o processo visualmente através das Figuras 17 e 18.

A partir desses desenhos iniciais, passou-se para a construção de wireframes digitais na ferramenta Figma. Este momento marcou o início de um processo iterativo de tentativa e erro, no qual se exploraram diferentes possibilidades de composição, navegação e hierarquia visual. Alguns destes primeiros modelos podem ser observados nas figuras 19 até à 25.

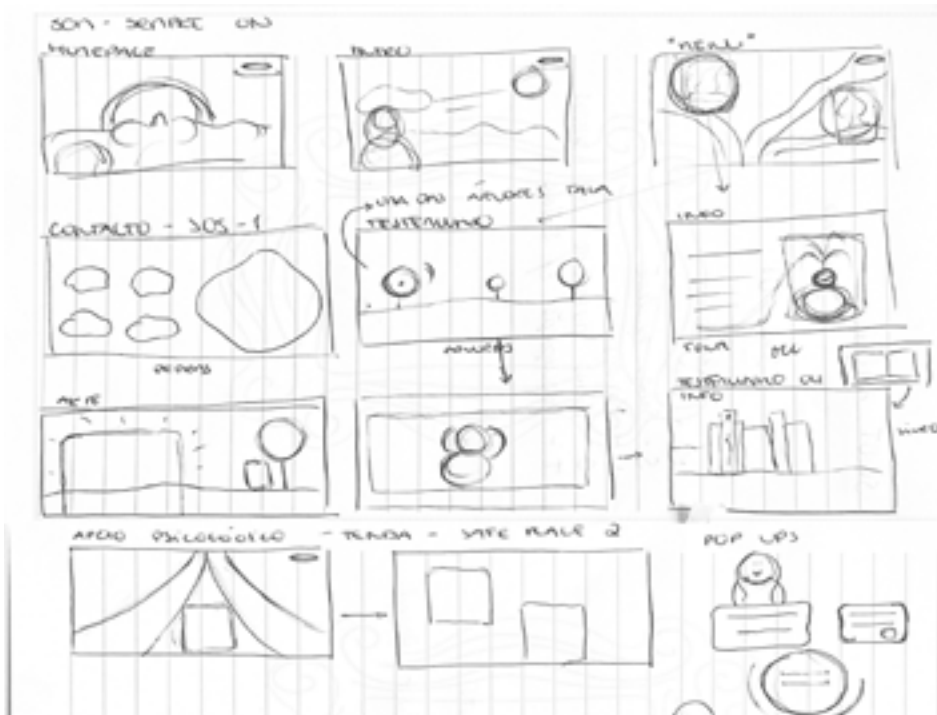


Fig.17 - Primeiros esboços de wireframes - baixa fidelidade;



Fig.18 - Segundos esboços de wireframes - baixa fidelidade;



Fig.19 - Primeiros wireframes de baixa fidelidade no Figma;

Fig.20 - Segunda fase de wireframes de baixa fidelidade no Figma;



Fig.21 - Terceira fase de wireframes no Figma;

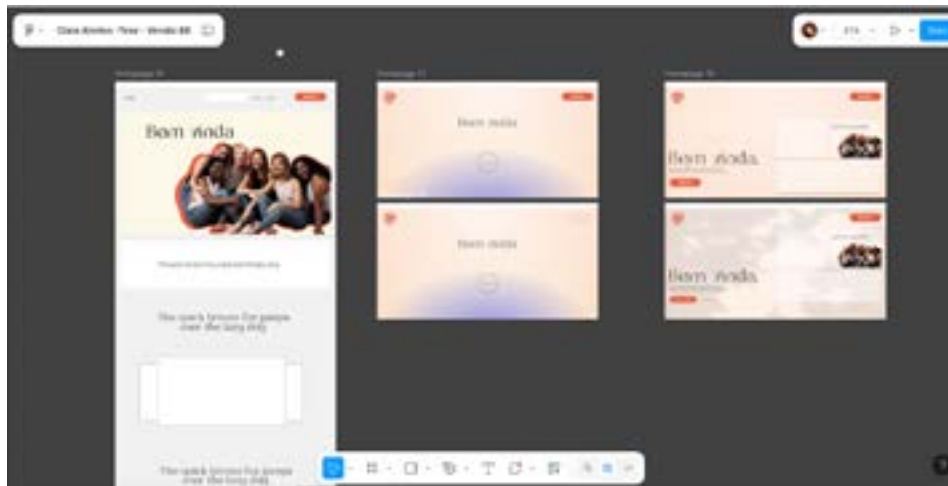


Fig.22 - Quarta fase de wireframes no Figma;



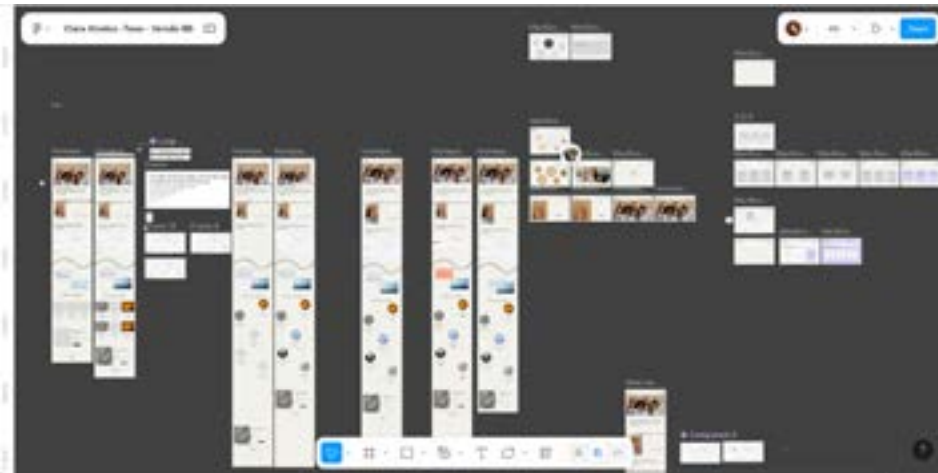


Fig.23 - Quinta fase de wireframes no Figma;



Fig.24 - Sexta fase de wireframes no Figma. Início de uma aproximação do resultado final;

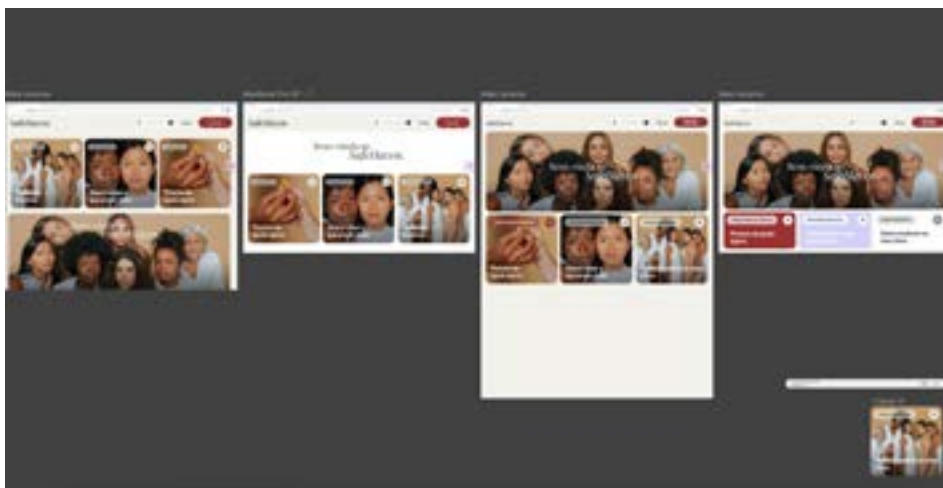


Fig.25 - Aproximação do resultado final - wireframes;

## 4.6 Mapeamento do Protótipo Interativo: Estrutura e Funcionalidades

A estrutura da plataforma foi pensada de forma modular, intuitiva e emocionalmente acolhedora. Cada página foi desenhada para responder a objetivos específicos, respeitando os princípios HCD e os requisitos levantados nas fases anteriores da investigação.

### 4.6.1 Página Inicial

A homepage funciona como ponto de entrada e distribuição e organiza o conteúdo em blocos bem definidos, semelhantes a compartimentos independentes, mas visualmente coesos. A página organiza as funcionalidades principais em blocos visuais distintos, permitindo distribuir conteúdos sem hierarquizar de forma agressiva, oferecendo à utilizadora liberdade para escolher o seu caminho de forma intuitiva e não linear. Foi desenhada desta forma para que tenha o máximo de informação possível e útil num primeiro contacto, mantendo usabilidade e equilíbrio visual.

Fig.26 - Página Inicial - Protótipo;



No topo da página da Fig. 26 encontra-se a entrada direta para situações de emergência, um botão de SOS, que reencaminha para uma chamada direta com a linha de emergência. No *card* “Preciso de ajuda agora” a utilizadora tem acesso imediato a contactos segmentados pela localização da mesma e ao mapa com pontos de apoio (Fig. 27). É possível aceder à página de informações e

também explorar outras funcionalidades com menos urgência. Foi importante dar destaque aos contactos de emergência e ter uma preocupação com a simplicidade da navegação:

*“E depois fui aos contactos e no meio dos contatos liguei e na volta não era para aquele contacto porque aquele contacto era só mesmo para violência doméstica e depois às tantas perdi totalmente a capacidade de fazer uma queixa porque era muita coisa, era muita página.”* (Participante 3, design workshop)

Na mesma página inicial, após a apresentação da plataforma e do mapa interativo, surgem as cartas “Mitos vs Realidades”, apresentadas como uma funcionalidade interativa em destaque, nas Figuras 28 e 29.



Fig.27 - Mapa interativo de pontos de abrigo/socorro - Protótipo;



Fig.28 - Cartas interativas, mitos - Protótipo;

A microinteração associada ao virar da carta foi pensada para suavizar o impacto do conteúdo, criando um momento de envolvimento que retira peso do tema central sem o desvalorizar.

Esta componente surgiu da necessidade identificada nos workshops e das entrevistas exploratórias de clarificar o que é, e o que não é, violência sexual, uma vez que muitas das participantes verbalizaram dúvidas ou sentimentos de culpa e invalidação em relação às suas experiências:

Fig.29 - Cartas interativas, realidades - Protótipo;



*“É uma informação que serve para desmistificar e retirar alguns dos tabus que nos são impostos inclusive nas redes sociais. Quando passamos por estas experiências muito novas sem compreender bem o que está a acontecer é importante existir um lugar que diga ‘isto é violência’, ou ‘isto ultrapassa um limite, não podes permitir que aconteça.’ (Participante 3, design workshop).*

Inicialmente, a utilizadora vê um mito comum (ex: “A culpa é da vítima”) e, ao clicar na carta, revela-se a realidade correspondente (“A violência sexual é caracterizada pela ausência de consentimento.”). A microinteração de virar a carta foi desenhada com intencionalidade emocional: o gesto é simples e acompanhado por uma breve transição visual. A metáfora do virar remete à descoberta do que estava oculto, promovendo validação e compreensão: “Quanto mais conhecimento, menos estigma nós vamos tendo, e temos uma maior compreensão sobre os fenómenos.” (Entrevistada E1)

Autores como Dwyer (2011) e Boehner et al. (2008) reforçam que o design pode facilitar relações de confiança quando promove uma compreensão partilhada e uma experiência emocional ajustada ao utilizador. No caso das VVS, isso implica criar interações que acolham a sua condição emocional, sem forçar, expor ou desorientar. Como tal, a escolha por um formato de carta, em vez de uma lista informativa, reflete a intenção de criar um espaço simbólico de descoberta e reinterpretção, no qual a utilizadora se sinta segura para questionar crenças, identificar padrões e validar a sua experiência pessoal.

Os blocos seguintes dão acesso a outras áreas essenciais: testemunhos, informação, chat anónimo. Cada escolha de layout e conteúdo na homepage visa equilibrar autonomia, proteção e fluidez. Trata-se de uma página pensada para permitir tanto ação imediata como exploração pausada.

#### 4.6.2 Página de Informações

Esta página (Fig. 30) organiza conteúdos educativos sobre violência sexual, distribuídos por blocos temáticos: (i) definições fundamentais, (ii) mitos e realidades, e (iii) contextos sociais e legais associados. Os textos foram elaborados com base em fontes credíveis e adaptados a partir do feedback recolhido nos workshops:

*“E haver uma espécie de clarificação, principalmente quando és adolescente ou quando ainda não tiveste ferramentas à tua volta, nem de pessoas que consigam dar esse parecer, acho que é sempre útil. Mesmo coisas que nos pareçam óbvias, lá está. Porque não são óbvias para toda a gente”* (Participante 3, design workshop).

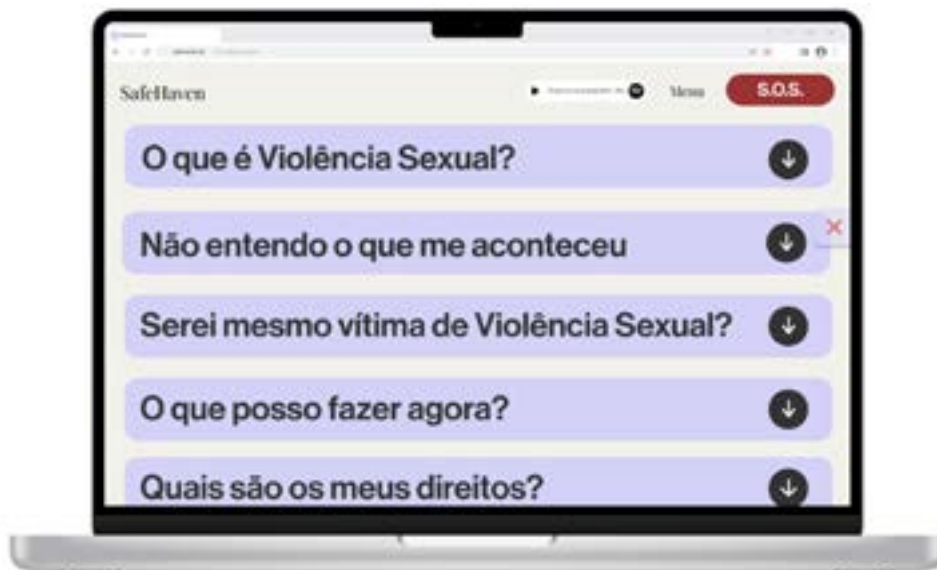
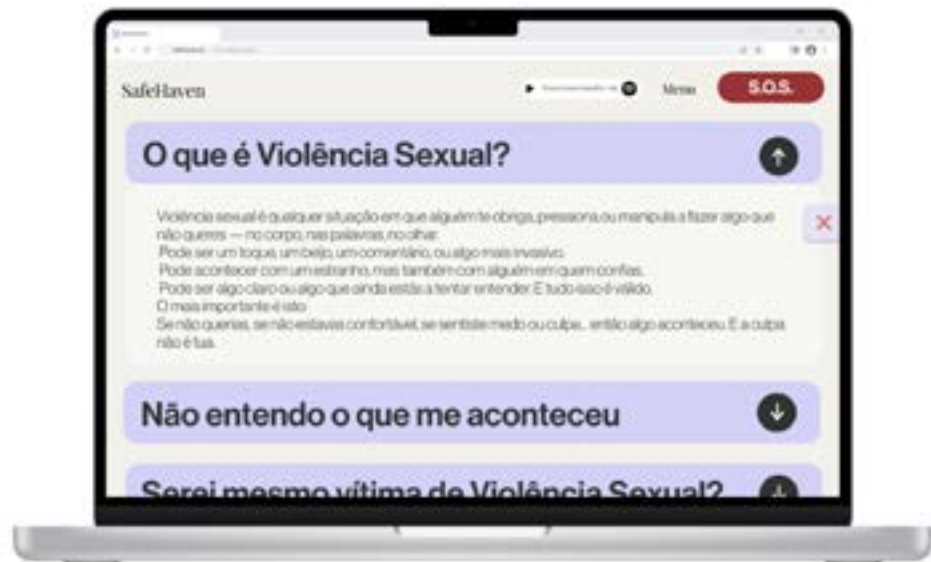


Fig.30 - Página de Informações - Protótipo;

A hierarquia da informação reflete uma progressão do mais básico para o mais específico, permitindo que a utilizadora aceda ao conteúdo de forma gradual e conforme o seu nível de familiaridade com o tema. As opções de leitura foram estruturadas com foco na legibilidade e contenção visual, utilizando uma linguagem verbal acessível e não técnica (Fig.31).

Fig.31 - Página de Informações - descrição de informação - Protótipo;



#### 4.6.3 Página de Testemunhos

Esta página disponibiliza testemunhos de outras mulheres que viveram situações de violência sexual (Fig. 32 e 33). Os conteúdos podem ser apresentados em formato de texto ou vídeo, sempre com anonimato garantido. Todas as partilhas passam por um processo de curadoria, assegurado por profissionais especializados, que selecionam os testemunhos mais relevantes e potencialmente úteis no processo de recuperação das utilizadoras: *“O testemunho é importante se for depois bem contextualizado, bem moderado.” (Entrevistada E3, entrevista individual)*

Os vídeos incluem legendas, garantindo acessibilidade a utilizadoras com deficiência auditiva. É também possível guardar testemunhos para consulta futura e é possível dar um voto de apoio, semelhante à ação de colocar um “like”.



Fig.32 - Página de Testemunhos - Protótipo;



Fig.33 - Testemunho em vídeo - Protótipo;

#### 4.6.4 Página de Comunidade (Chat Anónimo)

Esta secção permite o contacto das VVS com outras vítimas, sempre e apenas na presença de uma mediadora, ponto decorrente dos insights retirados na fase das entrevistas com especialistas. Esta mediadora deve ser psicóloga ou técnica de apoio à vítima, com capacidade de criar um ambiente sem triggers e sem efeitos negativos e colaterais na experiência das mesmas. O sistema do chat é totalmente anónimo e prioriza a clareza e a segurança: sem perfis, sem histórico, com encriptação ponta-a-ponta. A utilizadora pode escolher conversar ou apenas ler conversas passadas. Este espaço foi projetado como um refúgio de escuta mútua e empatia segura (Fig.34).

Fig.34 - Página da Comunidade - Protótipo;



#### 4.6.5 Página da Arte

A página dedicada à arte apresentada na Fig. 35, surgiu diretamente da discussão realizada no primeiro dia do design workshop, quando várias participantes destacaram o papel que recursos artísticos, como música, ilustrações, literatura ou exposições, tiveram no seu processo de recuperação. Esta secção foi concebida como um mural de navegação livre e não estruturada, onde cada utilizadora pode explorar conteúdos visuais e sonoros que possam ressoar com a sua experiência.

O espaço agrega diferentes formatos de media: imagens, hiperligações para exposições online, artigos, perfis de artistas em redes sociais, músicas, obras de arte visual, textos literários, e recomendações de leitura. A navegação é feita por scroll contínuo e a disposição visual é fluida, sem hierarquias rígidas ou categorização obrigatória.

As utilizadoras podem guardar os conteúdos que considerem relevantes e também submeter sugestões de novas obras. Todo o conteúdo submetido deve passar por um processo de curadoria, conduzido por profissionais com experiência em saúde mental e trauma, garantindo que os materiais apresentados são adequados ao público-alvo e potencialmente úteis no processo de recuperação. Após aprovação, o conteúdo é exibido no mural e torna-se acessível a todas as utilizadoras.

A funcionalidade de “gosto” está representada por um ícone simbólico de duas mãos a tocar-se, remetendo à ideia de apoio e ligação empática, em vez da lógica social de validação. Esta página visa criar um espaço de procura e partilha, onde a arte funciona como linguagem de expressão e conexão; uma alternativa ao apoio de emergência, centrada na experiência subjetiva da utilizadora e no poder da ressonância simbólica.

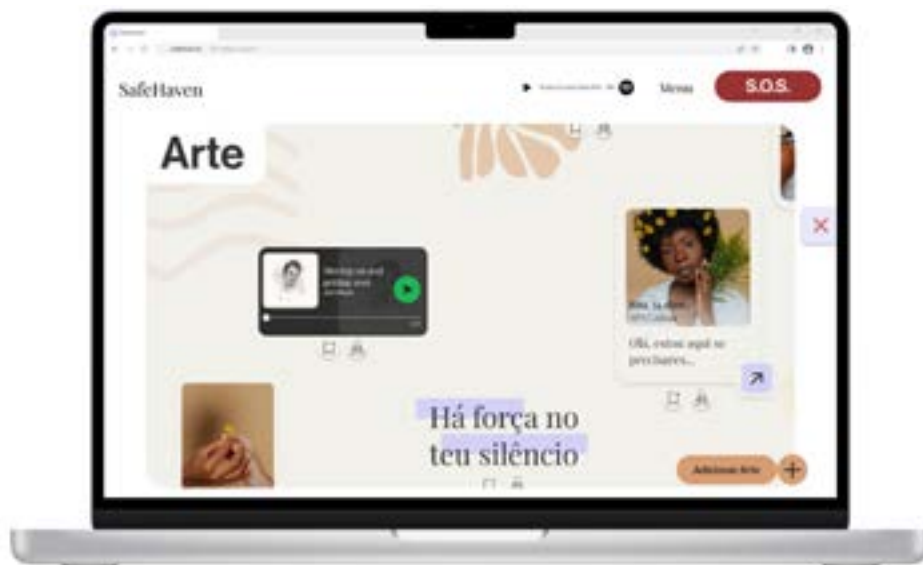


Fig.35 - Página da Arte - Protótipo;

## 4.7 Confiança como Pilar no Design de Interação

A confiança foi uma dimensão transversal e fundamental em todo o processo de conceção da plataforma, sendo sustentada tanto pelos dados recolhidos junto das participantes como pelos contributos teóricos explorados na revisão da literatura. O modelo de HCT (Sousa et al., 2014) serviu como lente crítica para refletir sobre as decisões de design ao longo do projeto, orientando a criação de valor para utilizadoras em situação de vulnerabilidade.

A análise dos inputs das utilizadoras revelou preocupações com aspetos de previsibilidade (acesso a informação clara e atualizada), benevolência (evitar linguagem institucional e imagens revitimizantes), honestidade (uso de linguagem direta e empática) e reciprocidade (valorização da partilha anónima e escuta ativa entre pares). Estas dimensões foram traduzidas em decisões como a possibilidade de partilha anónima de testemunhos, a inclusão de fóruns moderados e o cuidado com o design visual e linguagem verbal da plataforma.

Dwyer (2011) e Camp (2003) reforçam que a confiança em ambientes digitais não deve ser reduzida apenas à segurança técnica ou à privacidade, mas ampliada para incluir empatia, transparência e ressonância emocional. Assim, ao longo do processo de design, procurou-se assegurar que as funcionalidades propostas não apenas cumprissem objetivos utilitários, mas também contribuíssem para uma percepção subjetiva de confiança, enquanto relação dinâmica, multidimensional e afetiva. O conceito de “being together” de Boehner et al. (2008), foi integrado na proposta da plataforma através da valorização de elementos simbólicos como música, narrativas e linguagem de acolhimento.



# Capítulo 5







## 5. Fase Avaliativa

A fase avaliativa da presente investigação teve como principal objetivo aferir a pertinência dos resultados obtidos, nomeadamente do protótipo desenvolvido, à luz das questões de investigação e do argumento proposto. Para tal, recorreu-se à realização de nove sessões de avaliação, seguidas da aplicação de um questionário avaliativo estruturado, permitindo recolher dados quantitativos e qualitativos sobre a relevância da solução proposta.

As sessões decorreram entre os dias 31 de março e 4 de abril de 2025, através da plataforma Google Meet, com uma duração média de uma hora cada. Em cada sessão foi apresentado o percurso completo da investigação, desde a formulação do problema até ao desenvolvimento do protótipo final. É possível ter acesso a esta apresentação no [Apêndice N](#) (Fig.36). Foi também disponibilizado um consentimento informado, para as participantes lerem e consentirem antes da entrevista, possível de consultar no [Apêndice M](#).



Fig.36 - Apresentação da investigação;

Posteriormente, foi solicitado às participantes que partilhassem o seu ecrã e que interagissem com o protótipo, verbalizando os seus pensamentos, seguindo a um protocolo think-aloud, permitindo uma análise aprofundada da experiência de utilização e da clareza da interface.

Esta fase contou com nove participantes, distribuídas por três segmentos principais:

- Três mulheres vítimas de violência sexual que participaram anteriormente no design workshop;
- Três psicólogas com experiência na área da VS ou violência doméstica;
- Três designers com mais de cinco anos de experiência em UX Engineering, UX/UI, formadas em design, design gráfico e design de comunicação.

Esta triangulação permitiu aferir não apenas a usabilidade e experiência de utilização, mas também a pertinência emocional, simbólica e técnica do artefacto.

O questionário aplicado no final de cada sessão incluiu maioritariamente perguntas de resposta fechada, organizadas segundo quatro dimensões de avaliação propostas por Zimmerman et al. (2007): Processo, Invenção, Relevância e Extensão. Estas dimensões permitiram uma avaliação holística da investigação, abrangendo tanto os aspetos metodológicos como os resultados e o seu potencial de impacto. Adicionalmente, o questionário integrou secções de resposta aberta, proporcionando às participantes a oportunidade de fornecerem comentários e sugestões livres. Este espaço de feedback revelou-se particularmente frutífero, originando observações relevantes que foram integradas na iteração final da plataforma.

## 5.1 Procedimentos

O protocolo think-aloud (Ericsson & Simon, 1993; Martin & Hanington, 2012; Nielsen, 2012) permite aceder aos processos cognitivos dos utilizadores durante a interação, revelando interpretações, frustrações e falhas de usabilidade em tempo real. Pela sua simplicidade e eficácia, é uma das abordagens avaliativas mais comuns. Segundo Eccles e Aarsal (2017), diferencia-se das entrevistas tradicionais por captar pensamentos mais espontâneos e próximos da experiência vivida.

No contexto desta investigação, não foram atribuídas tarefas específicas às participantes. Optou-se por uma exploração livre do protótipo, promovendo um ambiente mais natural, confortável e respeitador da sensibilidade das VVS, evitando qualquer forma de pressão ou exposição.

Durante as sessões, as participantes foram convidadas a verbalizar os seus pensamentos enquanto interagem com a plataforma, ilustrado na Figura 37 e transcrito no [Apêndice O](#).

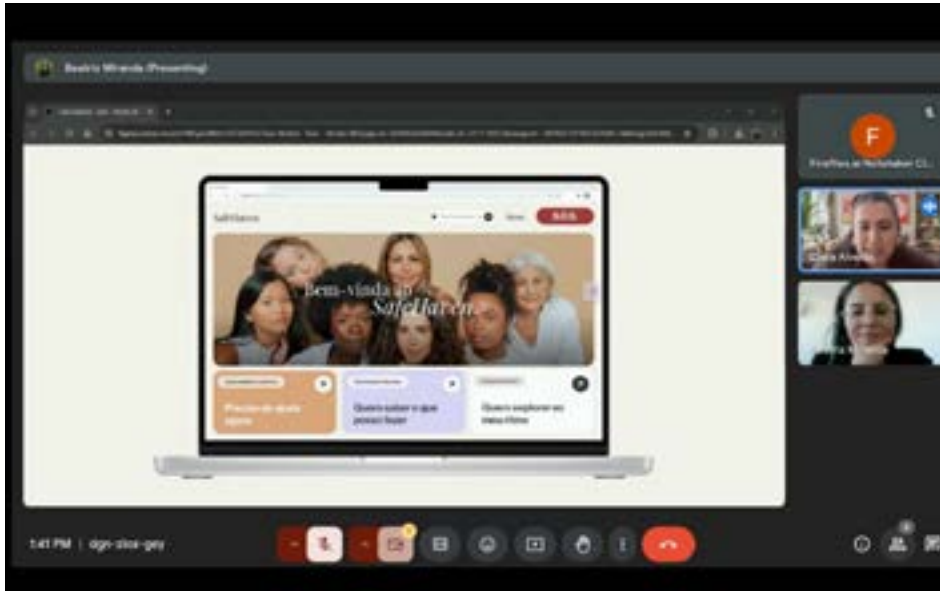


Fig.37 - Entrevista avaliativa com a designer de comunicação;

Importa salientar que, por questões éticas e para garantir o maior conforto possível às participantes, apenas o momento preciso do think-aloud foi gravado, com autorização prévia das mesmas. Esta decisão permitiu captar insights relevantes sem comprometer a sensação de segurança ou expor as participantes a eventuais constrangimentos emocionais

## 5.2 Resultados

Durante as sessões, foi possível observar o grau de familiaridade com os elementos da interface, a eficácia dos mesmos elementos, momentos de dúvida, hesitação, bem como os pontos de maior envolvimento emocional e a opinião das participantes perante muitas das decisões tomadas no projeto.

Este método permitiu-nos identificar insights essenciais para a melhoria do protótipo final, descritos nas Tabelas 10,11,12 e 13.

Tab. 10 - Tabela síntese dos pontos fortes e sugestões de melhoria no campo da usabilidade e interação;

<b>Usabilidade e Interação</b>	
<b>Pontos Fortes Identificados</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• A navegação foi descrita como intuitiva por várias participantes, especialmente a forma livre de exploração nas áreas de arte e partilha.</li><li>• O botão "sair rápido" foi reconhecido como um recurso inovador e sensível ao contexto emocional.</li></ul>
<b>Sugestões de melhoria</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Necessidade de affordances visuais mais claras para indicar elementos clicáveis (ex.: cards, botões invisíveis, áreas de scroll lateral)</li><li>• Algumas participantes não perceberam que o mural se move através da ação de "arrastar"; recomendou-se o uso de signifiers visuais</li><li>• O scroll horizontal gerou confusão em algumas áreas, indicando a necessidade de melhorar a orientação espacial</li><li>• Sugestão de tornar todas as páginas visíveis na navegação principal em vez de agrupadas no menu</li><li>• A visibilidade dos ícones de redes sociais no menu foi considerada insuficiente</li><li>• Recomenda-se adicionar um footer com navegação complementar ou informações institucionais.</li><li>• Proposta de explicar o funcionamento da comunidade (com tutorial, onboarding ou mensagem introdutória).</li></ul>

<b>Experiência da Utilizadora</b>	
<b>Pontos Fortes Identificados</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• A linguagem foi amplamente descrita como empática, clara, acolhedora e emocionalmente segura.</li> <li>• As cores foram associadas a sensações de tranquilidade e bem-estar.</li> <li>• As imagens foram elogiadas pela diversidade (etária, étnica) e pela neutralidade emocional (evitando expressões de vitimização).</li> <li>• A ausência de referência explícita ao tema na página inicial foi vista como positiva, por evitar gatilhos ou julgamentos externos.</li> <li>• A plataforma foi descrita como um "porto seguro" e um "espaço onde posso respirar".</li> </ul>
<b>Sugestões de melhoria</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Algumas expressões do texto foram consideradas demasiado informais ou pouco creíveis (ex.: "com o coração" ou "esta casa é tua"), recomendando-se um equilíbrio entre empatia e rigor institucional.</li> <li>• Sugestão de substituir a palavra "casa" por "espaço", mais neutra e segura no contexto de violência doméstica ou familiar.</li> </ul>

Tab. 11 - Tabela síntese dos pontos fortes e sugestões de melhoria no campo da experiência da utilizadora;

Tab. 12 - Tabela síntese dos pontos fortes e sugestões de melhoria no campo dos requerimentos e conteúdos;

Pontos Fortes Identificados	Requerimentos e Conteúdos
Sugestões de melhoria	<ul style="list-style-type: none"> <li>• As participantes valorizaram a diversidade de formatos (textos, imagens, testemunhos, recursos visuais).</li> <li>• O conteúdo da secção de arte foi associado a uma sensação de liberdade, criatividade e leveza emocional.</li> <li>• A proposta de microinterações (ex.: virar cartas de mitos) foi bem recebida como forma de descomprimir o tema sem banalizar.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Foi sugerida a possibilidade de guardar conteúdos ou testemunhos para leitura posterior, por exemplo, através de criação de perfil pessoal</li> <li>• Necessidade de diferenciar claramente entre espaços de partilha pública e privada</li> <li>• Reforçar a curadoria dos testemunhos apresentados, garantindo diversidade, veracidade e sensibilidade.</li> <li>• Sugeriu-se a inclusão de música ou playlists, integradas com plataformas externas como o Spotify</li> <li>• Recomendação de adicionar o nome ou username de quem publica conteúdos artísticos, preservando o anonimato opcional</li> <li>• Incluir fontes institucionais (ex.: APAV, CIG, OMS) nos conteúdos informativos para garantir credibilidade e confiança.</li> </ul>

Tab. 13 - Tabela síntese dos pontos fortes e sugestões de melhoria no campo do potencial da plataforma;

Pontos Fortes Identificados	Potencial da Plataforma
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• A plataforma foi descrita como útil não apenas para recuperação, mas também para prevenção e sensibilização, inclusive em contextos educativos.</li> <li>• Participantes afirmaram que algo assim poderia ter evitado experiências negativas do passado.</li> <li>• A proposta foi reconhecida como inovadora, ética e com grande potencial de replicação noutras realidades sociais vulneráveis (ex.: violência no namoro).</li> </ul>

## 5.3 Questionário de Avaliação

No questionário aplicado as participantes responderam às afirmações apresentadas utilizando uma escala de Likert de 5 pontos:

- 1 – Discordo totalmente
- 2 – Discordo parcialmente
- 3 – Neutro / Moderadamente
- 4 – Concordo parcialmente
- 5 – Concordo totalmente

Esta escala foi escolhida por permitir uma medição graduada das percepções das participantes em relação à eficácia, empatia, clareza e relevância da plataforma. O questionário foi dividido em blocos distintos para cada grupo de participantes ([Apêndice L](#)).

### 5.3.1 Percepção Geral da Plataforma

As nove participantes responderam a um conjunto de afirmações gerais sobre a plataforma, demonstrando uma percepção amplamente positiva (apresentados nas Fig. 38 à 44):

Oito em nove participantes (88,9%) afirmaram concordar totalmente com as seguintes afirmações:

- a plataforma pode apoiar a recuperação de mulheres vítimas de violência sexual
- a proposta apresenta uma abordagem inovadora e sensível à temática
- a plataforma promove empatia e compreensão para com as utilizadoras
- a plataforma promove um sentimento de acolhimento e não julgamento
- a abordagem foi avaliada como promotora de segurança na partilha e procura de ajuda
- no que concerne ao respeito pelos limites emocionais e de privacidade
- a plataforma pode empoderar as VVS, e pode incentivá-las a partilhar as suas histórias e procurar ajuda;

Estes resultados indicam um elevado nível de satisfação transversal à amostra e são demonstrativos da pertinência geral da proposta.

Com base nos três segmentos de participantes envolvidos na fase avaliativa, apresentamos os resultados de forma diferenciada, permitindo uma análise aprofundada dos resultados.

Fig.38 - Gráfico 1 correspondente à secção percepção geral da plataforma;



Fig.39 - Gráfico 2 correspondente à secção percepção geral da plataforma;



Fig.40 - Gráfico 3 correspondente à secção percepção geral da plataforma;



A experiência na plataforma promove um sentimento de acolhimento e de não julgamento.

Copiar gráfico

9 respostas

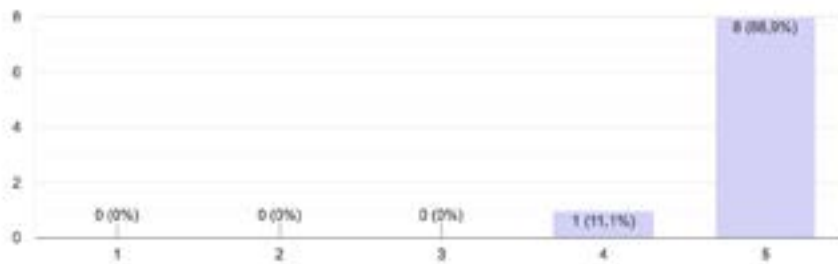


Fig.41 - Gráfico 4 correspondente à secção percepção geral da plataforma;

A abordagem da plataforma promove um sentimento de segurança na partilha e procura de ajuda.

Copiar gráfico

9 respostas

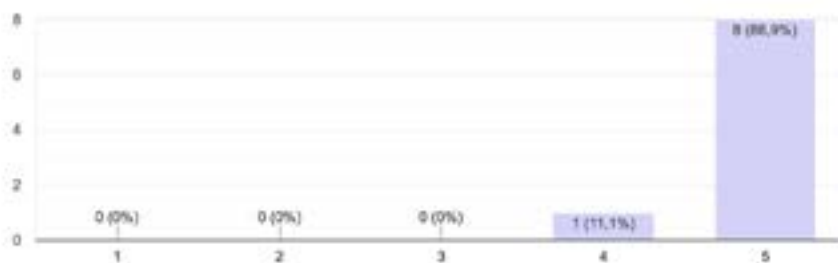


Fig.42 - Gráfico 5 correspondente à secção percepção geral da plataforma;

A plataforma respeita os limites emocionais e de privacidade das utilizadoras.

Copiar gráfico

9 respostas

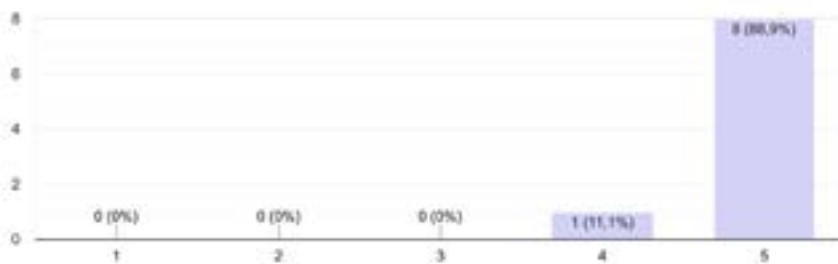


Fig.43 - Gráfico 6 correspondente à secção percepção geral da plataforma;

A plataforma pode empoderar as utilizadoras, incentivando-as a procurar apoio e a partilhar as suas histórias.

Copiar gráfico

9 respostas

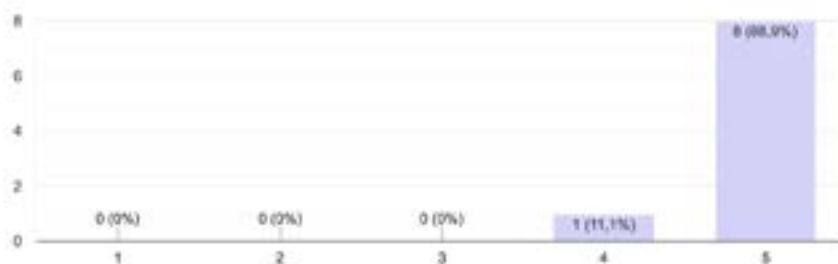


Fig.44 - Gráfico 7 correspondente à secção percepção geral da plataforma;

No que diz respeito à usabilidade, 5 em 9 participantes (55,6%) avaliaram a experiência como totalmente intuitiva e acessível, enquanto 4 em 9 (44,4%) concordaram parcialmente (Fig. 45). A clareza do funcionamento da plataforma obteve resultados idênticos (Fig. 46).

Fig.45 - Gráfico 7 correspondente à secção percepção geral da plataforma;

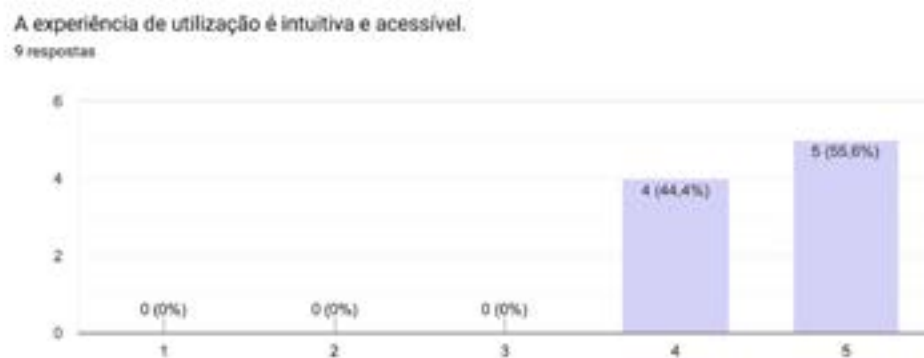


Fig.46 - Gráfico 8 correspondente à secção percepção geral da plataforma;



### 5.3.2 Utilizadoras finais (VVS)

Como é possível observar nas Figuras 47 até à 53, as três participantes deste grupo atribuíram a pontuação máxima (5 - “Concordo totalmente”) a todas as afirmações do questionário destinado a potenciais utilizadoras. Os resultados demonstram uma avaliação fortemente positiva da experiência de utilização:

Três em três participantes (100%) afirmaram concordar totalmente com as seguintes afirmações:

- sentem-se emocionalmente seguras ao explorar a plataforma;
- consideram a linguagem utilizada acolhedora e respeitosa;
- sentem que podem partilhar (ou imaginar partilhar) a sua história sem medo de julgamento;
- acreditam que a plataforma pode ajudar outras mulheres a obter apoio e sentirem-se menos sozinhas;
- consideram a informação clara e fácil de compreender;
- acreditam que a plataforma pode ajudá-las a recuperar confiança ou força;
- reconhecem que a solução foi desenhada com empatia e centrada nas necessidades da vítima/sobrevivente.



Fig.47 - Gráfico 1 correspondente à secção das utilizadoras finais - VVS;

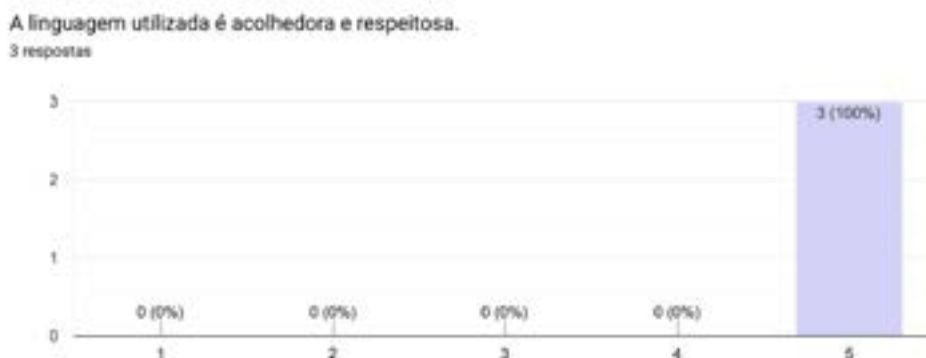


Fig.48 - Gráfico 2 correspondente à secção das utilizadoras finais - VVS;

Fig.49 - Gráfico 3  
correspondente à secção  
das utilizadoras finais -  
VVS;

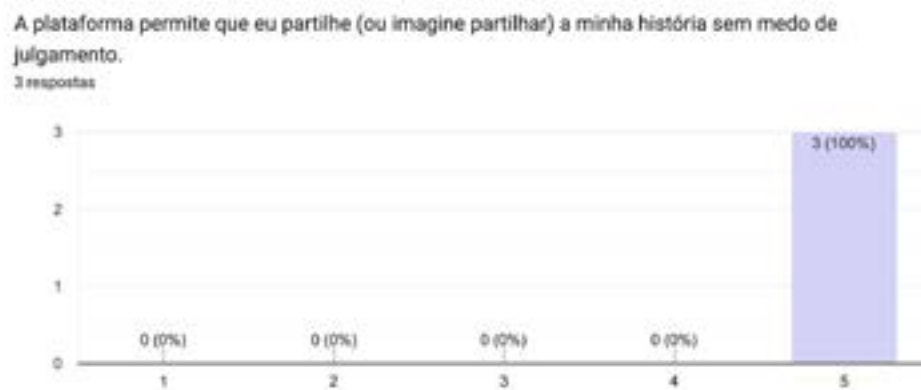


Fig.50 - Gráfico 4  
correspondente à secção  
das utilizadoras finais -  
VVS;



Fig.51 - Gráfico 5  
correspondente à secção  
das utilizadoras finais -  
VVS;

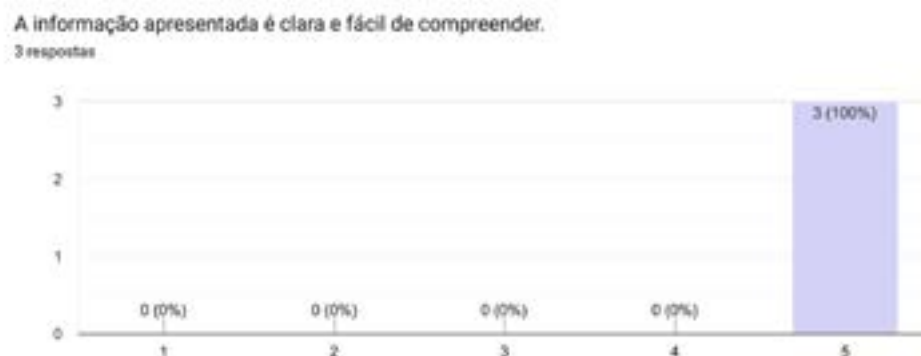


Fig.52 - Gráfico 6  
correspondente à secção  
das utilizadoras finais -  
VVS;



Sinto que a plataforma foi desenhada com cuidado e empatia, prioriza a vítima/sobrevivente e as suas necessidades.

3 respostas

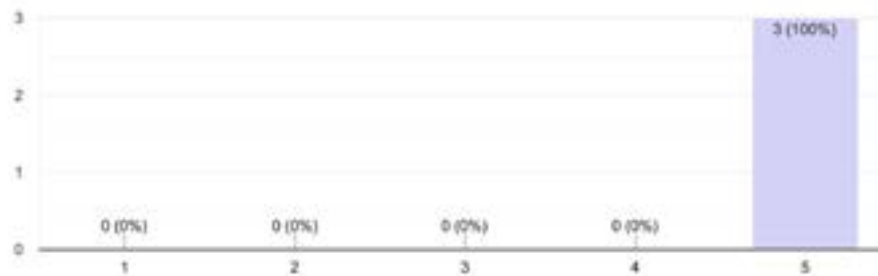


Fig.53 - Gráfico 7 correspondente à secção das utilizadoras finais - VVS;

Estes resultados evidenciam o alinhamento da solução com os princípios de segurança emocional, empatia, clareza e suporte à recuperação, conforme os objetivos definidos para esta investigação. As três participantes neste grupo destacaram a importância de um ambiente seguro, empático e anonimizado. Referiram que a possibilidade de partilha de histórias e acesso a informação clara e validada constitui um recurso valioso para o processo de recuperação. O design visual foi descrito como “suave” e “não ameaçador”. Apontaram pequenas melhorias na clareza da navegação e na nomenclatura de algumas secções.

### 5.3.3 Especialistas de saúde mental

Como é possível observar nas Figura 58,59 e 60, as três participantes deste grupo atribuíram pontuações elevadas às afirmações do Bloco B do questionário, evidenciando uma perceção positiva da solução enquanto ferramenta complementar no contexto terapêutico:

Duas em três participantes (66,7%) afirmaram concordar totalmente com as seguintes afirmações:

- a plataforma pode funcionar como recurso complementar em processos terapêuticos;
- o protótipo demonstra compreensão das necessidades emocionais das vítimas;
- a proposta pode contribuir para o empoderamento das utilizadoras.

Fig.58 - Gráfico 1  
correspondente à secção  
da especialistas de saúde  
mental;



Fig.59 - Gráfico 2  
correspondente à secção  
da especialistas de saúde  
mental;



Fig.60 - Gráfico 3  
correspondente à secção  
da especialistas de saúde  
mental;



Os resultados quantitativos deste segmento foram acompanhados por comentários qualitativos que destacam a atenção ética e emocional da proposta. A plataforma pode funcionar como um recurso complementar em contextos terapêuticos, promovendo autonomia e empoderamento. As especialistas destacaram positivamente a preocupação ética no design e a atenção às necessidades emocionais das vítimas. Salientaram a importância da moderação nos espaços de partilha e da existência de conteúdos psicoeducativos.

### 5.3.4 Especialistas em design de comunicação e design de interação

As três participantes com formação em design atribuíram avaliações bastante positivas à plataforma, especialmente em aspetos ligados à coerência, impacto social e experiência do utilizador:

Três em três participantes (100%) afirmaram concordar totalmente com as seguintes afirmações (Fig. 61, 62 e 63):

- o projeto apresenta coerência entre os objetivos de investigação e a solução final;
- a proposta contribui para o alargamento do papel do design de interação em contextos de vulnerabilidade social;
- a solução tem potencial de impacto social para além do seu contexto imediato.



Fig.61 - Gráfico 1 correspondente à secção da especialistas em design de comunicação e interação;

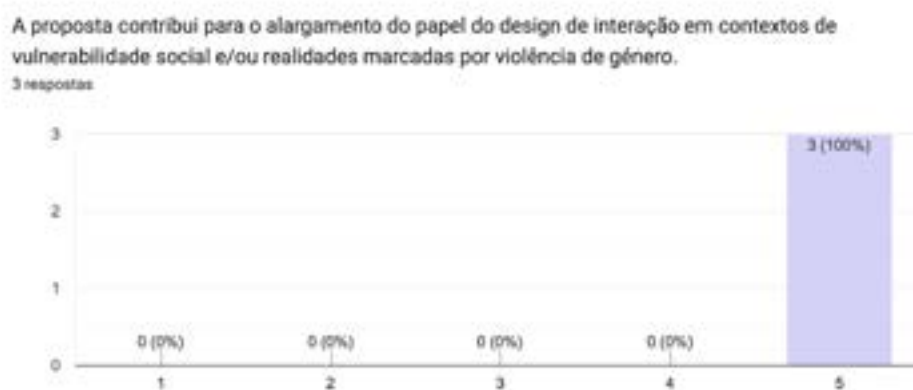


Fig.62 - Gráfico 2 correspondente à secção da especialistas em design de comunicação e interação;

Fig.63 - Gráfico 3  
correspondente à secção  
da especialistas em  
design de comunicação e  
interação;



Duas em três participantes (66,7%) atribuíram a pontuação máxima à relevância do design centrado no utilizador, à adequação da experiência às necessidades do público-alvo e à consistência emocionalmente positiva do design visual (Fig. 64, 65, 66 e 67)..

A interface foi considerada apenas clara em termos de hierarquia de informação por 2 em 3 participantes (66,7%), visível na Fig. 67.

Fig.64 - Gráfico 4  
correspondente à secção  
da especialistas em  
design de comunicação e  
interação;



Fig.65 - Gráfico 5  
correspondente à secção  
da especialistas em  
design de comunicação e  
interação;





Fig.66 - Gráfico 6 correspondente à secção da especialistas em design de comunicação e interação;



Fig.67 - Gráfico 7 correspondente à secção da especialistas em design de comunicação e interação;

Estes dados afirmam a robustez do protótipo do ponto de vista do design de interação e identidade visual, com sugestões construtivas a considerar na sua evolução futura. a coerência entre os objetivos da investigação e a solução apresentada. As especialistas em design valorizaram a aplicação de princípios de design centrado no utilizador e destacaram o potencial da proposta para alargar o papel do design de interação em contextos sociais vulneráveis. Sugeriram melhorias na hierarquia de informação e na acessibilidade responsiva do protótipo.

Em conjunto, os dados recolhidos reforçam o valor da abordagem adotada e validam a pertinência da solução proposta, contribuindo para a sua iteração final.

## 5.4 Comentários e Sugestões Finais

As respostas às perguntas abertas do questionário permitiram aprofundar a perceção qualitativa da proposta. Entre os aspetos mais destacados como positivos, encontram-se os seguintes (Tabela 14):

Tab. 14 - Tabela síntese dos comentários finais do questionário avaliativo;

Pontos Fortes Identificados	Comentários e Sugestões Finais
Sugestões de Melhoria	<ul style="list-style-type: none"> <li>• As soluções de apoio imediato (como o botão SOS e geolocalização);</li> <li>• A linguagem visual, acolhedora e respeitosa, que transmite empatia e confiança;</li> <li>• A clareza da interface, descrita como simples, intuitiva e emocionalmente segura;</li> <li>• O cuidado com o design inclusivo e não estigmatizante;</li> <li>• A diversidade de informação e recursos disponíveis (textos, fóruns, ferramentas);</li> <li>• A sensação de acolhimento, tranquilidade e ausência de julgamento;</li> <li>• A experiência de uso como um "porto seguro".</li> </ul>
Comentários Livres	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Maior consistência visual entre cores, ícones e tipografia;</li> <li>• Inclusão de mais conteúdos e ferramentas (ex.: textos, seção educativa);</li> <li>• Esclarecimento de funcionalidades no início da navegação (ex.: tutorial);</li> <li>• Ajustes menores na interface (cards, navegação, copywriting);</li> <li>• Eventual criação de uma conta pessoal para acompanhar o percurso da utilizadora.</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• As sugestões livres evidenciam o impacto emocional da experiência vivida pelas participantes.</li> <li>• Várias participantes expressaram gratidão pela abordagem sensível e ética do projeto.</li> <li>• Foi encorajada a continuação e expansão do projeto, reconhecendo o seu potencial transformador.</li> <li>• Foram sugeridos nomes para a plataforma, como EmPODERA-te, Entre Nós e Espaço Seguro.</li> <li>• As propostas de nome refletem o desejo de associar a plataforma a sentimentos de proteção, empatia e partilha entre mulheres.</li> </ul>

## 5.5 Análise e Discussão

Verificou-se consistência entre os três grupos de participantes, com destaque para o alinhamento nas avaliações de empatia, clareza de funcionamento e impacto emocional. A percentagem de respostas na escala máxima de concordância reforça a pertinência do protótipo como proposta funcional, emocional e eticamente sólida.

No que diz respeito às quatro dimensões propostas por Zimmerman et al. (2007):

- **Processo:** A navegação clara, acessível e bem estruturada foi reconhecida pelos três grupos, confirmando que a experiência de utilização é intuitiva e transparente.
- **Invenção:** A abordagem inovadora no tratamento de uma temática sensível foi destacada por utilizadoras e especialistas, revelando o potencial do design de interação em contextos de vulnerabilidade social.
- **Relevância:** A adequação da solução às necessidades reais das utilizadoras, incluindo aspetos emocionais e psicológicos, foi consistentemente validada.
- **Extensão:** A possibilidade de replicação da solução noutros contextos semelhantes, como noutras comunidades de apoio, foi reconhecida como viável e desejável.

As respostas abertas reforçaram as avaliações quantitativas, acrescentando perspetivas subjetivas que demonstram a experiência emocional das participantes e a perceção da plataforma como um “porto seguro”.

Destaca-se que as utilizadoras finais foram o grupo que atribuiu a avaliação mais consistente e elevada em todos os itens, com 100% das respostas classificadas com a pontuação máxima (5 - Concordo totalmente). Este padrão é particularmente relevante pois indica que o artefacto responde de forma direta e eficaz às suas necessidades emocionais e funcionais, validando o foco da proposta.

As psicólogas apresentaram uma distribuição ligeiramente mais diversa nas respostas, com alguns itens avaliados com 4, o que sugere um olhar mais crítico e técnico, sobretudo no que se refere à aplicabilidade clínica e sustentabilidade

do apoio emocional.

As designers também demonstraram elevada valorização da proposta, sobretudo nos critérios de coerência, impacto e relevância, com pequenas variações em aspectos visuais e de interface, o que é esperado num grupo cuja formação está voltada para a experiência visual e funcional.

Importa ainda destacar os pontos onde as respostas revelaram menor consenso ou uma ligeira diminuição na avaliação positiva. Em particular, itens relacionados com a clareza da navegação e com a distinção entre espaços de partilha pública e privada obtiveram, por parte de algumas participantes, sobretudo psicólogas e designers, classificações de 4 em vez de 5. Estes aspetos foram interpretados como oportunidades de melhoria para a versão final do protótipo, como descrito no subcapítulo seguinte. Esta abordagem iterativa demonstra o compromisso do processo de design com a escuta ativa e a evolução contínua da solução proposta.

Estes resultados sugerem que o artefacto não só cumpre os objetivos definidos, como demonstra potencial para gerar impacto significativo em contextos de maior vulnerabilidade emocional e social.

## **5.6 Iterações: organização de insights e correções**

De forma a consolidar o feedback recolhido e sistematizar os insights emergentes desta fase avaliativa, foi realizada, através do Figma, uma análise detalhada de todos os ecrãs do protótipo. Esta análise permitiu mapear e priorizar os comentários e sugestões das utilizadoras, organizando-os de acordo com a sua relevância e impacto no design. Os insights abrangeram aspetos diversos, desde questões de usabilidade, como navegação e estrutura, até elementos mais subtis, como a clareza da linguagem e o *copy*. As Figuras 68 e 69 ilustram a sistematização e o processo de anotação e síntese crítica realizado:

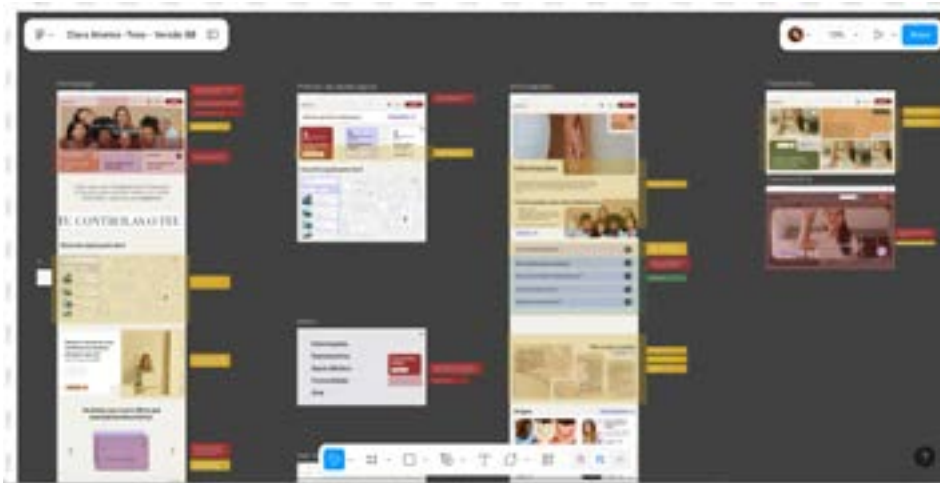


Fig.68 - Organização das correções emergentes do protocolo think-aloud;

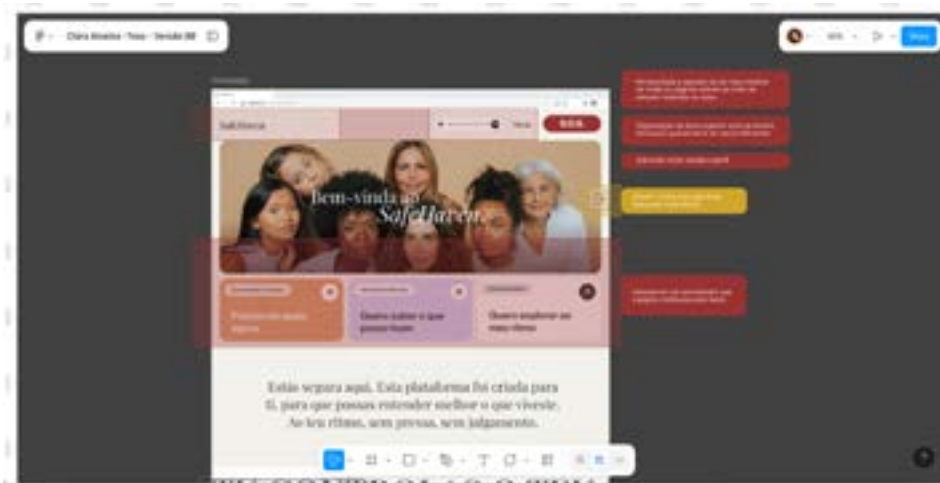


Fig.69 - Organização das correções emergentes do protocolo think-aloud ao promenor;

# Capítulo 6







## 6. Projeto Final Safe Haven

Após a fase de avaliação do protótipo inicial, e com base no feedback recolhido junto das utilizadoras e especialistas, foi desenvolvida uma versão final do protótipo. Esta nova iteração procurou responder de forma concreta às limitações e oportunidades identificadas, incorporando melhorias tanto a nível estrutural como funcional.

O processo RtD que orientou toda a fase generativa do projeto permitiu que o conhecimento fosse construído de forma iterativa e situada, a partir da experimentação, escuta ativa e reformulação contínua. O protótipo final resulta, assim, de um percurso investigativo que reforça o processo de design com dados empíricos e reflexão crítica.

Nesta secção, apresentam-se as principais alterações realizadas, bem como a justificação para cada decisão de design tomada com base nos dados obtidos na fase anterior.

### 6.1 Correções e Iterações ao Protótipo

Começou-se por mapear todas as correções que eram necessárias ser feitas, derivadas da fase anterior, por grau de prioridade, como está ilustrado nas seguintes Figuras 68 e 69.

Todos os pontos referidos foram corrigidos, desde problemas de usabilidade, como erros no protótipo, até decisões de design foram reformuladas, obtendo assim, o protótipo final e definitivo desta investigação, com todas as melhorias presentes no seguinte link: <https://shorturl.at/11ec5>

Fig.70 - Protótipo Final -  
Página Inicial;



As melhorias possíveis de apresentar neste documento estão ilustradas nas Figuras 70 à 77:

Na página principal, o cabeçalho foi alterado, decidindo que todas as páginas disponíveis na plataforma sejam possíveis de aceder através do mesmo e, foi melhorada a sua hierarquia. Como a maior parte das participantes do think-aloud não compreendeu que a página tinha mais informação e continuava na vertical, foi adicionado uma barra de *scroll* e foram prolongados os cards principais.

Fig.71 - Protótipo Final  
- Cartas interativas  
corrigidas;



Todas as cartas dos “mitos vs realidade” foram prototipadas e acrescentou-se um *signifier* para que seja claro a todas as utilizadoras que as cartas são interativas e clicáveis.



Fig.72 - Protótipo Final - Footer;

Foi desenhado e adicionado um footer, apresentado na Fig.72 para melhorar a navegação das utilizadoras na plataforma e oferecer alguma informação sobre a proteção de dados e termos legais que seriam definidos caso o projeto fosse desenvolvido na sua plenitude.



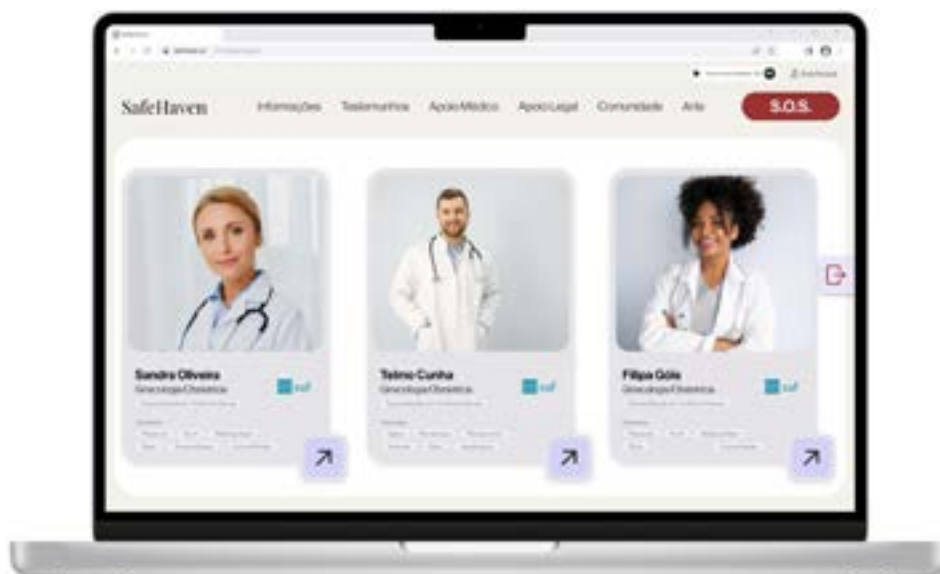
Fig.73 - Protótipo Final - Tutorial;

Para melhor compreensão das interações e possibilidades, tanto da Página da Arte como na Página da Comunidade, foi adicionada uma janela de informação, com a função de tutorial, com o intuito de explicar e introduzir a página à utilizadora, deixando clara a sua utilização, visível na Fig.73.

Fig.74 - Protótipo Final - Apresentação da página de apoio médico;



Fig.75 - Protótipo Final - Apresentação de médicos especializados na página de apoio médico;



Identificado como uma parte fundamental da plataforma, a página do apoio médico foi prototipado, em continuação da fase anterior. Trata-se de uma página que apresenta os médicos especializados na área da VS, priorizados pela localização mais próxima da utilizadora. Como foi sugerido na fase avaliativa, os interesses pessoais dos médicos foram adicionados nos cards que os apresentam, como proposta para uma interação mais empática, e para que as utilizadoras possam sentir mais proximidade com algum deles.

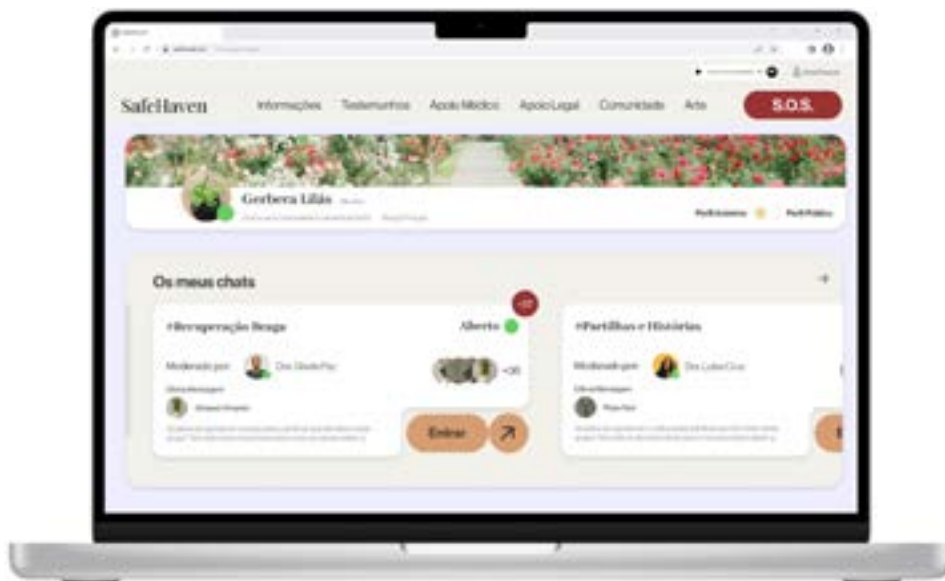


Fig.76 - Protótipo Final  
- Página área pessoal -  
perfil e chats ativos;

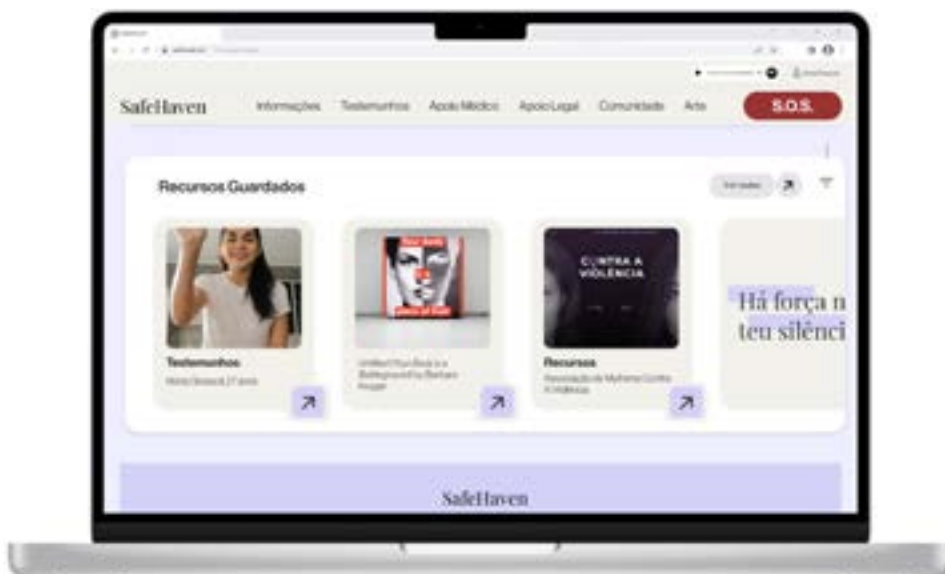


Fig.77 - Protótipo Final  
- Página área pessoal -  
elementos guardados;

A página segue uma estrutura semelhante às restantes, e o modelo poderia ser aplicado para uma página de apoio legal (que não foi prototipada).

Através dos resultados do think aloud, foi possível clarificar a necessidade da página ter uma área pessoal, ou seja, um perfil, principalmente onde a utilizadora pudesse ter os elementos que guardou ao longo da interação com a plataforma. Esta área possibilita esse acesso e também facilita a presença na comunidade, através da apresentação dos diferentes chats. Apresentada na figura 76 e 77.

## 6.2 Adaptação em Mobile: Emergência e Acessibilidade

Esta investigação propôs-se a atuar no momento pós-violência sexual, com foco no processo de recuperação das vítimas. Nesse sentido, a proposta inicial partiu de uma abordagem content-first, centrando-se na versão desktop da plataforma como principal ambiente de interação.

Contudo, após a realização dos métodos participativos, nomeadamente os workshops com vítimas, tornou-se evidente a importância de atender também a situações de emergência imediata. Várias participantes destacaram a urgência em aceder a apoio logo após um episódio de violência, num momento crítico em que o tempo de resposta e a discrição do dispositivo são fatores determinantes.

Deste modo, considerou-se pertinente desenvolver uma versão adicional da plataforma com uma abordagem *mobile-first*, centrada em fluxos rápidos e simplificados, mais adequados a situações de emergência. Esta adaptação permitiu reorganizar algumas funcionalidades, como os contactos de emergência e o mapa de apoio geolocalizado, tornando-os acessíveis logo à entrada da aplicação.

Apesar de o foco principal da investigação continuar a ser o processo de recuperação, a criação de uma versão mobile permitiu ampliar o alcance da plataforma e responder com maior adequação à diversidade de contextos de utilização. Nas imagens seguintes são apresentados alguns dos ecrãs desenvolvidos para esta versão mobile. O protótipo funcional pode ser acedido através do seguinte link: <https://shorturl.at/6zd9d>

Nas Figuras 78 e 79 temos a ilustração da interação principal: clicar no botão de SOS, que nos leva a um contacto direto com o 112.

Ao continuar a navegar pela Página Inicial nesta versão mobile, são apresentadas as ações secundárias mais importantes como é possível observar na Fig. 80: “Preciso de ajuda agora”; “Preciso de um sítio seguro”; e “Quero explorar ao meu ritmo”. Ao clicarmos na ação “Preciso de ajuda agora” encontramos a página que tem como possibilidade aceder à localização da utilizadora e mostrar os principais pontos de ajuda, com contactos diretos que iniciam automaticamente uma chamada para o local mais próximo, observável na Figura 81, e as chamadas na Fig. 82 e 83.



Fig.78 - Protótipo Final versão *Mobile* - Página Inicial;

Fig.79 - Protótipo Final versão *Mobile* - Chamada SOS;

Fig.80 - Protótipo Final versão *Mobile* - continuação da Página Inicial;



Fig.81 - Protótipo Final versão *Mobile* - preciso de ajuda agora;



Fig.82 - Protótipo Final versão *Mobile* - chamada para ponto de abrigo mais próximo;



Fig.83 - Protótipo Final versão *Mobile* - chamada para apoio policial mais próximo;





# Capítulo 7



# Conclusões e considerações finais

07



## 7. Conclusões e Considerações Finais

A presente investigação teve como objetivo desenvolver uma plataforma online que forneça apoio no processo de recuperação às mulheres vítimas de violência sexual, tendo como base a seguinte questão de investigação: *Como pode o Design de Interação, através de uma plataforma online, apoiar na recuperação de mulheres vítimas de violência sexual?*

Os resultados obtidos ao longo do estudo confirmam o argumento central e demonstram que o design de interação, aliado a abordagens como o HCD e o DP, tem um papel fundamental na criação de artefactos digitais que respondem, de forma empática e funcional, às necessidades concretas de utilizadoras em situação de vulnerabilidade. A questão principal da investigação foi respondida através da criação e avaliação do protótipo SafeHaven, que demonstrou apoiar a recuperação das vítimas ao oferecer informação clara, apoio emocional e espaços seguros de partilha. A abordagem HCD permitiu colocar as utilizadoras no centro do processo de design, envolvendo-as profundamente nas fases exploratória e avaliativa da solução, o que garantiu maior alinhamento com as suas necessidades reais. De mão dada com o DP, que trouxe vítimas e especialistas para dentro da investigação, enriquecendo-a com múltiplas perspetivas. Por fim, a mediação de uma comunidade empática foi explorada através de fóruns anónimos, apoio mú e partilhas de experiências.

O protótipo desenvolvido, SafeHaven, resultou de um processo colaborativo e iterativo, com envolvimento ativo de especialistas e vítimas na fase exploratória e na fase avaliativa. A investigação baseou-se em três momentos centrais: (i) levantamento de necessidades através da revisão de literatura, entrevistas e um design workshop co-criativo; (ii) processo de RtD com desenvolvimento do protótipo interactivo ; e (iii) avaliação da solução por parte de vítimas e especialistas, tanto na área do design como da saúde mental.

Neste processo, a abordagem RtD revelou-se fundamental para sustentar a experimentação e o refinamento contínuo da solução. Através desta abordagem, foi possível testar hipóteses através da própria prática de design, permitindo que o protótipo evoluísse com base na reflexão crítica e na experiência direta com o artefacto. A iteração não terminou com a fase de prototipagem inicial,

continuando num processo de melhorias e correções derivadas da avaliação.

Os dados recolhidos na fase exploratória indicaram de forma consistente a necessidade de uma plataforma clara, empática e segura. As participantes VVS e psicólogas especialistas em VS manifestaram consenso sobre a importância de: (i) incluir encaminhamento para serviços especializados, (ii) uso de uma linguagem inclusiva e próxima, (iii) design visual simples e tranquilizador, (iv) imagens que evitem mostrar a mulher sob violência física e diminuída, (v) partilha de testemunhos com curadoria e (vi) espaços seguros para interação anónima. Estes elementos foram traduzidos na plataforma através de diferentes páginas, elementos e decisões apresentados na fase da prototipagem.

A fase avaliativa demonstrou adequação às decisões de design tomadas: os questionários derivados das entrevistas avaliativas realizadas atribuíram na sua maioria classificações positivas (entre 4 e 5 numa escala de 1 a 5) relativas à pertinência e sensibilidade do artefacto desenvolvido. O DI permitiu que uma solução interativa se tornasse uma ferramenta de apoio, empoderamento e orientação. A plataforma não substitui os sistemas institucionais de apoio, mas posiciona-se como uma linha de entrada complementar, onde a informação, o cuidado e o anonimato coexistem com acessibilidade e apoio efetivo.

Adicionalmente, esta investigação confirma que a informação, quando apresentada de forma clara, validada e emocionalmente segura, é o recurso com maior potencial de empoderamento para estas mulheres. Através de conteúdos que explicam o trauma, desmistificam mitos e apresentam factos concretos, promove-se a autonomia e a reconstrução da autoestima.

Neste sentido, o DI deve ser entendido como uma prática profundamente comprometida com a transformação social e com uma postura crítica, ética e cuidadosa, que compreenda não só os sistemas técnicos e os produtos concebidos, mas também os contextos humanos e sociais em que estes estão presentes.

## 7.1 Limitações

Como qualquer processo investigativo, esta investigação apresenta um conjunto de limitações que importa reconhecer. Em primeiro lugar, destaca-se a possível dimensão reduzida da amostra, que, embora tenha permitido um

contacto relevante com as participantes, poderia ter sido alargada para incluir uma maior diversidade de perfis e, assim, aumentar a robustez e relevância dos resultados obtidos. A dificuldade de acesso e recrutamento deste público-alvo, mulheres VVS, representou um desafio significativo, dada a delicadeza do tema.

A amostra do design workshop foi constituída exclusivamente por mulheres entre os 20 e os 30 anos, maioritariamente estudantes universitárias, com acesso regular à internet, computador e smartphone. Esta realidade poderá ter condicionado a conceção da plataforma digital para um perfil de utilizadora mais jovem e com alta literacia tecnológica. Como tal, reconhece-se que as necessidades e preferências de outras faixas etárias, nomeadamente adolescentes ou mulheres mais velhas, poderão não estar devidamente representadas. A relação que estas populações mantêm com a tecnologia, difere, podendo exigir abordagens e decisões de design distintas. Paralelamente, mulheres de contextos socioeconómicos mais vulneráveis, com menor literacia digital ou sem acesso constante a dispositivos tecnológicos, podem não encontrar na presente proposta uma resposta adequada às suas necessidades. Embora a plataforma tenha sido pensada para ser acessível e inclusiva, reconhece-se que o contexto socioeconómico das participantes influenciou as suas sugestões e interações com o protótipo.

Importa ainda salientar que o estudo foi realizado exclusivamente em Portugal, o que levanta questões sobre a transferibilidade dos resultados para outras realidades socioculturais e políticas.

Adicionalmente, algumas funcionalidades previstas para a plataforma não foram representadas com um nível elevado de fidelidade no protótipo final, o que poderá ter limitado a perceção da experiência por parte das participantes nos testes. Também a componente da segurança, privacidade e anonimato, embora considerada um critério central no processo de design, poderia ter sido mais aprofundada em termos técnicos e legais. A proposta procura respeitar os princípios de confidencialidade e proteção das utilizadoras, mas admite-se que, numa versão futura da plataforma, esta dimensão deve ser alvo de trabalho especializado, nomeadamente ao nível da cibersegurança, anonimização de dados e proteção contra o acesso de agressores. Não foi ainda suficientemente aprofundada a proteção contra potenciais tentativas de invasão do espaço por parte destes.

Sublinha-se que esta plataforma não pretende substituir o apoio presencial especializado prestado por psicólogas, médicas ou técnicas de apoio à vítima, nem anular o papel de instituições formais de resposta à violência sexual. Pelo contrário, a proposta visa complementar esse ecossistema de apoio, encaminhando as VVS para os mesmos.

Concorda-se, por isso, com a perspectiva de que esta solução não pretende “resolver” o problema sistémico da violência sexual. O que se procura é contribuir para a criação de apoios complementares e apaziguadores. O papel do design, nesta investigação, não é o de oferecer respostas absolutas, mas sim o de apoiar e ajudar vítimas deste problema a recuperar.

## 7.2 Recomendações Futuras

Foram identificadas algumas possibilidades para a continuação da contribuição para as áreas de estudo desta investigação:

(i) Aplicação da investigação com foco em vítimas do sexo masculino: Apesar de esta investigação se focada em mulheres, é fundamental reconhecer que os homens também são vítimas de violência sexual, muitas vezes com obstáculos adicionais relacionados com o estigma e a invisibilidade social.

(ii) Plataforma para crianças vítimas de VS: Desenvolver um espaço online adaptado a crianças e adolescentes, com linguagem simples, recursos educativos e mecanismos de proteção especializados.

(iii) Desenvolvimento de um sistema de intermediação entre vítimas e profissionais técnicos: Uma linha de investigação relevante poderá centrar-se no desenvolvimento de um sistema digital institucional focado no acompanhamento formal dos processos das vítimas. Este sistema poderia facilitar a articulação entre técnicas de apoio à vítima, psicólogos, juristas e outros profissionais envolvidos.

(iv) Design de interação aplicado ao momento judicial e legal: O processo judicial é muitas vezes vivido pelas vítimas como uma segunda violência, devido à exposição, descrença ou complexidade burocrática. É um momento que traduz muita necessidade de atuação.

(v) Criação de uma plataforma de apoio baseada em redes comunitárias: Outra linha de investigação poderá incidir na conceção de um projeto comunitário,

no qual cidadãos e cidadãs se disponibilizam, através de uma app ou plataforma, a abrir os seus espaços (casas, lojas, estabelecimentos) como pontos de abrigo e proteção para vítimas em situação de risco iminente.

(vi) Integração de inteligência artificial para personalização e empatia computacional: A inteligência artificial poderá oferecer novas formas de apoio emocional e orientação personalizada, mas deve ser cuidadosamente estudada e ponderada.

(vii) Exploração aprofundada de mecanismos de segurança e privacidade: Dada a sensibilidade do público-alvo e dos dados envolvidos, é fundamental garantir que estas plataformas integrem mecanismos robustos de segurança, contra agressores e possíveis agressores.

(viii) Uma perspetiva Life-Centered: Apesar de a presente investigação assentar numa abordagem de HCD, pode ser pertinente considerar uma visão sistémica e sustentável do design, consciente dos seus impactos sociais, ambientais e interdependentes.

(ix) Extensão de investigação sobre o design de interação como apoio a crianças vítimas de violência sexual: A infância representa uma fase particularmente delicada no que diz respeito ao trauma e ao desenvolvimento emocional. Seria pertinente desenvolver estudos centrados em crianças vítimas, a partir da qual se poderá originar um artefacto distinto, com abordagens lúdicas, pedagógicas e terapêuticas.

(x) Plataforma ou solução offline: Criar uma versão acessível em contextos sem internet, garantindo apoio imediato a vítimas em áreas rurais ou com baixa literacia digital.

## 7.3 Disseminação

No âmbito da presente investigação, tive a oportunidade de participar numa conferência do PDC Place, versão entre o Brasil e Portugal, “O Design Participativo como abordagem de investigações: experiências académicas na pós-graduação em Portugal e no Brasil”, realizada em 2024. Durante a conferência, foram apresentados os resultados preliminares da investigação, incluindo os principais objetivos do projeto, a metodologia adotada, os insights obtidos a partir da fase exploratória da investigação e o princípio da fase de generativa.

A participação neste evento constituiu uma oportunidade para validar a relevância do tema, assim como para recolher feedback de uma comunidade académica especializada em abordagens participativas e orientadas para a justiça social.

Fig.84 e 85 - Publicações na rede social Instagram - disseminação da investigação - PDC Place, 2024;



Fig.86 - Apresentação da investigação- disseminação da investigação - PDC Place, 2024;



## 7.4 Reflexão Pessoal da Investigadora

Trabalhar um tema como a violência sexual confronta-nos com a complexidade do mundo e do ser humano em todas as suas dimensões. No entanto, ficou claro para mim que o design, particularmente o DI e o DP, tem uma capacidade única de trabalhar com públicos vulneráveis e realidades densas e urgentes, dando voz a quem muitas vezes não a tem.

Acrescento que antes de realizar o workshop com as vítimas, enfrentei os meus próprios preconceitos. Tinha a expectativa de que seria extremamente difícil abordar temas tão sensíveis, especialmente em grupo, receando a possibilidade de *triggers* ou de momentos emocionalmente negativos durante o workshop. Por esse motivo, preparei ao máximo o design workshop com antecedência, tomei medidas para garantir o anonimato das participantes, desde o recrutamento até ao momento da cocriação. Preparei vários cenários e estratégias de moderação,

realizei um workshop piloto, antecipando dificuldades e tentando minimizar qualquer risco.

Contudo, no decorrer do workshop, fui surpreendida por algo profundamente comovente: todas as participantes, por vontade própria, ligaram as câmaras e partilharam abertamente as suas histórias. A partilha foi espontânea e teve uma motivação comum: a possibilidade de contribuir para um projeto que pudesse ajudar outras mulheres. O desejo de transformar a dor em algo útil e significativo falou mais alto. Um dos momentos mais marcantes de todo o processo foi ver as próprias vítimas a colaborar ativamente no desenho de wireframes da plataforma. Foi um momento ilustrativo do poder do DI e da cocriação.

A participação de uma psicóloga durante o workshop foi essencial para garantir um espaço seguro: uma das vítimas precisou de sair temporariamente da sessão para conversar em privado com a psicóloga e acalmar-se. Esse momento reforçou a importância de acolher as vulnerabilidades com estrutura, e de integrar o cuidado emocional como parte do próprio método participativo.

Percebi que as pessoas estão mais disponíveis do que imaginamos para falar sobre experiências difíceis, desde que sintam segurança, respeito e por um bem maior. Ter tido a oportunidade de escutar, colaborar e co-criar com estas mulheres foi, para mim, um privilégio transformador. Sinto-me hoje uma investigadora mais consciente, mas sobretudo uma pessoa melhor. Esta investigação foi, ao mesmo tempo, um projeto académico e um processo profundamente humano. Acredito agora, mais do que nunca, que o design deve estar ao serviço da escuta, da dignidade e da mudança social.







# Referências Bibliográficas

- APAV Para Jovens. (s.d.). Violência sexual. <https://www.apavparajovens.pt>
- Andalibi, N., Haimson, O. L., De Choudhury, M., & Forte, A. (2016). Understanding social media disclosures of sexual abuse through the lenses of support seeking and anonymity. *Proceedings of the 2016 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems*, 3906–3918. <https://doi.org/10.1145/2858036.2858096>
- Bannon, L. J. (2011). Reimagining HCI: Toward a more human-centered perspective. *Interactions*, 18(4), 50–57. <https://doi.org/10.1145/1978822.1978833>
- Bardzell, S. (2010). Feminist HCI: Taking stock and outlining an agenda for design. *Proceedings of the SIGCHI Conference on Human Factors in Computing Systems*, 1301–1310. <https://doi.org/10.1145/1753326.1753521>
- Bardzell, S., & Bardzell, J. (2011). Towards a feminist HCI methodology: Social science, feminism, and HCI. *Proceedings of the SIGCHI Conference on Human Factors in Computing Systems*, 675–684. <https://doi.org/10.1145/1978942.1979041>
- Beall, A. T., & Tracy, J. L. (2013). Women are more likely to wear red or pink at peak fertility. *Psychological Science*, 24(9), 1837–1841. <https://doi.org/10.1177/0956797613476045>
- Benyon, D., Turner, P., & Turner, S. (2005). *Designing Interactive Systems: People, Activities, Contexts, Technologies*. Addison-Wesley.
- Boehner, K., Sengers, P., & Warner, S. (2008). Interfaces with the ineffable: Meeting aesthetic experience on its own terms. *ACM Transactions on Computer-Human Interaction*, 15(3), Article 12, 1–29. <https://doi.org/10.1145/1453152.1453155>
- Braun, V., & Clarke, V. (2013). *Successful Qualitative Research: A Practical Guide for Beginners*. SAGE Publications.
- Buchanan, R. (2001). Design research and the new learning. *Design Issues*, 17(4), 3–23.
- Burgess, A. W., & Holmstrom, L. L. (1978). Recovery from rape and prior life stress.

Bødker, S. (2015). Third-wave HCI, 10 years later—Participation and sharing. *Interactions*, 22(5), 24–31. <https://doi.org/10.1145/2804405>

Camp, J. (2003). Design for trust. In *Trust and Design: 4th International Conference on Trust Management*.

Chen, Lin-Lin & Djajadiningrat, Tom & Feijs, Loe & Fraser, Simon & Hu, Jun & Kyffin, Steven & Steffen, Dagmar. (2013). Design and semantics of form and movement.

Cipolla, C., & Moura, H. (2011). Social innovation in low-tech contexts and its implication for inclusive development. *Design Management Journal*, 6(1), 40–47.

Clement S, Schauman O, Graham T, Maggioni F, Evans-Lacko S, Bezborodovs N, Morgan C, Rüsch N, Brown JS, Thornicroft G. What is the impact of mental health-related stigma on help-seeking? A systematic review of quantitative and qualitative studies. *Psychol Med*. 2015 Jan;45(1):11-27. doi: 10.1017/S0033291714000129. Epub 2014 Feb 26. PMID: 24569086.

CNN Portugal. (2022). Especialista aponta a pandemia como uma das explicações plausíveis para um aumento preocupante em Portugal: mais 82 casos de violação. <https://cnnportugal.iol.pt/portugal/casos-violacao/especialista-aponta-a-pandemia-como-uma-das-explicacoes-plausiveis-para-um-aumento-preocupante-em-portugal-mais-82-casos-de-violacao/20220525/628-e02ad0cf26256cd25e90f>

Collaton, J., & Barata, P. (2022). Understanding discussions of sexual assault in young women on a peer support mental health app: A content analysis. *Journal of Interpersonal Violence*, 37(23–24), NP22811–NP22833. <https://doi.org/10.1177/08862605211073112>

Comissão para a Cidadania e Igualdade de Género – CIG. (2023). Relatório de Igualdade de Género. <https://www.cig.gov.pt>

Constantine, L.L. (2006). Trusted Interaction: User Control and System Responsibilities in Interaction Design for Information Systems. In: Dubois, E., Pohl, K. (eds) *Advanced Information Systems Engineering. CAiSE 2006. Lecture Notes in Computer Science*, vol 4001. Springer, Berlin, Heidelberg. [https://doi.org/10.1007/11767138\\_3](https://doi.org/10.1007/11767138_3)

Cooper, A., Reimann, R., & Cronin, D. (2007). *About Face 3: The Essentials*

of Interaction Design.

Davis, R., Taylor, B., & Bench, S. (1995). Impact of sexual and nonsexual assault on secondary victims. *Violence and Victims*, 10(1), 73–84.

Diário de Notícias. (2025). Violação: Portugal com maior número de denúncias desde 1998. <https://www.dn.pt>

Do, H. J., Yang, S. H., Choi, B.-G., Fu, W. T., & Bailey, B. P. (2021, April 14). Do you have time for a quick chat? Designing a conversational interface for sexual harassment prevention training. In *Proceedings of the 26th International Conference on Intelligent User Interfaces*.

Dombrowski, L., Harmon, E., & Fox, S. (2016). Social justice-oriented interaction design: Outlining key design strategies and commitments. *Proceedings of the 2016 ACM Conference on Designing Interactive Systems*, 656–671. <https://doi.org/10.1145/2901790.2901861>

Dwyer, N. (2011). *Traces of digital trust: An interactive design perspective*.

Eccles, D. W., & Arsal, G. (2017). The think aloud method: What is it and how do I use it?. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 9(4), 514–531. <https://doi.org/10.1080/2159676X.2017.1331501>

Elliot, A. J., & Maier, M. A. (2014). Color psychology: Effects of perceiving color on psychological functioning in humans. *Annual Review of Psychology*, 65, 95–120. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010213-115035>

Ericsson, K. A., & Simon, H. A. (1993). *Protocol Analysis: Verbal Reports as Data* (Rev. ed.). MIT Press.

Februanti, S., & Kartilah, T. (2019). Family Support in Victims of Children of Sexual Violence in Indonesia. *International Journal of Innovative Research in Medical Science*, 4(08), 484 to 487. <https://doi.org/10.23958/ijirms/vol04-i08/724>

Fileborn, B. (2014). Online activism and street harassment: Digital justice or shouting into the ether? *Griffith Journal of Law & Human Dignity*, 2(1), 32. <https://doi.org/10.69970/gjlhd.v2i1.569>

Foa, E. B., Rothbaum, B. O., Riggs, D. S., & Murdock, T. B. (1989). Treatment of posttraumatic stress disorder in rape victims: A comparison between cognitive-behavioral procedures and counseling. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 57(2), 141-147. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.57.2.141>

Fuad-Luke, A. (2009). *Design Activism: Beautiful Strangeness for a Sustainable World* (1st ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781849770941>

García-Moreno, C., & Watts, C. (2000). Violence against women: Its importance for HIV/AIDS. *AIDS*, 14(suppl 3), S253–S265.

Goffman, E. (1959). *The Presentation of Self in Everyday Life*. Doubleday.

Greenberg, M. A., & Stone, A. A. (1992). Emotional disclosure about traumas and its relation to health: Effects of previous disclosure and trauma severity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(1), 75–84. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.63.1.75>

Hai-Jew, S. (2014). Vengeance culture online: A qualitative meta-analysis and position paper. In C. Ghaffari (Ed.), *Human rights and the impact of ICT in the public sphere: Participation, democracy, and political autonomy* (pp. 104–133). IGI Global. <https://doi.org/10.4018/978-1-4666-6248-3.ch006>

Haskell, L., & Randall, M. (2019). *The impact of trauma on adult sexual assault victims*. Department of Justice Canada.

Herman, J. L. (1992). *Trauma and Recovery: The Aftermath of Violence—from Domestic Abuse to Political Terror*. Basic Books.

Herman, J. L. (2005). Justice from the victim's perspective. *Violence Against Women*, 11(5), 571–602.

Hopper, E. K., & Gonzalez, L. D. (2018). A Comparison of Psychological Symptoms in Survivors of Sex and Labor Trafficking. *Behavioral Medicine*, 44(3), 177–188. <https://doi.org/10.1080/08964289.2018.1432551>

Höök, K., & Löwgren, J. (2021). Characterizing interaction design by its ideals: A discipline in transition. *She Ji: The Journal of Design, Economics, and Innovation*, 7(1), 24–40. <https://doi.org/10.1016/j.sheji.2020.12.001>

Instituto Nacional de Estatística. (2023). *Inquérito sobre segurança no espaço público e privado 2022*. Destaque. <https://www.ine.pt>

Interaction Design Foundation. (s.d.). *Human-Centered Design (HCD)*. <https://www.interaction-design.org/literature/topics/human-centered-design>

Kelly, L., & Radford, J. (1998). Sexual violence against women and girls: an approach to an international overview. In R. E. Dobash, R. P. Dobash (Eds.) *Sexual*

violence against women and girls: An approach to an international overview (pp. 53-76). SAGE Publications, Inc., <https://doi.org/10.4135/9781452243306.n3>

Lebowitz, L. Harvey, M., & Herman, J. L. (1993). A stage by dimensional model of recovery from sexual trauma. *Journal of Interpersonal Violence*, 8(3), 378–391.

Löwgren, J., & Stolterman, E. (2005). *Thoughtful interaction design: A design perspective on information technology*. MIT Press.

Maeng, Wookjae & Lee, Joonhwan. (2021). Designing a Chatbot for Survivors of Sexual Violence: Exploratory Study for Hybrid Approach Combining Rule-based Chatbot and ML-based Chatbot. 160-166. 10.1145/3429360.3468203.

Manzini, E. (2014). Making things happen: Social innovation and design. *Design Issues*, 30(1), 57–66. [https://doi.org/10.1162/DESI\\_a\\_00248](https://doi.org/10.1162/DESI_a_00248)

Manzini, E. (2015). *Design, when everybody designs: An introduction to design for social innovation* (R. Coad, Trans.). MIT Press.

Martin, B., & Hanington, B. (2012). *Universal Methods of Design: 100 Ways to Research Complex Problems, Develop Innovative Ideas, and Design Effective Solutions*. Rockport Publishers.

Mendes, T. (2016). A desculturação da violência sexual pelas vozes de mulheres sobreviventes

Moggridge, B. (2007). *Designing Interactions*. MIT Press.

Moors, R., & Webber, R. (2013). The dance of disclosure: Online self-disclosure of sexual assault. *Qualitative Social Work: Research and Practice*, 12(6), 799–815. <https://doi.org/10.1177/1473325012464383>

Naslund JA, Aschbrenner KA, Marsch LA, Bartels SJ. The future of mental health care: peer-to-peer support and social media. *Epidemiology and Psychiatric Sciences*. 2016;25(2):113-122. doi:10.1017/S2045796015001067

Nielsen, J. (2012). *Thinking Aloud: The #1 Usability Tool*. Nielsen Norman Group. <https://www.nngroup.com/articles/thinking-aloud-the-1-usability-tool/>

Norman, D. A. (2003). *The Design of Everyday Things*. Basic Books.

Norman, D. A. (2004). *Emotional Design: Why We Love (or Hate) Everyday Things*. Basic Books.

O’Neill, T. (2018). “Today I speak”: Exploring how victim-survivors use

Reddit. *International Journal for Crime, Justice and Social Democracy*, 7(1), 44–59. <https://doi.org/10.5204/ijcjsd.v7i1.402>

Park, H., Forlizzi, J., & Lee, J. (2022). Voices of sexual assault survivors: Understanding survivors' experiences of interactional breakdowns and design ideas for solutions. In *Proceedings of the Designing Interactive Systems Conference (DIS '22)* (pp. 485–503). ACM. <https://doi.org/10.1145/3532106.3533509>

Park, H., & Lee, J. (2021). Designing a conversational agent for sexual assault survivors: Defining burden of self-disclosure and envisioning survivor-centered solutions. In *Proceedings of the 2021 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems (CHI '21)* (pp. 1–17). ACM. <https://doi.org/10.1145/3411764.3445133>

Pennebaker, J. W. (1995). *Emotion, disclosure, and health*. American Psychological Association.

Pennebaker, J. W. (1997). *Opening up: The healing power of expressing emotions*. Guilford Press.

Pennebaker, J. W. (1999). Writing about emotional experiences as a therapeutic process. *Psychological Science*, 8(3), 162–166.

Henry N., Powell A. (2015b). Embodied harms: Gender, shame and technology–facilitated sexual violence in cyberspace. *Violence Against Women*, 21, 758–779.

RAINN. (2022). What is sexual violence?. <https://www.rainn.org/articles/sexual-violence>

Renascença. (2023). Mais de 1,5 milhões de portuguesas vítimas de violência física ou sexual. *Renascença*.

Simorangkir, R., & Schumacher, K. (2022). Designing for anonymity: Safety and disclosure in digital environments for survivors. *Designing Interactive Systems Conference*, 1675–1687. <https://doi.org/10.1145/3532106.3533535>

Sousa, Sonia & Lamas, David & Dias, Paulo. (2014). A Model for Human-Computer Trust. 8523. 128-137. 10.1007/978-3-319-07482-5\_13.

Sousa, S. C., & Lamas, D. (2011). Emerging trust patterns in online communities. In *Proceedings - 2011 IEEE International Conferences on Internet of Things and Cyber, Physical and Social Computing, iThings/CPSCom*

2011 (pp. 313-316). Artigo 6142268 (Proceedings - 2011 IEEE International Conferences on Internet of Things and Cyber, Physical and Social Computing, iThings/CPSCom 2011). <https://doi.org/10.1109/iThings/CPSCom.2011.88>

The Survivors Trust. (1999). Survivors' Stories. <https://www.thesurvivorstrust.org>

UNICEF. (2024). Mais de 370 milhões de meninas e mulheres, globalmente, foram vítimas de estupro ou abuso sexual. <https://www.unicef.org/brazil/comunicados-de-imprensa/mais-de-370-milhoes-de-meninas-e-mulheres-globalmente-foram-vitimas-de-estupro-ou-abuso-sexual>

United Nations. (n.d.). Sustainable Development Goal 5: Achieve gender equality and empower all women and girls. <https://sdgs.un.org/goals/goal5>

Ullman, S. E. (1999). Social support and recovery from sexual assault: A review. *Aggression and Violent Behavior*, 4(3), 343–358. [https://doi.org/10.1016/S1359-1789\(98\)00006-8](https://doi.org/10.1016/S1359-1789(98)00006-8)

Ullman, S. E., & Peter-Hagene, L. (2014). Social reactions to sexual assault disclosure, coping, perceived control and PTSD symptoms in sexual assault victims. *Journal of Community Psychology*, 42(4), 495–508. <https://doi.org/10.1002/jcop.21624>

Webber, R., & Moors, R. (2015). Engaging in cyberspace: Seeking help for sexual assault. *Child & Family Social Work*, 20(1), 40–49. <https://doi.org/10.1111/cfs.12052>

WHO – World Health Organization. (2003). Guidelines for medico-legal care for victims of sexual violence.

WHO – World Health Organization. (2021). Violence against women prevalence estimates, 2018.

WHO – World Health Organization. (2022). Violence against women: Prevalence and health effects.

Winefield, H. R. (2006). Support provision and emotional work in an Internet support group for cancer patients. *Patient Education and Counseling*, 62(2), 193–197. <https://doi.org/10.1016/j.pec.2005.07.002>

Wyatt, G. E. (1990). Sexual abuse of ethnic minority children: Identifying dimensions of victimization. *Professional Psychology: Research and Practice*,

21(5), 338–343. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.21.5.338>

Zimmerman, J., Forlizzi, J., & Evenson, S. (2007). Research through design as a method for interaction design research in HCI. In Proceedings of the SIGCHI Conference on Human Factors in Computing Systems (pp. 493–502). <https://doi.org/10.1145/1240624.1240704>









# Apêndice A

## Research Through Design Prévia à Investigação

A investigação deste cruzamento de temas começou antes do início da presente investigação. Este presente apêndice demonstra o trabalho realizado previamente, nomeadamente uma apresentação final de uma proposta prévia de solução para o mesmo problema. É possível aceder ao protótipo desta fase através do seguinte link: <https://www.figma.com/proto/w7ZOrMzHPqX5sJASZ7oERQ/aurum?page-id=1%3A2&node-id=1-1342&p=f&viewport=535%2C380%2C0.03&t=HXUgFpwx5Lo9x4Qq-1&scaling=scale-down&content-scaling=fixed&starting-point-node-id=1%3A1235&show-proto-sidebar=1>

Através do website Survivors Trust (n.d.), foi possível ter acesso a testemunhos reais de mulheres que outrora foram vítimas de violência sexual; esses testemunhos são escritos pelas mesmas e publicados sem qualquer tipo de edição.

Após a análise de seis testemunhos, conseguimos organizar alguma informação e obter algumas conclusões preliminares. A informação foi dividida por idade do abuso, idade atual, tipo de abuso, reação à agressão, processo de recuperação e citações, como podemos observar nas figuras seguintes.

Com esta análise foi possível realizar uma Persona e um Empathy Map que apresentamos nas figuras seguintes:

A primeira citação informa que algumas vítimas podem não se sentir confortáveis em ser rotuladas como vítimas ou como vulneráveis; a quarta e a quinta mostram que é possível recuperar e encontrar esperança.



### Tipo de Abuso



### Reação



### Processo de recuperação



### Idade Atual



### Idade em que foi agredida



## persona



Lily

*"A part of me died that night"*

- 17
- Neurotizada
- Furtiva

### Bio

A Lily sempre foi uma criança extrovertida e criativa com uma excelente relação com a família. Quando entrou para o secundário foi violada por um suposto amigo. A partir desse dia tudo mudou, incluindo a sua personalidade. Passou a evitar sem falar sobre isso com ninguém, até um dia ter decidido fazer terapia. Conseguiu recuperar através da mesma e por já adulta, ter criado a sua própria empresa, dando-lhe um propósito na vida.

Depressiva

Desmotivada

Farta

### Personalidade



Não fala, não reporta;

SAYS

Que a culpa é dela; que a culpa é da sociedade;  
Que nunca mais vai recuperar nem sentir-se bem com ela mesma;

THINKS

DOES

Não assume, isola-se, é agressiva e distante;

FEELS

Ansiedade, raiva, colapso mental, medo, frustração, sentimento de impotência, retraimento, perda de auto-confiança, culpa, perda de auto-respeito, ódio a si próprio e ódio;

## user flow



## novo protótipo



## processo de recuperação

O processo de recuperação de uma vítima de violência sexual é muito longo, doloroso e difícil.

problemas

falta de informação sobre o que fazer após sofrer de violência sexual, quais os passos certos a dar

vítimas deparam-se com inúmeros obstáculos e falhas ao longo do processo

falta de partilha entre pessoas na mesma situação (vítimas)

difficuldade em proporcionar anonimato às vítimas

## features

### INFORMAÇÃO

O que fazer?  
Como lidar com o assédio (Empowerment; Comportamentos)

### REPORTAR

Encaminhamento Ligação direta para as páginas/autoridades certas

### RECURSOS

Organização, exposição e facilitação de tecnologias e apoios disponíveis  
(Park et al, 2022 - Intelligent Information Management System)

### PARTILHA

### ANONIMATO

1ª - Chat com IA conversacional - 2ª - Video chamadas com RA  
(Park et al, 2022 - Intelligent Information Management System)

## questionário de aceitação de tecnologia

- 1- Consentimento
- 2- Apresentação do projeto
- 3- Aceitação da tecnologia
- 4- Comunicação
- 5- Violência sexual
- 6- Dados demográficos

### Plataforma online de apoio a vítimas de violência sexual

Este projeto foi realizado no âmbito do Projeto 08, dentro do eixo integrado em Gestão de Inovação na Faculdade de Arquitetura da Universidade de Lisboa.

É importante esclarecer que a análise dos dados obtidos neste questionário tem finalidade exclusivamente académica.

O questionário que se pretende analisar neste questionário é uma primeira versão do projeto que se vai desenvolver e ter continuidade na Observação Final de Mercado. O projeto foca-se num público-alvo específico: mulheres vítimas de violência sexual. Tem como objetivo apoiar na recuperação deste tipo de vítimas, fornecendo informação e recursos necessários para que as mesmas tenham um processo mais facilitado. Ao responder a este questionário ajuda a qualificar os desenvolvimentos do projeto, que tem como objetivo apoiar as vítimas.

O questionário dura cerca de 15 minutos a responder.

Para os que o questionário não é realizado num computador ou tablet para melhor compreensão de questões do mesmo.

Todas as respostas a esta pesquisa são confidenciais e anónimas. Deixei tratado de forma adequada de forma a que nenhuma resposta individual possa ser identificada (depende pela sua participação).

Atenção: esta pesquisa é dedicada apenas ao público feminino.

© Universidade Politécnica de Lisboa | Faculdade de Arquitetura | Universidade de Lisboa

UPL

Nota: Este projeto tem o apoio financeiro do FCT através do projeto PTDC/PSI/34811/2018.

## questionário de aceitação de tecnologia

Conhece alguém que já tenha sido vítima de algum destes tipos de violência?

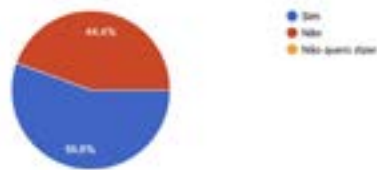
3 respostas



## questionário de aceitação de tecnologia

Já foi vítima de algum destes tipos de violência?

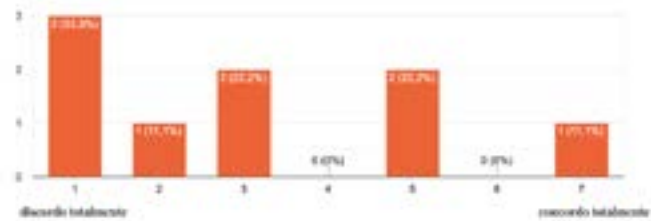
3 respostas



## questionário de aceitação de tecnologia

Acho que o texto do website é difícil de ler

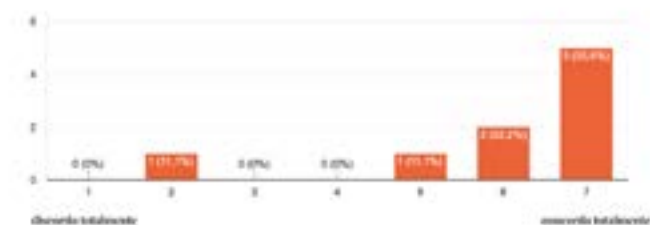
7 respostas



## questionário de aceitação de tecnologia

Acho que o website é uma boa ideia

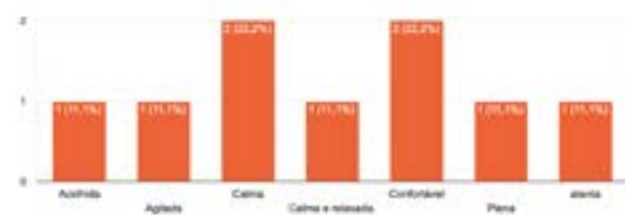
9 respostas



## questionário de aceitação de tecnologia

As cores do website fazem-me sentir...

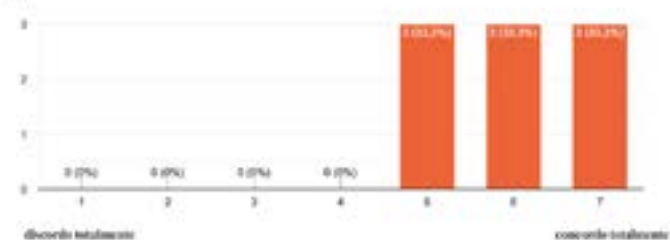
9 respostas



## questionário de aceitação de tecnologia

Acho que o website é caloroso

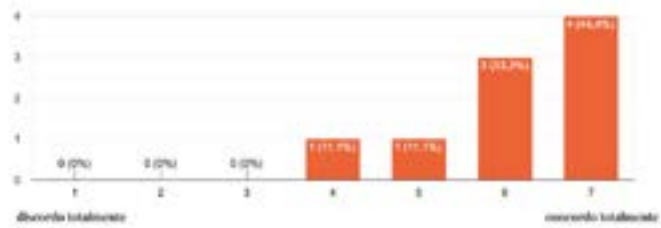
9 respostas



## questionário de aceitação de tecnologia

Eu penso que pode ser agradável socializar no website com outras utilizadoras

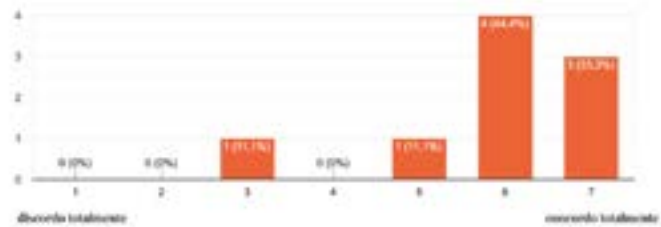
0 respostas



## questionário de aceitação de tecnologia

Eu penso que o website é de fácil utilização

0 respostas



## questionário de aceitação de tecnologia

O que poderia melhorar a website?

Problemas

Se não houver problemas, escreva

Indique que é possível ter expectativas

Diga que como se sente sobre o aplicativo antes de usá-lo e se sente a ser um usuário e de tecnologia e qual poderia ser o futuro. Não há nada de mais normal também no primeiro nível de uso.

Seu interesse de utilizar a tecnologia antes que você se registre? É fácil e intuitivo, até para quem não possui grande conhecimento de tecnologia e não sabe de que procedimentos técnicos de como operar que tem conhecimento e se sente agido no aplicativo não sendo usuário e não-usuário.

Além disso, mais intuitivo, menos repetitivo entre o site e no sistema.

Qualidade de informação no site "o que fazer?"

Qualidade de recursos em tecnologia entre páginas

Se relacionar a nível de tecnologia

O que está bem relacionado e tecnologia tecnologia recentemente. Os usuários podem ter um interesse mais engajado e se sentir melhor "relacionado" para "relacionado" de tecnologia. Para além disso, é importante também pensar que a tecnologia tem o potencial de ser usado em outras partes das coisas que podem ser oferecidas e integradas com a plataforma, desde que "relacionado" das páginas.

Se você não tem nenhuma expectativa de tecnologia, então você pode entender se a tecnologia é bem relacionada.

O usuário também poderia editar "o que fazer" para a tecnologia atual, pode entender se a tecnologia é bem relacionada.

## questionário de aceitação de tecnologia

Se não, pode contar o que aconteceu?

Problemas

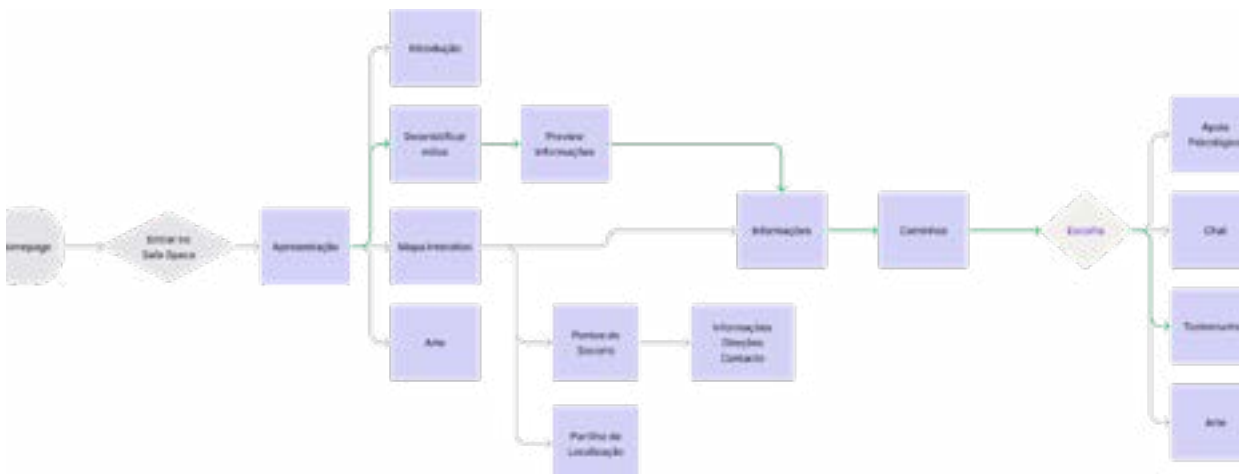
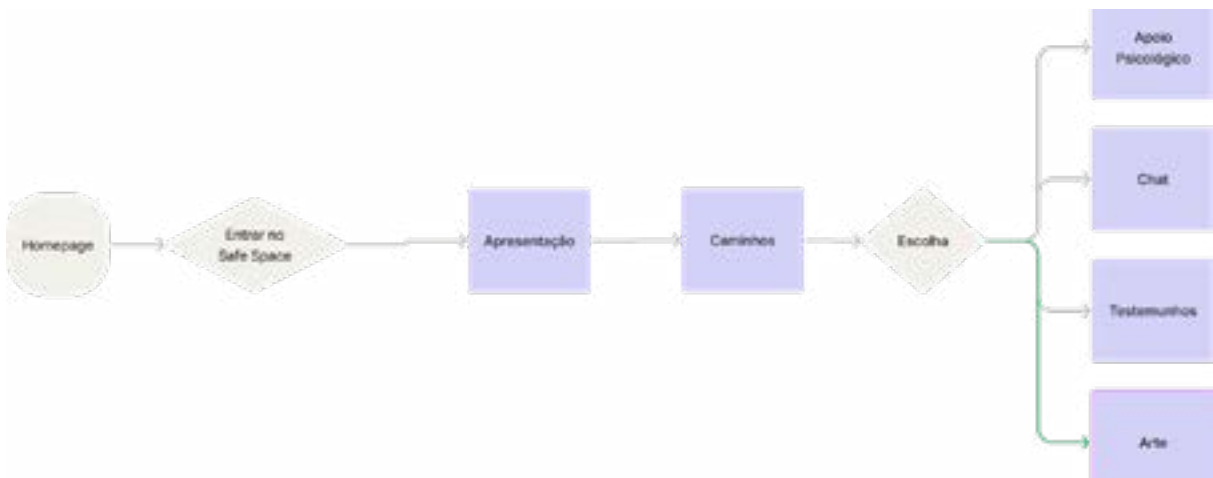
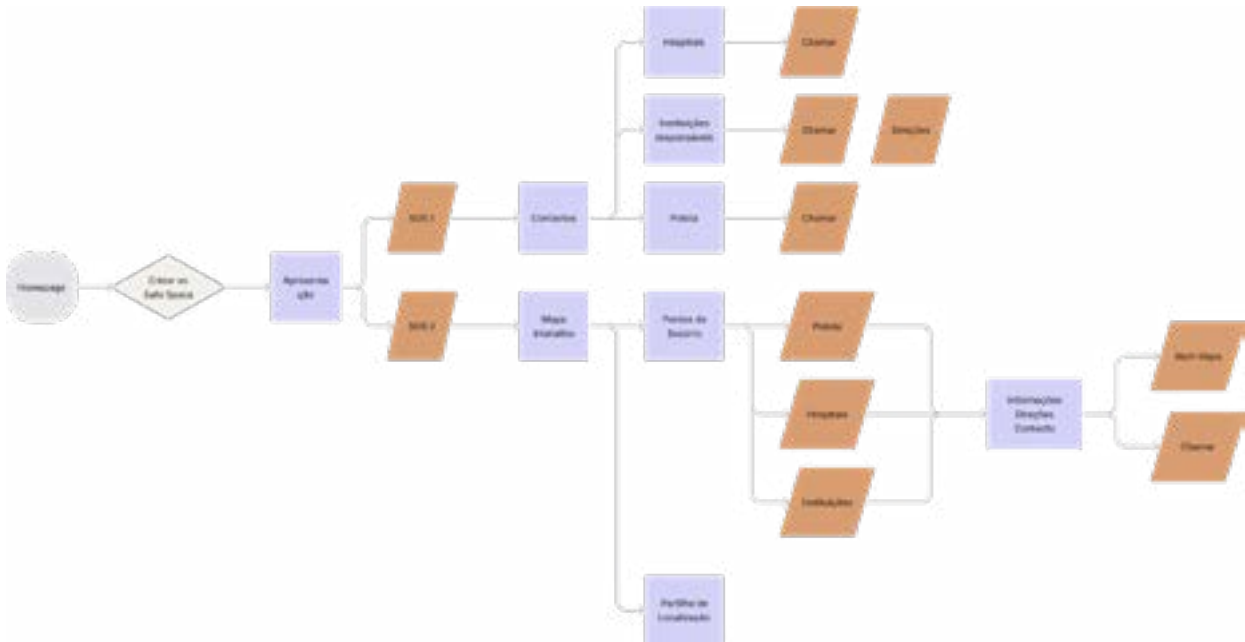
Diga que não se sente "relacionado" de tecnologia de tecnologia. "relacionado" de tecnologia e de tecnologia de tecnologia para não se sentir "relacionado" de tecnologia. Não há nada de mais normal também no primeiro nível de uso. Não há nada de mais normal também no primeiro nível de uso. Não há nada de mais normal também no primeiro nível de uso. Não há nada de mais normal também no primeiro nível de uso.

Se você não tem nenhuma expectativa de tecnologia, então você pode entender se a tecnologia é bem relacionada.

O usuário também poderia editar "o que fazer" para a tecnologia atual, pode entender se a tecnologia é bem relacionada.

O usuário também poderia editar "o que fazer" para a tecnologia atual, pode entender se a tecnologia é bem relacionada. O usuário também poderia editar "o que fazer" para a tecnologia atual, pode entender se a tecnologia é bem relacionada. O usuário também poderia editar "o que fazer" para a tecnologia atual, pode entender se a tecnologia é bem relacionada. O usuário também poderia editar "o que fazer" para a tecnologia atual, pode entender se a tecnologia é bem relacionada.

# Apêndice B- User Flows Iniciais



# Apêndice C - Guião das entrevistas exploratórias

## ENTREVISTA SEMI-ESTRUTURADA – ESPECIALISTAS

PSICÓLOGOS(AS) /PSIQUIATRAS/MÉDICOS(AS)

### 1. INTRODUÇÃO

Queria agradecer desde já a sua participação nesta entrevista e ter dispensado este tempo para colaborar com este projeto.

Começo primeiramente por contextualizar a minha investigação: estou a realizar o mestrado em Design de Interação na Faculdade de Arquitetura. O objetivo da minha investigação é perceber como é que uma plataforma online/website pode apoiar na recuperação de vítimas de violência sexual, ou seja, desenvolver um sistema no qual as vítimas se possam sentir seguras para procurar ajuda e/ou partilhar a sua história com uma comunidade de apoio. Algumas plataformas deste tipo são o website da APAV ou da ACMV, posso mostrar-lhe no meu computador. Temos também como objetivo fornecer informação e ferramentas para empoderar estas mulheres. O nosso público-alvo são as mulheres por serem as maiores vítimas mas temos consciência de que não são as únicas vítimas e cada vez mais os homens também o são.

### 2. CONSENTIMENTO

Como leu no consentimento que lhe entreguei, esta entrevista será gravada e transcrita mas as suas respostas serão tratadas apenas no contexto desta investigação, e não serão em caso algum fornecidas a terceiros. Quanto à gravação áudio da entrevista, a audição por outras pessoas que não eu, só acontecerá com a sua permissão.

- Assim sendo, posso avançar? Está confortável com a gravação da entrevista?

### 3. BACKGROUND

- Começo por perguntar-lhe, há quantos anos exerce?

- Alguma vez trabalhou com vítimas de violência sexual? É muito frequente?

- Sabe se vítimas deste tipo de violência usam este tipo de plataformas?

- Pela sua experiência, que tipo de abertura haverá por partes das vítimas de usar uma plataforma deste género?
- Qual é a sua perspetiva em relação aos potenciais benefícios ou limitações de uma plataforma online/website desenhada para estas vítimas?
- Que fatores é que acha que poderão influenciar este uso?

#### **4. REQUISITOS DE PLATAFORMA**

- Que funcionalidades considera que seriam mais importantes e úteis numa plataforma desta natureza?
- Que tipo de informação considera ser importante para estas vítimas?
- Que apoio e ajuda são necessários, para que consigam recuperar das situações traumáticas a que foram sujeitas.

#### **5. A PLATAFORMA**

- Como é que a plataforma pode ser benéfica para as vítimas?
- Como podem as vítimas sentirem-se seguras nesta plataforma? Para pedir ajuda ou partilhar a sua história?
- Que tipo de perigos devem ser considerados ao realizar esta plataforma?
- Conhece ou usa algumas soluções do género?

#### **6. COMUNICAÇÃO VISUAL**

- De que forma as cores podem influenciar a experiência das utilizadoras com a plataforma?
- O que acha da apresentação de imagens?
- Que cuidados devo ter com a apresentação das mesmas? Poderão ser trigger de emoções negativas ou memórias?

#### **7. DESAFIOS E RISCOS**

- Consegue identificar potenciais riscos associados à utilização desta plataforma?

- O quão importante considera a garantia de confidencialidade e privacidade das utilizadoras desta plataforma?

## **8. IMPLICAÇÕES FUTURAS**

- Como vê esta plataforma a longo prazo?

## **9. DESIGN WORKSHOPS**

Para a realização desta plataforma e no seguimento desta investigação, vou realizar um workshop online com vítimas de violência sexual com o objetivo de as incluir no processo e tornar o resultado final mais adequado e alinhado com as necessidades, sensibilidade e expectativas das mesmas.

- Que cuidados diria que devo ter durante o workshop? E na interação com as vítimas?
- Que tipo de estratégias podem ser usadas para obter colaboração por parte das vítimas?
- Como posso incentivar conversa sem constrangimentos? Ou sem deixar as vítimas desconfortáveis?

## **10. CONCLUSÃO**

Não tenho mais perguntas para lhe fazer, tem alguma questão que me queira colocar? Assim sendo, muito obrigada pelo seu tempo e pelos seus insights. Fico mesmo agradecida por ter participado nesta investigação. Há mais alguma coisa que queira acrescentar em relação a este tópico?

# Apêndice D - Transcrição das Entrevistas exploratórias

## Transcrição da entrevista de Mariana Maia -Técnica de Apoio á vítima

00:00

Clara Alvelos

Pronto, então, basicamente é isso. O meu mestrado é em Design e Interação. A minha ideia aqui no projeto é fazer uma... Quando falamos de plataforma online, acaba por ser website, só que nós não gostamos de lhe chamar website porque eu acho que acaba por ser muito mais do que isso, porque não é só site, é suposto chegarmos às utilizadoras e fazer uma coisa bocadinho mais complexa, com mais camadas, daí chamar a plataforma online. E a ideia é trabalhar com as mulheres vítimas de violência sexual e eu foquei-me aqui nas mulheres, não porque não tínhamos noção que há homens vítimas, não é isso, mas em Portugal e no mundo acaba por ser o sexo mais afetado. E também achei que... Para a própria investigação, quanto mais afinada for o público-alvo, também melhor, porque consigo ser mais específica.

01:00

Clara Alvelos

Estou só a trabalhar com mulheres, apesar de sabermos que os homens também são vítimas, e no caso que estejam neste momento que acaba por ser a recuperação, porque neste processo todo há pessoas que atuam, por exemplo, na prevenção da violência sexual, E eu quis atuar aqui na recuperação e tentar fornecer apoios, ajuda, o que seja para conseguir apoiar estas mulheres. Só assim o contexto. Muito resumido. E no fundo eu acabei por criar guião, não é para seguir à risca, mas com umas perguntinhas sobre isto, sobre ti, sobre a tua experiência e lá está para depois no momento em que eu tiver que desenhar esta plataforma conseguir tomar decisões mais informadas.

01:58

Clara Alvelos

Então, basicamente, antes de começar, gostava de saber bocadinho sobre ti, sobre a experiência que tu tens, há quantos anos é que estás a trabalhar, se há uma coisa recente, vi que tinhas uma formação estiletal nesta área, falar bocadinho sobre isso.

02:16

Mariana Maia

Pronto, eu entrecei no curso de serviço de aula em 2017, 2018 e senti que a formação não era de todo, para aquilo que eu queria no futuro, que era trabalhar com a organização doméstica, não era de todo completa. Então decidi que iria ou entrar ou ingressar numa estuda em criminologia. Integrei, mas ainda não terminei.

02:38

Clara Alvelos

Ok, estamos as duas na luta, então.

02:41

Mariana Maia

Então, como decidi não acabar, por também, entretanto, comecei a trabalhar no mal sair do curso, achei que seria interessante aqui fazer uma especialização. E a especialização baseia-se principalmente na questão da intervenção e na lei penal, ou seja, em que consiste, como é que legalmente podemos proteger aqui as vítimas. Quais sustos temos, o que é que não temos, o que é que não pode ser aqui criado. Entretanto, quando saí do curso, increcei num gabinete de apoio especializado em vítimas idosas e estive lá durante ano. Depois entretanto, increcei num gabinete mais geral, ou seja, que apoia tanto vítimas idosas como vítimas jovens. Também trabalho aqui com a violência do México, mas é mais geral, é mais abrangente. Pronto, e conto por aqui.

03:28

Clara Alvelos

Acabou! Isso é bem interessante, que fixe. Então também estás na luta de acabar o teu mestrado, percebes aqui a minha posição de estar aqui a tentar acabar esta tese. Pronto, que bom, foi percurso incrível e eu admiro bué trabalhar nesta área e, no fundo, de certeza que a tua motivação também foi bocado a minha, que é ajudar pessoas e tentar atuar aqui em populações mais sensíveis e, portanto, parabéns por estares a fazer esse trabalho. Nesse processo todo já vi que se calhar não trabalhaste diretamente com vítimas de violência sexual.

04:09

Mariana Maia

Sim. Porque assim, a violência doméstica, percebendo aqui bocadinho o fenómeno, o fenómeno é muito complexo. Quando existe, não existe só numa pretenda, ou seja, não existe só a vítima em termos psicológicos, ou físicos, ou económicos. O sexual, aquela que é a parte sexual, é porque as vítimas não conseguem identificar tão bem. Ou seja, elas até podem estar a ser vítimas, só quem tem em atendimento e trabalhando nesta questão da vitimação é que conseguem se aperceber que são. Porque muitas são, mas não conseguem identificar. Porque o que nós estamos habituados é ao tipo de violência doméstica que é muito falado na televisão. Que é os braços pisados, o olho negro, a violência psicológica, a parte sexual. Mesmo em Portugal. No outro dia falava com agente sobre isto. Nem é assumido pelas vítimas, quase que não é.

04:57

Mariana Maia

Nem elas têm alguma dificuldade em falar e demoram algum tempo. É processo que demora algum tempo. Tanto elas têm dificuldade, como a comunidade em geral tem dificuldade em perceber-se o que é que é. Porque muitas não identificam, por exemplo, que acordar despidas é violência sexual. Que os toques em protonação sexual, que é a violência sexual, não há este conhecimento por parte da população. Ou seja, é mais difícil até para nós

técnicas, apesar de nós seguirmos uma avaliação de grau de risco, até para.

05:29

Clara Alvelos

Nós é bocadinho complicada até conseguirmos.

05:33

Mariana Maia

Identificar com as vítimas, porque elas não verbalizam as próprias.

05:37

Clara Alvelos

Exato, e eu acho que...

05:39

Mariana Maia

Os pontos de relação.

05:41

Clara Alvelos

Exato, e tocas aí num ponto muito importante, que até é uma das partes que tenho aqui, que é a falta de informação, principalmente aqui em Portugal falta muita informação e eu acho que se houvesse, e acho que é bocadinho outro também o objetivo aqui do site, se houvesse alguma forma de dar esta informação já muito selecionada e e bem estruturada por pessoas, por profissionais.

06:08

Mariana Maia

Exatamente, se calhar muita não são informação, mas por exemplo, o que nós utilizamos muito é questões. Porque elas não vão solar com a informação, porque a informação é muito geral, ok? A informação é muito geral. Às vezes as questões são a melhor forma de nós, de vários tipos de questões despista, que até podes ver em alguns artigos científicos que existem. Às vezes as questões vão muito mais diretas ao ponto, que é por exemplo, explicar que, através de questões, que certos comportamentos não são normais. Porque assim, nós temos vítimas que nunca tiveram relações sexuais, ou seja, nunca tiveram outro parecer sexual, sem ser por aquilo com quem estão neste momento, que estão a ser vítimas. Ou seja, muitas delas nem sequer têm noção do que é que é normal, do que é que não é normal, porque não estiveram noutras situações.

06:53

Mariana Maia

Ou seja, eu acho que também os testemunhos, para além das questões, da informação, os testemunhos também seriam aqui importantes.

06:59

Clara Alvelos

Ya, perfeito, tens razão. Depois, se tiveres os tais artigos, se não conseguisses passar esses artigos que estavas a falar.

07:06

Mariana Maia

É assim, eu tenho que apontar porque é assim, eu esqueço.

07:08

Clara Alvelos

Não, na boa, eu depois também posso mandar lembrete, é só porque dá-me bom jeito.

07:13

Mariana Maia

Sim, por favor, mas nem sabes, se não esqueces, vai lá comigo.

07:15

Clara Alvelos

Também não queria ser chata, mas dá-me bom jeito essa parte científica. Não, sem problema, eu às vezes não.

07:18

Mariana Maia

Respondo, é porque é assim, eu esqueço.

07:20

Clara Alvelos

Eu vejo e esqueço e não respondo. Na boa, na boa, nem estás sempre no LinkedIn, eu percebo, não é? Ok, e tens algum conhecimento de vítimas que tenham usado este tipo de plataformas ou que lhes tenha sido útil? Nós conhecemos a Apav, é uma das plataformas mais conhecidas online, há outras, mas tens conhecimento de se elas usam a plataforma, se pode ser uma cena útil no processo de recuperação?

07:52

Mariana Maia

Eu penso que pode ser útil tanto para vítimas como para técnicas, mas é assim, ela tem que ser muito mais estruturada. Porque eu penso que as vítimas não vão logo às plataformas. Muitas elas têm aqui algum tipo de receio em fazer queixa, sabem o que é que está errado. Não conseguem perceber nem o que é que está errado. Conseguem perceber mais ou menos o que é que não é normal.

08:12

Clara Alvelos

Não deveria ser normal.

08:13

Mariana Maia

E eu penso que elas iriam procurar mais depois de terem contato com as estruturas. Porque a verdade é que as entidades mais conhecidas em Portugal é a PAP, é o MAR, existe a CMV, que é a Associação das Mulheres contra a Violência, que também tem uma plataforma muito boa. Só que eu penso que serão mais as

técnicas a procurar, que têm certas vítimas. Mas eu acho que, por exemplo, se fosse uma aplicação, se calhar seria mais fácil para elas. Mas lá está, iriam só procurar depois do contato com as técnicas neste caso, porque há certos tipos de violência que elas não identificam. Por exemplo, além da violência sexual, uma que também é difícil de compreenderem é a violência económica.

09:06

Clara Alvelos

Sim, sem dúvida. Uma das cenas que era argumento na minha investigação é que estas plataformas acabam bocado institucionais e mais para as técnicas do que não tão bem desenhadas para as vítimas. Nota-se que não foram feitas especificamente para a pessoa que é vítima. E o meu objetivo, bocado aqui na plataforma, que depois pode desenvolver-se para o telemóvel, whatever, ainda não sei o que é que vai dar, dos objetivos era que isto, e daí também estava a falar contigo, fosse desenhado com o foco na vítima, ou seja, a vítima é o nosso utilizador, é o nosso foco e é o centro e é sobre as necessidades dela, a forma como ela age ou como precisa que a plataforma haja com ela, é esse o foco.

10:06

Clara Alvelos

E as questões que estás a dizer são bué da úteis, que é para eu também perceber o que é que funciona e não funciona, para depois desenhar isto em volta destas necessidades, porque é isso que eu preciso, no fundo, de saber, que é o que é que não está a resultar nas outras plataformas, o que é que resulta, o que é que tu achas que poderia...

10:21

Mariana Maia

Mas, se calhar, ia ter importância, por exemplo, se elas fossem vítimas, elas saberem onde é que poderiam ir.

10:27

Clara Alvelos

É, reencaminhar para essas estruturas que são importantes.

10:30

Mariana Maia

Exato, porque, por exemplo, nós atuamos consoante em termos territoriais, ou seja, por exemplo, a nossa estrutura atua em Águeda, em Oliveira do Bairro, em Anadir, atua em determinadas regiões. Mas, por exemplo, depois tens outras estruturas que atuam em determinadas regiões, ou seja, Nós atuamos em diferentes campos, por exemplo, uma pessoa de Aveiro, já não pode vir à Águeda, já tem que ir à Aveiro. Uma pessoa de Vagos, já tem que ir à Aveiro, já tem que ir à Coimbra. Uma pessoa da Minha Lhada, já tem que ir à Coimbra, já não pode ir à Águeda. Ou seja, se calhar também seria importante, dependendo da morada fiscal delas, ou do local de trabalho, elas saberem para onde é que se tem que dirigir, para não saírem, por exemplo, a ligar para a Pave, e depois a Pave reencaminha.

11:12

Mariana Maia

Será-se importante ter logo aqui uma ligação direta de onde é que elas podiam ir.

11:17

Clara Alvelos

Ai, excelente. Obrigada, ya. Ya, isso é bem visto. Por acaso, falaste aqui da SMAV.

11:26

Mariana Maia

Pois, exato, a Sessão de Mulheres contra a Violência. Acho que é AMCV.

11:32

Clara Alvelos

Eu boralho sempre. Eu também entrei em contacto com eles e para a semana também vou fazer lá umas entrevistas e vou mesmo à sede falar com eles e lá está. A verdade é que Eu acho que a plataforma tá bue bem, até prefiro do CAV à PAV. E a ideia aqui não é fazer concorrência, estás a ver? É só criar uma cena que possa ajudar até a reencaminhar as vítimas para estas estruturas principais.

11:58

Mariana Maia

Exatamente, e aqui o problema central às vezes é as pessoas terem que estar constantemente a contar o que é que se passa, vão contar a esta, depois vão contar a outra, depois vão contar a esta, depois vão contar a outra. E se por exemplo, se elas tivessem acesso logo, se elas, por exemplo, eu tenho vítimas que são de Aveiro, mas como trabalham em Águeda, preferem vir à Águeda, porque é uma forma de surgir aqui bocadinho o controle de horários. Ou seja, como preferem perto da localidade de trabalho, colocam que preferem Águeda, então reencaminham para Águeda. Ou seja, se houvesse uma plataforma que definisse, ok, preferem ir a sua área de residência ou o seu trabalho. Era muito mais fácil elas conseguirem contactar logo de imediato os serviços.

12:39

Clara Alvelos

Isso faz bem sentido. Obrigada pelo feedback. E achas que haverá...

Já falaste que há numa segunda fase, portanto primeiro as vítimas precisam das estruturas e das pessoas para acompanhar, mas achas que há abertura por parte das vítimas para uma plataforma deste género?

13:01

Mariana Maia

Sim, mas cada vez temos, infelizmente, cada vez temos vítimas mais jovens e eu sinto que, assim, efetivamente existe algumas que não querem falar sobre o assunto e não ficam chateadas, mas ficam bocado incomodadas quando têm que ver atendimento, quando estamos sempre a referir a questão e algumas que no seu tempo livre, não no tempo em que estão em atendimento, não querem falar sobre a questão nem procuram estes serviços. Mas assim, eu acho que é uma outra forma pertinente porque pode criar aqui algum tipo despiste e encaminhamento direto. Ou seja, tem este benefício e também como prevenção. Até podias criar, por exemplo, se estas pontas despisco, se considera que mais de três que se considera que faz parte de mais de três de... Ai, pera, estou-me-a estar a racionar. Elas

respondem que acontece isto com elas, que acontece tipo três situações com elas.

13:59

Mariana Maia

Por exemplo, serem reencaminhadas para plano de segurança.

O que é que elas podem fazer, o que é que não podem fazer e depois para a estrutura que podem contactar.

14:08

Clara Alvelos

Exato, sim, eu acho que isso era potencial benefício da plataforma e acho que também acaba por ajudar, não só as vítimas, mas também a parte das técnicas, porque acaba por organizar aqui bocadinho. E assim, tipo, em Brainstorm, que outro tipo?

14:27

Mariana Maia

Mas não sei, eu acho que, por exemplo, tinha que, terias que colaborar diretamente com as estruturas, e as estruturas, e assim, não sei se sabes o que é assim, não?

14:36

Clara Alvelos

Por acaso acho que não ouvi falar, não.

14:38

Mariana Maia

A SIG é o que nos rege a nós enquanto estruturas. Nós fazemos parte do secretarial para a igualdade de imigrações. E depois, a SIG, que é aquilo que nos rege, responde à Secretaria de Estado. A forma como atuamos, os documentos, tudo o que nós temos é regido pela SIG, que depois se rege pela Secretaria de Estado. Esta aplicação era importante, principalmente ela ser também promovida pela SIG. É ver aqui também trabalho da parte da CIE. Eu acho que é até importante falares com a CIE. Porque eles também podem ter aqui mais algumas observações. Até se calhar podem ficar interessados. Já tem aqui algumas dicas que eu senho algumas dificuldades. Por acaso eu senho assim alguma abertura.

15:38

Clara Alvelos

Ok, boa. Obrigada. Vou procurar, sem dúvida. Sim, de facto eles também vão ter outras... Vão encontrar aqui outras necessidades que eles também tenham.

15:50

Mariana Maia

A verdade é esta, nós respondemos assim, ou seja, a SIGA em termos nacional. Em termos nacionais, elas sabem as necessidades de todas as estruturas, aquilo que falámos e o que nós falámos, então se calhar seria importante aqui falares com elas.

16:05

Clara Alvelos

Ok, boa, obrigada. Pronto, eu acho que já disseste imensos pontos bem importantes e no fundo isto acaba por ser brainstorm para imaginarmos aqui como é que seria a plataforma. Há mais alguma coisa que tu Para que te venha logo à cabeça o que podia ser benéfico na plataforma para uma vítima. Que te venha à cabeça coisas boas é que a plataforma pode ter, até que limitações é que não deve ter, que já possas ter visto noutras plataformas.

16:41

Mariana Maia

As limitações principais é como é que seja site simples, coeso e direto. A verdade é que nós só conseguimos chegar aos tratos da classe média e a classe mais baixa. A classe mais alta nós não temos acesso. Porque pronto, não é que não exista violência, mas as pessoas têm recursos. Se calhar seria importante ser uma aplicação de fácil uso, porque nós temos maior parte das nossas vítimas, não todas, mas às vezes tem alguma dificuldade em termos informáticos. E seria importante aqui ser site assim simples, coeso, com informação prática, informação direta, seria mais importante.

17:17

Clara Alvelos

Ok, boa, perfeito. Agora estamos a falar do site, tipo, ser coisa e simples. Que features e funcionalidades e caixas que o site podia ter? Imagina, podia ter uma parte da informação que tínhamos falado? Podia ter essa parte, como é que tu disseste, de seleção de espiste? Desse tipo das perguntas e dessa reencaminhamento para as estruturas ou até para a zona de residência. Falaste que também estiveste a trabalhar com a parte das leis. Há de perceber isso bem? Achas que o apoio, por exemplo, o apoio legal podia ser uma cena importante? Que tipo de requisitos é que imaginas que a plataforma pudesse ter? Sem pressão. Deve chover para fazer brainstorm.

18:18

Mariana Maia

É sim, se calhar também especificar o apoio que as estruturas dão, porque assim nós também temos aqui aconselhamento e apoio jurídico. Por exemplo, as vítimas tendo estatuto de vítima, ou seja, que é dado no alto da queixa, se a gente for fazer queixa, ou diabo, ou PSP, ou JR, eles dão estatuto. E esse estatuto, dos direitos que pretende aqui é garantir o apoio jurídico, ou seja, que as pessoas que têm estatuto têm direito a apoio jurídico. E se calhar, importante, tivesse aqui uma explicação também dos direitos que as pessoas têm. Que podes ver na lei 112-2009.

18:54

Clara Alvelos

Pois, essa parte mais jurídica de se calhar também importante, tipo, fornecer essa informação às vítimas.

19:03

Mariana Maia

Sim, sim. Isto está tudo inspirado nessa lei, que é aquela também que nós nos regemos.

19:11

Clara Alvelos

Ok, boa. Estava a pensar, tipo, No fundo, eu também ando aqui a brainstorm, porque eu ainda não estou na fase desenhar a plataforma. Portanto, quando faço estas perguntas, eu próprio também estou a pensar como é que o site pode ter, como é que nós o imaginamos. Já percebi que simples, tem estas features. Que outro tipo de cenas é que podia ter? Que fossem interativas?

19:43

Mariana Maia

Os testemunhos seriam muito importantes, sim. Deixa-me só buscar o carregador, senão vou ficar sem magia.

20:49

Clara Alvelos

Tá, de volta, curtíssima.

21:05

Mariana Maia

Pronto. E agora estava também a pensar que muitas delas também têm muita dificuldade em como é que se podem proteger, portanto eu acho que o plano de segurança também poderia ser importante.

21:14

Clara Alvelos

Ok, ok, bom, plano de segurança. Ou, por exemplo, como é que devem.

21:24

Mariana Maia

Fazer se forem vítimas de violência sexual, por exemplo, a questão do não tomar banho, que é muito difícil de... Mas como é que também podem proceder caso estejam a ser?

21:34

Clara Alvelos

Ok, boa. Estavas a falar dos testemunhos, por acaso uma das dúvidas que eu tinha aqui... Em muitas plataformas, até acho que me baseei aqui para a parte teórica da investigação, tem vários testemunhos de superação para dar bocado de esperança às pessoas, para mostrar bocadinho como é que foi o processo, o que é que resultou para elas, tudo isso.

21:56

Mariana Maia

Exato, e para as pessoas também, elas ouvindo outras vítimas, também é muito mais fácil identificar alguns comportamentos. Muito também por aí.

22:04

Clara Alvelos

Ok, para reconhecerem que o padrão não está a fazer os comportamentos.

22:10

Mariana Maia

Exatamente, porque a verdade é que nós fazemos estas avaliações no grau de risco, que é algo que também está inspirado aqui nesta lei que nós somos, entre aspas, obrigadas a fazer. Gerais. Percebes? É muito difícil. Temos que andar sempre ali à volta. Nós até às vezes entre colegas vamos, as horas resultam comigo, festei a ponta que eu fiz, que não fiz. Às vezes este domingo pode aqui ajudar Despertar aqui alguma... Uma iniciativa. Tudo o que elas possam fechar esse sentido.

22:40

Clara Alvelos

Tipo, a própria iniciativa delas se reconhecerem com o comportamento e...

22:45

Mariana Maia

Exatamente.

22:46

Clara Alvelos

Ok. Por acaso, uma das perguntas que eu tinha aqui era se isso poderia ser benéfico ou se até pode ser bocado trigger para elas, tipo, estar a ler uma situação de outra pessoa, tipo, queria saber bocado a tua opinião em relação a isso.

23:04

Mariana Maia

É assim, eu acho que às vezes o trigger pode não ser mau.

23:07

Clara Alvelos

Ok, ok.

23:08

Mariana Maia

Nós fazemos aqui, e outras estruturas também fazem, para o protejo da mútua. São basicamente grupos em que estão várias vítimas do ex-méxico, ou estão dentro da relação, ou estão fora da relação. E às vezes é muito importante esta partilha de testemunhos do género. Eu não saí por causa disto, eu não saí por causa daquilo. Eu demorei muito tempo até conseguir sair. Há mesmo vítimas que demoraram 20 anos porque precisavam daquele clique de sair, de ouvir alguma coisa, algum comportamento que despertou ali a necessidade de sair. Às vezes eu acho que os grupos ajudam muito. Eu sou muito intenso para todas, mas eu acho que é benéfico. Às vezes a questão do trigger não é mau. Às vezes ajudamos aqui a refletir sobre algumas situações que nos aconteceram. Depois pensamos, se calhar eu não quero estar tanto tempo aqui.

23:58

Clara Alvelos

É uma perspectiva incrível. É verdade que despertar se calhar esse desconforto não tem que ser mau.

24:08

Mariana Maia

Não tem que ser necessariamente mau. Lá depois também depende de como cada pessoa consegue gerir a situação e consegue gerir as suas próprias emoções. Mas eu até te aconselhava, eu penso que também depois me podes me pedir, que eu também possa entrar a ver os grupos de ajuda mútua, porque a verdade é que este testemunho, nós tentamos fazer com que aconteça nestes grupos de ajuda mútua.

24:30

Clara Alvelos

Ok, boa. Depois no fim peço-te aqui para me mandares para o chat e assim já não te chateio mais, e ficas livre de mim.

24:39

Mariana Maia

Não, olha, a sério que eu não respondo, mas me esquento da mente, eu esqueço.

24:44

Clara Alvelos

Não, eu percebo. Isso é mesmo uma perspectiva refrescante, porque na verdade é que eu preciso tomar estas decisões e Tenho bocado, sinto mais vezes bocado dividida porque na literatura e mesmo nas opiniões dos meus professores, há pessoas que acham que pode ser mau, outras pessoas acham que pode ser bom e a tua perfeita foi bem refrescante, portanto obrigada.

25:12

Mariana Maia

Não, mas olha, até podes justificar mesmo que os grupos de ajuda mutuam. Porque assim, a violência nunca é só fenómeno. É mesmo complexo, a sério. Nós nunca temos caso que é, aí é só psicólogo. Não, tu vais ter até nem mentido nada. A pessoa aparece com 20 dívidas.

25:24

Clara Alvelos

Ou alguma coisa.

25:26

Mariana Maia

É mesmo fenómeno complexo. Eu sei que é difícil, mas conseguimos. Até para nós, que trabalhamos na área. Às vezes é complicado para nós. Temos caso que eu não sei como é que eu faço isso. E é perfeitamente normal sentir-se disso. Eu acho que podes aí buscar aqui bocadinho a justificação destes grupos de ajuda mútua. Porque é basicamente isso, é partilha de testemunho. E assim, eu tenho que te dizer que resultou, assim, foi a primeira vez que eu fiz festeirão e é incrível. Algumas pessoas desistem porque não conseguem, lá está. Não têm emoção em congelir estas emoções. Mas eu acho que é muito benéfico, honestamente.

25:58

Clara Alvelos

Boa, e depois também vai fazer ponto aqui a outra coisa que eu quero falar contigo, que é o meu próximo passo, mas já voltamos aí. Pronto, mais uma coisa que eu te queria perguntar. Eu dividi isto aqui por áreas, basicamente aqui na parte da comunicação. Tu achas que há uma linguagem que recomendes usar Ai, isto vai acabar daqui a 10 minutos. Ok. Já te mando outro link. Se uma linguagem mais técnica, uma linguagem mais próxima, mais íntima. Próxima. Ok.

26:37

Mariana Maia

Próxima, completamente próxima e simples. Nomeadamente as pessoas têm muita dificuldade em termos de direitos porque a lei é muito técnica, completamente técnica. As pessoas não conseguem perceber o que é que se está a passar, o que é que pode fazer. Ou seja, eu acho que uma linguagem simples e próxima é sempre o melhor.

26:54

Clara Alvelos

Quase como se fosse... Ou seja, uma coisa que eu gostava de fazer era que o site tivesse uma espécie de uma voz. Aquilo é texto, não é? Mas tu a ler sentisses que é uma pessoa a falar contigo. Que é uma pessoa que tu possas confiar, que possas sentir-te segura porque não está tudo bué técnico e bué difícil e com palavras caras. É uma das cenas que eu gostava de fazer. E, no fundo, é uma das cenas que eu acho que é importante para a vítima sentir até segura, não se assustar. O que é que achas que pode ser importante para que a vítima sintasse segura a utilizar a aplicação? Tipo a linguagem? Eu gosto muito disto.

27:56

Mariana Maia

Ser apoiada pela SIG e pelas estruturas. Porque imagina, se for uma técnica a dizer, por exemplo, se fosse apoiada pela SIG, nem que seja em termos moratórios, mas se fosse apoiada pela SIG, a própria SIG reconhecer que existe esta plataforma, as técnicas reconhecerem que existe esta plataforma e pode ser benefício, as vítimas acabam por também vê-la como Com algo credível, com algo digno, com algo com que elas possam confiar. Se calhar também é importante não perder muitos dados pessoais.

28:32

Clara Alvelos

Uma das partes que eu tenho aqui muito sublinhada é o anonimato, é uma cena bem importante. Para elas sentirem à vontade para partilhar a história, para pedir ajuda, não sentirem no spotlight. E é uma das features que eu tinha para tentar que todo este processo dentro, mesmo que seja difícil, mas dentro da parte, atrás do site, o processamento da informação e assim não ser necessário identificação e mesmo assim conseguir, por exemplo, direcioná-la.

29:07

Mariana Maia

Pode-se direcionar talvez a moral?

29:09

Clara Alvelos  
Pronto, exato. Boa. É bom ponto.

29:12

Mariana Maia

Por exemplo, nós temos casos em que, por exemplo, eu vou fazer atendimento e eles não querem dar o nome completo ou não querem dar o nome do abessor. Nós temos que pedir-lhes umas fichinhas. E elas não querem dar o nome completo delas, ou o nome do abessor, então é importante que haja aqui algo que elas sintam-se que podem, às vezes, retirar informações ou serem encaminhadas, mas não haver a necessidade do nome. Porque muitas vezes têm motivo que é que tu vais fazer queixa sem o consentimento. Porque como é crime público, traz aqui outras questões que podem-nos causar bocadinho de receio. Que as pessoas técnicas ou o site fazer, sem elas o permitirem. Se calhar também seria importante fazer essa ressalva. Que apesar de ser crime público.

29:54

Clara Alvelos

Que... Que ela tenha o direito de...

29:56

Mariana Maia

Não, eu estou a comunicar, obrigatoriedade.

29:59

Clara Alvelos

Ok, bom, perfeito. Agora, assim, mais dentro daquilo que estávamos a falar, que eu gostei muito da tua resposta, do site simples e coeso, assim, na parte da comunicação visual. Isto já é uma cena muito superficial, já não é tão profundo. Achas que tipo de apresentação de imagens é que podia ser benéfica e não trigger no mau sentido? Se achas que há cores que elas possam associar, por exemplo, Sinto que a pava é muito institucional, é muito aquele vermelho e assim, que pode assustar pouco.

30:40

Mariana Maia

Sim, nós também na primeira também utilizamos o vermelho, eu não gosto. Eu gosto mais de pava.

30:45

Clara Alvelos

Mas... Achas que poderia ser uma cena tipo mais suave?

30:49

Mariana Maia

Sim.

30:50

Clara Alvelos

Esta parte mais visual, como é que achas que poderia ser o melhor possível desenhado para uma pessoa que esteja nesta situação?

30:56

Mariana Maia

Assim, é a cor que nós utilizamos em termos de violência doméstica, em termos nacionais, e penso que até internacionais, que é o roxo.

31:03

Clara Alvelos

Ok.

31:04

Mariana Maia

Tanto que o mar, a cor delas é o roxo mesmo por causa disso. Se eu concordo, não. Mas porque eu sou uma pessoa das cores pastel.

31:14

Clara Alvelos

Por exemplo, eu acho que o azul.

31:16

Mariana Maia

Eu ponho sempre tudo em azul. Em apresentações, na faculdade, em todo lado, é sempre azul. Eu acho que é uma cor que passa aqui tranquilidade, mas era a minha opinião pessoal.

31:25

Clara Alvelos

Mas é isso que eu estou a pedir, é a tua opinião pessoal. Tipo, como é que tu... Sim, porque.

31:30

Mariana Maia

A cor azul acaba por trazer alguma tranquilidade, confiança.

31:34

Clara Alvelos

E até eu acho que, isto lá está também a minha opinião, não devia estar a dar porque tem que ser neutra, mas a verdade é que eu acho que também já pode haver bocado, tipo, uma associação por parte das vítimas a certas cores e a certos sites de tipo, ok, isto é sobre violência sexual, não quero lidar com isto. Podia ser uma coisa bocado mais chill, estás a ver?

32:01

Mariana Maia

As estruturas a nível nacional são de diferentes instituições, por exemplo, nós fazemos parte da prejuíza, mas a instituição com que eu fazia parte era uma associação. Ou seja, a cor deles até era azul. Não, a nossa cor, a cor

da instituição era azul, mas eu utilizava o verde, para separar diferentes projetos. Portanto, acho que depende sempre. Por exemplo, a UMAR utiliza o roxo, que é de acordo com a cor nacional, mas depois há instituições que cada uma utiliza a sua cor. Depende mesmo daquilo que quer trazer ao site.

32:33

Clara Alvelos

Ok, gostei do pastel. Em relação às imagens, achas que tem que haver algum cuidado em relação à apresentação de imagens para não causar desconforto, trigger ou voltamos à conversa tal bocado?

32:50

Mariana Maia

Acho que muito sim, porque assim até nós próprias ficamos.

32:54

Clara Alvelos

Portanto, até que ponto? Exato, porque pode trazer ali, tipo, emoções negativas e expulsar bocado a pessoa já não querer continuar no site.

33:03

Mariana Maia

Sim, e também a questão da intimidade, eu passei por isto e agora estou a ver isto. Se calhar não tão direto, pelo menos.

33:10

Clara Alvelos

Ok, boa. Pronto, agora basicamente para acabar, queria focar-me aqui contigo na parte que acaba por ser, tipo, a minha área, que é o design de interação, portanto, a interação entre o utilizador e a tecnologia, aquilo que nós estamos a criar. Se eu a usar alguma palavra que é possível, tipo, tu não sabes o que é que é, pergunta-me. Sim, exatamente, claro. Pronto. Eu, por acaso, a história não tem muito a ver com a interação, mas eu esqueci de me perguntar há bocado. Achas que podia ser benéfico haver a possibilidade das vítimas poderem falar entre si? Dentro da plataforma.

33:55

Mariana Maia

Mas quais seriam os critérios?

33:57

Clara Alvelos

Pois, ainda não está nada desenhado, portanto...

33:59

Mariana Maia

É assim, tu podes... Hein?



## Transcrição da entrevista de Ana Petrucci - Psicóloga

00:00

Clara Alvelos

Pronto, já está a gravar? Já. Pronto, portanto, primeiro, associações.

00:07

Ana Petrucci

Associações que trabalham na área da violência sexual.

00:11

Clara Alvelos

Psicólogos. Que lidem com trauma.

00:19

Ana Petrucci

Sim, que trabalhem na área do trauma. E do mesmo modo, psiquiatras.

00:32

Clara Alvelos

O ginecologista tinha falado há pouco.

00:34

Ana Petrucci

Sim, eu acho que é o que faz mais sentido. Porque assim, dentro da área médica, se houver os mesmos psiquiatras e os ginecologistas, que me lembro agora assim que faz sentido, mas lá está, as coisas já poderão ajudar com mais algumas fontes.

00:51

Clara Alvelos

Sim, sim. E contra o tipo de informação, estávamos aqui a falar da informação para desmistificar a reação à violência. Que outro tipo de informação é que acha que podia ser útil?

01:04

Ana Petrucci

Eu acho que seria muito importante, por exemplo, ter alguns recursos sobre trauma, tal e qual como vi neste site do Jim Hopper, ter algum deste género em português, que eu desconheço, atenção, eu não sei se existe ou não, eu desconheço que exista.

01:27

Clara Alvelos

E também muito interessante assim. E pode adivinhar isto para a utilizadora portuguesa, mas com base aqui no que me mandou.

01:36

Ana Petrucci

E como é que seria interessante, do ponto de vista da inclusão, fazer com que

esta plataforma digital não seja apenas para pessoas que consigam ver, ou seja, ser também para individuais. Para individuais e para pessoas, eu não sei se isso é possível, provavelmente ouvir falar de orçamento gigante, mas também com alguns recursos para pessoas sublimadas, com linguagem gestual.

02:05

Clara Alvelos

Sim, sim. Eu acho muito relevante, mas na realidade eu não sei se dentro da tese de mestrado vai me dar tempo e recursos para o fazer. Porque há teses só, por exemplo, o meu namorado está a fazer a tese dele, só especificamente orientação para invisuais. Só isso dá para uma investigação, projeto, mas é sem dúvida que é uma... Uma parte muito importante e que, se eu tiver tempo e recursos, faço questão, sem dúvida, de incluir. Aqui, só apontar. Estava aqui a ver que outro tipo de informação é que podíamos dar.

02:54

Ana Petrucci

Apoio legal, que é mais importante. Ou seja, juristas, Não sei se a Associação Portuguesa de Mulheres Juristas, APMJ, poderá aqui servir de ponto para alguns protocolos, não sei, para crer com a própria associação. Acho que é a PNJ, Associação Portuguesa de Mulheres Juristas. Pode ser que elas tenham aqui, quer dizer, vamos lá ver. Qualquer uma destas associações que eu estou a falar, tanto a MCV como o EIR, fazem, quando há articulação com a segurança social, no sentido destas mulheres terem apoio judiciário e, portanto, terem advogado presente. No entanto, aquilo que nós percebemos é que nem toda a gente está, de facto, tem formação para trabalhar nesta área.

03:54

Clara Alvelos

Pois, pois.

03:55

Ana Petrucci

Talvez a APJ tenha aqui alguma bolsa de dados.

04:00

Clara Alvelos

E haja grupo específico.

04:05

Ana Petrucci

E eu acho que uma bolsa de advogados que estejam preparados para trabalhar nesta área poderá ser uma coisa muito interessante mesmo. Não sei se existe sequer isso em Portugal.

04:15

Clara Alvelos

Tenho dúvida. Assim, na sua perspetiva, agora falando dos contras da plataforma, na sua perspetiva acha que podem haver perigos associados a realizar esta plataforma, tipo triggers, alguns erros que eu possa cometer

na comunicação, porque lá está, é assunto sensível, é uma utilizadora sensível. Algum alerta ou algum cuidado que me consiga deixar?

04:51

Ana Petrucci

Sim, eu acho que deve ter muito cuidado com Eu não sei como é que isso pode fazer, como é que acontece, não é? Mas podem entrar agressores neste fórum que você estava a falar e no chat. Pode haver aqui agressores que entrem. Eu não sei que tipo de segurança é que poderá ser criada para, pelo menos, nós não somos onnipotentes, não é? Portanto, há coisas que fogem ao nosso controle. Mas dentro do controle que temos, que possibilidades é que existem de fazer com que agressores sejam impedidos de entrarem no site destes. E se entrarem, como é que isso pode ser denunciado?

05:31

Clara Alvelos

Identificado e denunciado.

05:33

Ana Petrucci

Acho que tem de haver protocolo de segurança. Eu não sei muito bem, até porque o fórum não pode ser grande negativo. Porque como é que se cria essa segurança num foro, não é?

05:58

Clara Alvelos

Sim, tem que haver talvez .. Também estou a fazer brainstorm aqui consigo. Talvez registro que tenha processo de segurança para que só entre... Sim. Tem que pensar nisso, olha. Muito bem.

06:14

Ana Petrucci

Não sei se não passará mais por .. Chat bilateral primeiro e depois só essas pessoas em quem já com algum tempo dentro da plataforma é que passam para o nível do fórum.

06:30

Clara Alvelos

Sim, sim.

06:32

Ana Petrucci

A gente tem alguns votos. Há aquela coisa, não é? O escudos, não é? Há aquela coisa que algumas empresas têm de valorizarem, não é? Sim, sim. Ou seja, se ao final de algum tempo ou de algum escudo ou o que for equivalente a isso, é que as pessoas façam para nível em que entram para a comunidade. Não sei se isso não poderá aqui prevenir mais esta segurança que estamos a falar. Pois é, isso implica que há uma gestão da plataforma que tem de ser feita.

07:08

Clara Alvelos

E uma manutenção, sem dúvida.

07:12

Ana Petrucci

Por técnicos. E eu acho que aqui, confesso que têm que ser técnicos de saúde mental. Eu acho que a plataforma terá que ter aqui, de facto, uma gestão, diga-se assim, não sei muito bem, mas uma gestão informática.

07:32

Clara Alvelos

Sim, sim.

07:33

Ana Petrucci

Mas também uma gestão em termos da saúde mental.

07:35

Clara Alvelos

Sim, sim.

07:36

Ana Petrucci

Das pessoas, de facto, existem esses triggers.

07:41

Clara Alvelos

Para, eu acho que... Mesmo a própria linguagem que é utilizada da própria plataforma também é algo que devo ter cuidado. A forma como me dirijo, imagina, em texto, como me dirijo à utilizadora, acha que deve ser mais formal, mais informal, mais próximo, mais distante?

08:09

Ana Petrucci

Eu acho que deve ser uma linguagem inclusiva. Não sei se demasiado formal, mas uma linguagem inclusiva. Mas sim, acho que as coisas têm que ser progressivas, têm que ser graduais.

08:32

Clara Alvelos

Esse processo, o tempo é muito importante. Também já tínhamos falado do workshop, este sentido de tempo.

08:41

Ana Petrucci

Eu acho que a Clara não vai ter, assim, resultados... Como é que eu ia dizer... Não é bons resultados, não é? Isso é, resultados que refletem as necessidades das pessoas, se não tiver algo a ter com elas.

Acho que vai conseguir. Acho que vai ficar tudo pela rama.

09:07

Clara Alvelos

Claro, claro.

09:08

Ana Petrucci

Não vai ficar uma coisa muito... Não é que tenha de ser muito aprofundada, mas não vai ficar uma coisa muito reflexiva, não é?

09:17

Clara Alvelos

Sim, sim, eu estou a perceber o quer dizer.

09:21

Ana Petrucci

Demora tempo a conhecer, não é?

09:22

Clara Alvelos

Claro, claro. E mesmo para ter esses insights honestos das próprias pessoas tem que haver uma confiança, era o que estava a dizer. Uma das palavras-chave deste projeto é confiança no processo todo e estabelecer essa confiança com tanto a plataforma, conseguir transmitir essa confiança, como eu como investigadora, ao longo do processo, tentar garantir também essa confiança com as pessoas com quem vou trabalhar.

09:53

Ana Petrucci

Sim, sim. E que a plataforma, de facto, possa ser uma coisa em que as pessoas possam ganhar e ir lá, não é? E sentirem-se seguras, principalmente. Porque acho que é uma das principais questões de sentirem-se seguras, não sentirem julgadas, não sentirem conrotos.

10:25

Clara Alvelos

Sem dúvida. Sem dúvida. Eu acho que, por acaso, estava a perguntar-lhe isso há bocado quando estávamos a falar, lembrei-me agora, essa conversa, essa interação entre vítimas é benéfica? Acha que pode ser benéfica? Ou que pode ter o efeito contrário? Poderem, como é que eu digo? Não estou a conseguir explicar. Deitar bocado abaixo o espírito porque são duas pessoas que estão a sofrer pela mesma razão.

11:01

Ana Petrucci

Depende muito das pessoas, percebe? Depende muito dos estados emocionais das pessoas. Eu acho que, de facto, o chat funcionaria melhor.

11:14

Clara Alvelos

Ok.

11:15

Ana Petrucci

E chat com técnico de saúde mental, seria ainda melhor.

11:21

Clara Alvelos

Ok.

11:22

Ana Petrucci

E, se calhar, haver diferentes fóruns...

11:33

Clara Alvelos

Por exemplo, se isto fosse, tínhamos falado desta importância do no tempo.

11:39

Ana Petrucci

Eu não sei.

11:40

Clara Alvelos

Achei que, por exemplo, se fosse Podíamos fasear isto e ser, num primeiro momento, o set ser com técnicos e com pessoas especializadas e só após essa fase é possível aceder aos sets com outras pessoas da mesma situação. Quase como nos bloquear.

12:03

Ana Petrucci

Pois, pode ser interessante. Eu agora estava a pensar se o fórum não deveria ter, ou seja, Tempos de abertura em que há mediador.

12:15

Clara Alvelos

Há mediador.

12:16

Ana Petrucci

Há alguém que está na conversa e que me dê esta conversa.

12:19

Clara Alvelos

Isso é muito interessante.

12:21

Ana Petrucci  
Que pode ajudar, não é? Como se fosse grupo analista.

12:27  
Clara Alvelos  
Isso é muito interessante.

12:28  
Ana Petrucci  
Ou como no psicodrama, não é? Em que existem  
pessoas que estão a apoiar o grupo, não é?

12:36  
Clara Alvelos  
E a gerir a dinâmica.

12:42  
Ana Petrucci  
E claro que não, quer dizer, haverão pessoas que já tiveram apoio  
psicológico, já passaram pelo julgamento, já houve uma série de  
coisas, mas há outras que estão num processo muito inicial.

12:54  
Clara Alvelos  
Sim, que se calhar estão só a começar a pedir ajuda. Sim, sim.

12:58  
Ana Petrucci  
Porque acho que a entrada, por exemplo, de uma pessoa  
dessas num fórum, Pode ser, não estou a dizer quem é, mas  
pode ser uma coisa muito desorganizadora, não é?

13:12  
Clara Alvelos  
Sim, sem dúvida.

13:15  
Ana Petrucci  
Eu acho que você tem a de.

13:16  
Clara Alvelos  
Mediador muito interessante. Quase como uma gestão,  
alguém que esteja a gerir essa interação.

13:22  
Ana Petrucci  
Sim, eu acho que essa figura talvez esteja muito importante.  
A figura de alguém que medeia, não é?

13:32

Clara Alvelos

A apresentação, imagina, há muitos sites agora que têm histórias reais ou testemunhos, eu até tive a ler muitos para poder sequer candidatar-me a esta investigação e apresentar esta investigação e fiquei com uma questão que é há momentos em que eu sinto que essa partilha de testemunhos cria um sentido de comunidade e de esperança, porque são testemunhos de pessoas que já ultrapassaram e que conseguiram ultrapassar e que conseguiram falar sobre isso e ler, e as pessoas lerem isso faz com que se sintam esperançosas, não é? Estou a ser bocado redundante, mas eu achei que poderia ter esse momento, mas também fiquei na dúvida se também não pode ser trigger para uma utilizadora ter acesso a esse, ou seja, se para mim me fez, me tocou lê-los, não poderá também ser trigger ter essa informação? Ou é benéfico se for uma história de superação?

14:45

Ana Petrucci

Eu acho que é assim. Nós não podemos adivinhar isso, não é? Mas podemos pensar que existem pessoas que estão numa situação tal. Que podem estar tão desesperadas, que não veem essa esperança. E que, por ter resolvido, sentem que... Algumas podem sentir-se inspiradas por esse testemunho, mas outras, se calhar, podem sentir-se que eu nunca vou chegar aqui. Portanto, nós não temos forma de... Saber.

15:23

Clara Alvelos

Que forma é que a utilizadora vai reagir.

15:26

Ana Petrucci

Por isso, a ideia de mediação pode ser uma ideia muito importante porque há uma interação, ok, pode ser com avatar, o mediador pode ser também avatar, mas há alguém que está, alguém, pode ter até duas pessoas dependendo do número de pessoas que estão a participar, não é? E pode ser muito reparador, aí sim, em interação com as outras pessoas que estão no fórum, ir avaliando como é que as pessoas estão de facto, não é na nossa imaginação, como é que as pessoas estão de facto a reagir àquela informação.

16:10

Clara Alvelos

E haver esse sentido de comunidade. Eu senti muito que quando uma pessoa passa... A minha mãe tem uma expressão que eu acho muito engraçada, que é só quem passa. E é verdade, quem passa por essa situação e se une para se autocurar, acho que é momento que pode ser muito bonito e que era uma das coisas que eu gostava de trazer aqui, esse sentido de estamos-nos de unir e ultrapassar estas situações que por muito, atenção, tenho toda a consciência que são sempre muito diferentes e as pessoas são todas muito diferentes e são sempre casos muito específicos, mas pode haver na mesma esse sentimento de comunidade e de cumplicidade perante este caminho, esta viagem que é a recuperação.

16:58

Ana Petrucci

Sim, mas aí essas figuras que estávamos a falar, não é? Estes criadores têm papel particularmente importante. Porque, no fundo, vão sendo os podos, digamos assim, à volta dos quais também o grupo se vai organizando e reorganizando conforme o estado de maturidade a maturidade no sentido de evolução do grupo. Os grupos têm uma história. Mas eu acho que talvez a forma mais eficaz...

17:34

Clara Alvelos

A minha mãe estava a me ligar. Desculpe.

17:38

Ana Petrucci

Para mais eficaz, talvez seja, de facto, ter alguém presente com estas meninas. Ok, perfeito. Digitalmente.

17:48

Clara Alvelos

Sim, sim.

17:49

Ana Petrucci

Ou seja, também não deixar estas pessoas no vazio, digamos assim, não é bem no vazio do queremos, mas no vazio das suas experiências, porque algumas pessoas precisam, de facto, de apoio para dar sentido a esta coisa tão traumática. E por mais que outra pessoa que tenha passado pelo mesmo possa apoiar num momento já de grande reflexão sobre isso, se calhar precisamente pelo facto dessa pessoa ter passado, pode não ser a melhor pessoa até para conseguir naquele momento apoiá-la. Pode também para a própria pessoa. Fazer triggers, não é? Ou seja, eu percebo muito bem esta ideia, por exemplo, nos alcoólicos anónimos, não é? De ter sponsor que já foi alguém que teve problema no alcoólico. Mas nós às vezes precisamos de ajuda especializada.

19:00

Clara Alvelos

Sim.

19:01

Ana Petrucci

É neste sentido. E, portanto, isto é uma coisa, eu acho que é uma coisa muito importante também perceber que nós não conseguimos fazer isto apenas nesta lógica de quem passa é que sabe, às vezes não. Aliás, uma das coisas que o Jim Hopper, este psicólogo que falei, fala, não é? É uma psicóloga, é uma pessoa que investigou, que recolheu-se determinados dados. Portanto, não é por nós passarmos por uma situação que sabemos mais sobre ela. Às vezes é o contrário. Portanto, são pessoas até que podem não ter passado por isso, ou podem ter passado, mas têm outras informações, não é? Foram procurar outras fontes, têm outras informações e não muito reclusas para desmistificar. Eu acho que este exemplo do Jim Hopper é bastante simbólico.

20:03

Clara Alvelos

Eu já o tenho aqui, assim que acabarmos a nossa chamada vou-me pôr aqui a ler e foi mesmo uma excelente recomendação. Até me pode ajudar com mesmo a forma como eu Vou lidar no design do workshop com as vítimas, não é? Se calhar é importante para mim também, eu própria, me pôr a par e ler bocado sobre a forma como vou gerir a própria dinâmica do workshop.

20:34

Ana Petrucci

A questão é mesmo assim, quanto mais conhecimento, menos estigma nós vamos tendo e temos uma maior compreensão sobre os fenómenos. Portanto, até poderá ser que existam pessoas que, é claro, possam dar alguma informação que empoder as pessoas em relação ao processo que fizeram. Ok, isto aconteceu, mas existe uma razão para isto, não foi porque sou covarde ou porque sou isto.

21:05

Clara Alvelos

Claro. Já só tenho, mesmo assim, umas perguntinhas pequeninas, porque já falámos tanto e já já foi o tão bom falar consigo, que era mais relativamente ao workshop. Eu estava a lhe dizer que eu vou fazer, para depois me fazê-lo para a investigação, para tentar perceber as necessidades, não para desenhar com os meus preconceitos, mas sim a responder às necessidades que ouço por parte das vítimas. Que estratégias é que acha que eu posso usar para obter, tipo, a colaboração? Portanto, falámos de haver uma introdução, uma contextualização, ficar mais familiarizada com as pessoas para não ser logo, se calhar, o workshop, assim...

22:01

Ana Petrucci

Eu acho que esse levantamento pode ser feito tanto tempo às pessoas. Imagino que, claro, depois pode haver uma recolha em tempo real no próprio workshop, mas se calhar, de workshop para o outro, ou de uma parte do workshop para a outra, enviar uma grelha com o levantamento das necessidades, com algo que digamos assim, questionário sobre o que é que faltou, o que é que estas pessoas acharam que ia acontecer o próprio processo e que elas gostariam de ter tido acesso. E provavelmente isso vai dando isso, não é? A pessoa tempo para pensar sobre o assunto, não é uma coisa num momento. E que chope o seguinte, se calhar falarem sobre...

22:58

Clara Alvelos

Discutir esses... Isso é muito boa ideia.

23:02

Ana Petrucci

E há coisas que podem surgir da conversa entre aquelas várias pessoas, não é? Eu aprendi isto, eu lembrei-me daquilo. Depois, na conversa também surgem outras coisas, surge uma terceira conversa, não é?

23:19

Clara Alvelos

Sim, sim. Fazer aqui brainstorm como nós estamos a fazer, em caso disso, é uma excelente ideia. Pronto, assim, acho que a última coisa queria perguntar e que me preocupa bocado Eu sou designer, não sou psicóloga e quero mesmo dar o meu melhor e fazer o meu melhor a gerir workshop e principalmente a não deixar as pessoas desconfortáveis e tentar incentivar uma conversa sem constrangimentos. Sabe alguma estratégia, alguma forma com que eu possa desenrolar a narrativa e falar para as pessoas?

23:58

Ana Petrucci

Claro, agora surgiu-me aqui alguma outra ideia. Eu acho que pode ser importante para si fazer este workshop convidando técnicas de referência destas pessoas. Ou seja, se calhar o workshop que você faz num dia, Aluno comparava-se, por exemplo, a três workshops num conceito, mas seguir com alguém alguma técnica de referência destas vítimas, destas pessoas que tiveram esta vivência. Ou seja, alguém estar presente consigo, vai ser técnico de saúde mental, psicólogo ou psicóloga, psicólogo provavelmente, e que pode servir aqui de almofada, por exemplo. Uma técnica de referência destas pessoas e, portanto, à partida, se houver trigger, se houver alguma questão que seja impactante, a pessoa pode sair, por exemplo, da sala, criar uma sala paralela no Zoom, para onde a pessoa sai com a psicóloga para falar e ficar pouco à parte. Acho que pode ser muito importante.

25:12

Clara Alvelos

Muito obrigada. Excelente ideia. Sim, sem dúvida. E mesmo para... Era ótimo se conseguisse, de facto, alguém que... Ou seja, planejar isto de mão dada com uma psicóloga que saiba e que me ajude. Que conheça as pessoas.

25:36

Ana Petrucci

Pode apresentá-la, não é? Pode apresentá-la.

25:39

Clara Alvelos

Ok.

25:39

Ana Petrucci

Ok.

25:44

Clara Alvelos

Pronto. Eu acho que é isso, acho que não tenho assim mais nenhuma questão, pelo menos para já. A única coisa que eu acho que tenho para lhe dizer é mesmo obrigada gigante por ter tirado este bocado para falar comigo. Foi mesmo muito importante, já tenho aqui uma série de insights ótimos para eu refletir E, pronto, gostava mesmo de fazer alguma coisa relevante, eu acho que aqui fora do... Só entre nós.

## Transcrição da entrevista de Filipa Cardoso-

00:00

Clara Alvelos

Estávamos aqui a falar também da parte da informação. Que tipo de informação é que achas que era a mais importante de dar às vítimas numa plataforma deste género?

00:19

Filipa Cardoso

Acho que numa plataforma deste género é os sítios, ou seja, eu acho que aqui a recuperação Ou seja, passa por gabinetes, todo tipo de gabinetes de psicologia, principalmente estes de associações que garantam a confidencialidade, porque, por exemplo, eles poderiam recorrer ao centro de saúde, ao médico de família, mas já sabemos que isso será mais complicado. E depois, era, se esta plataforma fosse nacional, acho que era a questão do tipo de apoio, por exemplo, social, desde social à habitação, que é dos grandes problemas, mas também de saúde, por exemplo, onde recorrer em termos de saúde, principalmente ligada à rede mesmo de, não só de médicos de família, mas outro tipo que venha com necessidade. Apoio social, ou seja, depois também algum tipo de associação que tenha grupos de apoio, que é sempre importante. As necessidades básicas penso que seriam estas.

01:33

Clara Alvelos

Sim, faz todo o sentido. Eu também estou a pensar, enquanto estamos a falar, a fundo isto é brainstorm de como é que imaginamos a proteção. Acho que faz todo o sentido. Também tinha pensado que pode ser importante, e também falaste há bocado, alguma informação sobre a parte legal. Porque acho que também é desconhecido muito grande.

01:58

Filipa Cardoso

Sim, sim. Exatamente. Em dúvida. Por exemplo, há muitos sítios onde essa plataforma até poderia, depois não sei se a plataforma terá comunicação, por exemplo, com outras páginas. Sim, sim. Por exemplo, que seria interessante tapar o sítio.

02:14

Clara Alvelos

Sim, sim. E encaminhar.

02:16

Filipa Cardoso

Porque depois tem, por exemplo, e uma das coisas interessantes seria ter coordens dos advogados. Porque há muitos advogados que são juristas, por exemplo, nós nosso gabinete tínhamos aconselhamento jurídico gratuito, onde as vítimas, ou seja, o advogado não era o advogado das vítimas, nós referizávamos isso, mas explicávamos várias coisas que são importantíssimas, explicávamos a elas e a

nós técnicas também, porque nós aprendíamos muito, porque ao longo do tempo depois também fomos adquirindo alguns conhecimentos até das partes mais burocráticas, que é a parte mais difícil. Mesmo que, por exemplo, a parte inicial não nos Temos que perceber se a vítima precisa de apoio jurídico ou não e tem que pedi-lo, a segurança social e como é que o faz, como é que preenche a página.

02:59

Filipa Cardoso

Ou seja, esses temas pormenores são importantíssimos, sem contar, por exemplo, de que forma, em termos legais, pode participar no processo ou não, que varia muito. Por exemplo, na parte da violência doméstica é uma coisa, na parte de se for crime contra a alta determinação contra a liberdade sexual, Temos aqui outro tipo de apoio, por isso era importante, é sempre importante esse tipo de aconselhamento, sem dúvida. Temos jurídicas.

03:32

Clara Alvelos

Isto vem tudo da parte teórica, que já apresenta as lacunas. A própria teoria já nos apresenta algumas coisas que podem ser potenciais para a plataforma. Outra coisa que eu queria perguntar, isto é bocado ambíguo. Não é palpável, mas será que há alguma forma ou algum fator que possa fazer com que a vítima se sinta segura? Já falaste de garantir que é uma coisa... Que são pessoas, que são profissionais, que capazes, que se calhar têm uma associação com... Uma associação com uma associação... Que estão associados a algo oficial, tipo a SIG ou... Ver essa marca de, ok, isto é legítimo. Pode transmitir essa confiança, se calhar, por parte da vítima.

04:36

Filipa Cardoso

Também, sim.

04:37

Clara Alvelos

Outras coisas é que podiam fazer com que a pessoa se sinta mais segura para começar o processo de pedir ajuda. Sim.

04:47

Filipa Cardoso

É sempre complicado definir isso.

04:50

Clara Alvelos

Sim, é sempre complicado também estar a perguntar.

04:54

Filipa Cardoso

Não experimentarmos que aquele serviço tem técnicos que são especializados, porque a vítima vai sentir segura não só se garantirmos a confidencialidade, mas se conseguir estabelecer uma relação terapêutica empática e sentir confortável. Isso não quer dizer que diga logo tudo o que necessita, porque às vezes as necessidades vão surgindo ao longo da intervenção. Mas se na plataforma já

existir aqui, por exemplo, já falamos da organização de advogados, mas por exemplo também com a ordem dos psicólogos e a pessoa souber, se for procurar o psicólogo e aparece lá na lista que naquela entidade existe psicólogo X e que já é por si uma mais-valia, depois na plataforma garantir todos estes serviços Isto é uma responsabilidade, porque depois os serviços têm que cumprir, e a plataforma depois é ciclo. Mas é ciclo vicioso positivo. Que essas pessoas não cumprirem esta responsabilidade, ainda mais facilmente são aqui travados.

06:01

Filipa Cardoso

Porque é importante isso, que isto é uma obrigação mesmo, em termos de ética do psicólogo, cumprir esta parte do sigilo. Salvo raras exceções. Claro que estas exceções poderão ser faladas, mas são faladas se o psicólogo for de facto alguém credenciado e alguém profissional. Facilmente uma primeira consulta explica à pessoa que só é quebrada este sigilo, se surgir uma informação em que é de tal forma relevante que justifique essa quebra e é falado com a pessoa. De dar informação de que se vai suicidar, por exemplo, que já tiver plano ou que vai matar alguém. Isto é explicado à pessoa.

06:50

Filipa Cardoso

São exceções muito específicas e que justificam esta quebra de confidencialidade, porque nós com esta informação não podemos fazer nada, por muito bons psicólogos que sejamos, nós não vamos salvar aquela pessoa e a única forma é acionar os serviços de emergência Isto depois de trabalhar com a pessoa. Se a pessoa não aceitou vir connosco às urgências, por exemplo, por psiquiatria, se não aceitou qualquer tipo de ajuda, nós aqui temos aqui uma mesma balança. É óbvio que está desequilibrado e aqui já não se justifica, já não é benéfico manter-se o sigilo. São essas as únicas exceções. E isso é explicado à pessoa. E que, mesmo assim, A pessoa, se sentir confortável e se pedir ajuda, ela vai relatar na mesma. Isto com base na relação terapêutica. Por isso é que é tão importante referir este facto de termos alguém que é de confiança, que é afirmado.

07:56

Filipa Cardoso

Que pode trocar e, por exemplo, se não sentir bem, não há problema algum. Porque às vezes, por muito bom psicólogo que seja, ou por muito bom médico, Nós não criamos relação, não gostamos e podemos levar. E aqui na Psicologia há essa facilidade, não tanto quanto as médicas.

08:15

Clara Alvelos

Isso é excelente ponto. Essa possibilidade de tentar errar, voltar a tentar. Encontrar alguém com que nos sintamos bem, confortáveis.

08:28

Filipa Cardoso

Na Psicologia é essencial. Por isso que em alguns serviços dizemos que uma pessoa É pouco e até devia haver mais pessoas e diferentes géneros, diferentes raças. Exatamente para isso, porque óbvio que nós nos vamos identificar

com, não quero dizer que nos identificamos com as pessoas do mesmo género, mas se calhar identificámos mais com pessoas de outro género.

08:52

Clara Alvelos

Sim, sim.

08:53

Filipa Cardoso

Então, seria importante haver esta diversidade, que assim mais facilmente teríamos aqui a probabilidade, ou era mais provável aquela pessoa ter uma intervenção mais eficaz.

09:06

Clara Alvelos

Boa, perfeito. Obrigada. Até eu sinto que demorei montes de anos para encontrar uma psicóloga com quem eu, não sei, não tivesse aquele método, mas depois quando encontras é tipo, é a tal.

09:18

Filipa Cardoso

É incrível.

09:19

Clara Alvelos

É esta, é esta, já não quero mais nada.

09:22

Filipa Cardoso

Os próprios psicólogos têm isso, sim, sim. E isso é normal e às vezes há mesmo uma resistência por parte dos próprios psicólogos, de dizer não, tem que ficar com esse doente. Não, não é assim que funciona, nem tem que funcionar. Nós somos todos muito diferentes e o importante é que dentro da diferença, que cada consiga encontrar o seu método escolhível. Porque há quem nunca encontre, infelizmente, e quem vai remediante, pode ser é que dentro do que se vai remediante também seja positivo, isso também é válido, mas dentro do possível se encontrarmos e se há uma probabilidade maior de ser eficaz, deve-se arriscar.

10:07

Clara Alvelos

Obrigada, esse é excelente feedback. Depois, em relação à plataforma. Desculpa se as minhas perguntas são bocado gerais e difíceis, mas é que isto é mesmo brainstorm tão inicial que há coisas que não são muito específicas. Quando nós pensamos neste tipo de plataforma, há algum tipo de red flags ou perigos que te venham logo à cabeça? Tipo, isto não pode acontecer?

10:41

Filipa Cardoso

O primeiro perigo que eu logo pensei foi agressores aproveitarem-se de algo,

por exemplo, se for uma plataforma muito explícita, com informação, com estratégias, tem a outra parte de que se alguém premeditadamente, que penso que não será o caso, mas se quiserem aproveitar estratégias para contrariar, poderão buscar dicas de que é importante ser algo estruturado, mas também ser algo que facilmente as vítimas não ser da posição geral. Por exemplo, muitas das vezes, nós também fazíamos muitas campanhas, muitas, ou seja, acabávamos por tentar divulgar ao máximo o serviço, mas depois percebíamos que nem sempre é importante, se fosse a violência doméstica era mais complicado.

11:34

Filipa Cardoso

Poderia ser algo, a violência doméstica é uma parte em que, principalmente quando a relação de risco é muito elevada, que tentamos aqui fazer com que até o próprio serviço seja salvaguardado para as pessoas não irem para lá à procura das mulheres. Por exemplo, numa das fases em que há uma saída ou há uma saída de emergência, etc. Nas vítimas de violência sexual poderá não acontecer, mas como já vimos, também pode estar tudo misturado. Por isso é que é importante, naquela plataforma, ser algo muito informativo e aquilo de apoiar e empoderar as mulheres, mas que passa com que também não seja assim tão aplatado para os agressores, no sentido em que não seja contra o outro. Nós o queremos é que isto não aconteça, que este tipo de violência não aconteça.

12:26

Filipa Cardoso

Por isso, acho que há-de fazer o cuidado neste tipo de informação para não haver aqui ainda mais conflito, ainda mais, porque o que nós queremos é que as pessoas percebam, ou seja, Em primeiro lugar é proteger e que a vítima tenha pelo menos uma sensação, porque às vezes elas já estão em segurança. Vamos ver a questão de que muitas vezes as pessoas já faleceram, mas este sentimento de segurança é ainda persistente, por exemplo, porque persiste algum que tenha a ver com o trauma. De que forma é que podemos intervir, mas também não tendo aqui como indicador isto, diria, como sendo ali algo contra ou que ainda crie mais resistência com a questão da intervenção com os agressores. Porque acho que isso também é importante. Já vindo mais para a minha área, não é isso que é importante.

13:34

Filipa Cardoso

O importante é as pessoas reconhecerem que aquilo é comportamento errado. E que há alternativas. Mas para isso tem que se perceber o comportamento e ao ter aqui espaço onde é só repúblio, poderá aqui trazer alguma resistência e que não vai trazer com que exista menos violência.

13:54

Clara Alvelos

Sim, exato.

13:55

Filipa Cardoso

Mais nesse sentido. Por isso seria mais em termos de informação, ser de informação positiva, onde seja de facto aqui algo para... Que importe positivo.

Porque, por vezes, e muito, isto também na Pávina é marco, isto tem a ver com as correntes feministas que têm aqui a sua pertinência e são muito importantes, mas que em certos casos extremistas poderão ser mal interpretados, porque eu percebo perfeitamente o porquê de ser extremista, porque se há uma desigualdade é revolucionária, não há aqui meios termos. Mas, para contrariar esta devolução, depois temos umas consequências de incompreensão e que não são benéficas para a violência, principalmente para a violência doméstica, onde está a violência sexual também, violência de género.

14:54

Clara Alvelos

Eu acho que tu tens tanta razão, e até nas outras entrevistas, quando pergunto esta parte dos perigos, é sempre a cena dos agressores, ou seja, tentar que isto seja espaço seguro para todos, principalmente para as vítimas, e faz-me aqui tudo sentido.

15:17

Filipa Cardoso

Claro, e até nos passamos de os agressores se porem, não sentem atacadas. Isto não é nem assim. Não, até sentirem de, pois, se calhar fiz isto, também vou procurar ajuda. É nesse sentido só. Que isto é milagroso e nem sempre é como é óbvio, não é? Não é assim.

15:36

Clara Alvelos

Mas não criar ali mais raiva e sentimentos negativos. Eu acho que tens toda a razão. Outra coisa que eu te queria perguntar, que é uma dúvida que eu tenho, eu vi muitas plataformas durante a investigação que mostram, e venho também buscar a conversa dá bocado, mostram testemunhos de pessoas que já passaram pela situação da violência sexual e que já recuperaram, e as plataformas usam esses testemunhos como uma inspiração, uma motivação que há uma luz ao fundo do túnel e que isto pode ter resultado para mim, para esta pessoa resultou isto, para aquela pessoa resultou aquilo, mas que pode dar alguma esperança. A minha questão aqui é, será que a apresentação destas histórias reais são trigger? Tipo, são uma coisa má porque estão a...

16:36

Filipa Cardoso

Eu acho que devem ser mediadas.

16:38

Clara Alvelos

Ok.

16:39

Filipa Cardoso

Por exemplo, pegando nisso, mesmo que sejam positivas, as pessoas que não gostam, vou dar exemplo mesmo concreto. Temos uma testemunha que diz que está a fazer uma intervenção e que fez aquela intervenção, correu tudo bem e quem está a ler está a fazer exatamente a mesma

intervenção, mas não está a correr tão bem. O que é que acontece? Isto não cria o sentimento de, ai, vou insistir mais porque isto vai correr bem.

17:09

Clara Alvelos

Não, vai correr bem. Tem alguma coisa que está errado comigo porque comigo não está a funcionar, não é?

17:13

Filipa Cardoso

Exatamente. Pronto. E é este o perigo. Isto é exemplo único em que os testemunhos são importantes. São. Mas têm que ser muito bem mediados no sentido em que temos que pegar exatamente naquele testemunho e perceber Sendo uma pessoa que nós, como não somos vítimas, olhamos para aquele testemunho e dizemos, incrível, isto vai ser maravilhoso, mas temos que nos colocar na pele das vítimas e pensar o que é que elas irão pensar? Irão pensar só isto? Irá surgir outro tipo de... Porque isto poderá ser controvérsia e é isso aí que eu acho que deve-se ter muita atenção. Mesmo num negativo, quando há negativo, o que é que acontece? Mas a mim funcionou. Eu não percebi muito bem. Estamos a falar de pessoas mais fragilizadas que se vão pôr sempre em causa. Por isso é que é importante percebermos.

18:09

Filipa Cardoso

O testemunho é importante se for depois bem contextualizado, bem moderado. Por exemplo, quando está num contexto que nós temos à partida, e mesmo aí é todo descontrolado. Quando temos especialistas que estão ali e interagem todos os dias com vítimas e pode haver dia que corra mal. Daí que é uma aposta arriscada, mas que não quer dizer que seja inválida. Agora, pode de facto surgirem questões que sejam mais complicadas do que aquilo que aparentam, porque dizem que é a coisa mais fácil. Temos uma plataforma, vamos chamar as vítimas todas e ver o que é que... E depois tu ao falares com as vítimas, às vezes umas vão dizer uma coisa, as outras vão dizer outra.

18:54

Clara Alvelos

Claro, a experiência de cada pessoa é diferente. Mesmo sem ser vítima de violência, cada pessoa tem o seu percurso, mesmo com a terapia e assim. E há coisas que resultam e há coisas que não resultam e nada é mais... Tipo, uma pessoa não é melhor do que a outra porque resultou aquilo, nem é uma coisa... É uma área tão cinzenta, portanto acho que foi bem apontado. Eu tinha muito esta questão, porque de facto, por lado consigo ver a parte boa de se calhar uma pessoa que está muito suprimida ou sem esperança, ler, ok, tipo, há uma hipótese de eu ficar bem porque esta pessoa passou por isto e conseguiu superar, portanto se calhar eu também consigo, mas também consigo ver a cena tipo, esta pessoa conseguiu, mas eu não vou ser capaz, ou comigo isto não resultou, então não vale a pena continuar.

19:44

Clara Alvelos

Pronto, estava aqui bocado... Sim, era isso. Porque quero fazer, lá está, decisões informadas e quero saber como é que hei de pôr

as coisas, o que é que vale a pena pôr e tinha esta ideia.

19:57

Filipa Cardoso

E por exemplo, em muitas das coisas, sempre mesmo, Falando da intervenção, a intervenção não é toda, principalmente em termos de psicoterapia, não é todo fácil, não é de todo mesmo. E quem não é vítima e faz, percebe o quão doloroso é. Imaginemos quando existe aqui trauma, ou mesmo que não seja trauma, ou acontecimento marcante de tal forma que interferiu com o quer que seja. É algo doloroso ser trabalhado. Nas vítimas há partes importantes em que o próprio psicólogo dá todo o mérito à pessoa. Isto é muito centrado na pessoa. Ou seja, há vezes que há uma desconstrução tal, claro que a pessoa valoriza e sente-se bem no final, por isso aquele espaço é seguro e é espaço que a própria poderá recomendar.

20:52

Filipa Cardoso

Mas muitas das vezes é muito superficial, no sentido em que aqui nós guiamos, nós Não aconselhamos, não dizemos o que é que se deve fazer. Há aqui simplesmente trajeto que é sempre colocado em causa e é sempre explorado através aqui de alguém que está a guiar. Mas a pessoa é que toma as grandes decisões. É a pessoa que... Isto dá, por lado, há uma desvalorização do psicólogo, mas de forma intencional. E a própria pessoa tem este, isso, Depois é importante reconhecer, e ser o próprio psicólogo é mediar isso, mas depois é importante reconhecer que nem sempre algumas vítimas acham que os serviços foram o momento indicado, foram o que proporcionou certas coisas. Mas isso é bom porque aquelas pessoas não tinham antes aquilo, não tinham aquela autonomia, não tinham aquele tal empoderamento.

21:54

Filipa Cardoso

Então já há pessoas que por vezes nunca tomaram uma decisão na vida, sequer. E só o facto de terem decidido o quer que seja, já é uma conquista. Que para elas, por vezes, nem se tinham percebido que isso acontecia. E isso acho que também é importante. E depois dos testemunhos perigosos.

22:14

Clara Alvelos

Sim, exato. Sim, acho que tens razão. E é uma coisa que disseste muito bem, que acho que deve ser muito bem mediada. Acho que é mesmo isso. Pronto, outra dúvida que eu tinha é que tipo de linguagem é que seria mais indicada a utilizar na plataforma? Uma linguagem mais próxima, mais formal, mais íntima, mais técnica? O que é que achas que resultava melhor?

22:47

Filipa Cardoso

Pois acho querido depender muito, mas acho que quanto mais simples for, a linguagem melhor. Ou seja, acho que não deveria ser formal. Deveria, por exemplo, ter uma parte, se fosse possível, por exemplo, se a pessoa quiser ter mais informações sobre a parte mais institucional, só essa parte seria bocadinho mais formal, uma linguagem que fosse mais técnica. Depois o resto, ser plataforma para as pessoas usufruírem, acho que por isso era o mais

simples possível. E o mais básico mesmo, porque às vezes para nós, vamos nos apercebendo no terreno. Eu falo de experiência própria de sair de sítio que também tinha as suas... Era sítio citalino, mas que tinha depois muitas freguesias que se afastavam de lares de quilómetros e que eram muito rurais.

23:43

Filipa Cardoso

E que por vezes as pessoas camuflam muito e tentam de perceber e não dizem depois, apercebiam que era importante até ter uma linguagem própria, mais próxima deles, tentar perceber exatamente como é que falam. Isso é importante e isso complica quando é uma plataforma nacional a ser local. Porque, de facto, há coisas que para nós são básicas, ainda mais, não vamos falar só de locais, mas também de idades, por exemplo, estarmos a falar de uma plataforma para nós ou uma plataforma agora para os jovens é totalmente diferente, tem que ser muito mais interativa, mas acho que o simples está lá sempre. Que a pessoa quer olhar, ver, perceber. Se não percebe, passa para outra página.

24:29

Clara Alvelos

Exato. Eu acho que é isso. E quanto mais simples, mais inclusivo. Incluir pessoas que não têm tanta informação ou o que seja. Acho que acaba por ser mais inclusivo. Com esse feeling, não é? Mas é sempre melhor perguntar e ter a certeza.

24:53

Filipa Cardoso

Sim, sim.

24:55

Clara Alvelos

Pronto, depois aqui, tinha aqui uma parte queria falar contigo, que é mais sobre a comunicação visual. Eu tentei ler bocadinho sobre a teoria da cor e a parte psicológica da cor, mas ainda não, sou sincera, ainda não percebi muito bem e queria-te perguntar se Por exemplo, a escolha das cores pode influenciar a forma como as pessoas veem a plataforma?

25:25

Filipa Cardoso

Confesso que não é bem também a minha área, mas confesso que, por exemplo, tivemos nos projetos na escolha das cores e têm influência, de facto. Por exemplo, acho que não deverá usar cores como vermelhos e muito apelativos, outro tipo de... pronto, deverá ser uma coisa Dependendo do objetivo da plataforma.

25:49

Clara Alvelos

Ok.

25:49

Filipa Cardoso

Se é apoiar e empoderar, de facto, devem ser cores que conjugam aqui mais e que dão o exemplo de o espaço trevo, por exemplo, era algo que era mais de

esperança e era mais verde. Depois de tempo. Muito relacionado. Já o espaço agudo, já era outro tipo como era em termos de mudança, mais amarelo, mais roxo, que isso era o próprio, a própria comunicação da câmara que dizia que convém distinguir bem e consoante o objetivo do serviço, terem atenção a isso. E neste caso Covid, mas por exemplo, estou a recordar agora, tem a rede de care da APAV, que é mais luz do bebê, Ou seja, ter mais calma.

26:47

Clara Alvelos  
Segurança, tranquilidade.

26:50

Filipa Cardoso  
Tranquilidade, exatamente. E até mais discreto. Pois, exato.

26:57

Clara Alvelos  
Eu acho que era por aí que eu gostava de ir, no sentido de não ser por causa tão muito associado à violência sexual e a essas associações. Então, ser uma coisa que passasse bocadinho mais de... Não sei, tranquilidade, calma, está tudo bem.

27:15

Filipa Cardoso  
Ou mesmo o lilás, não ser roxo, que é uma coisa mais forte, mais pastel. Mas o lilás é uma mudança mais discreta, mais suave. Mas isso, de facto, há nível interessante sobre as coisas. Agora falaste da psicologia das coisas, que é também o dia em que viajas.

27:39

Clara Alvelos  
Obrigada. Eu sei que há muito conhecido, que acho que se chama mesmo Psicologia das Cores.

27:45

Filipa Cardoso  
É Psicologia das Cores.

27:50

Clara Alvelos  
É bocado complexo, super complexo.

27:53

Filipa Cardoso  
É, este é complexo, mas tem de facto ali outro pronar que é interessante. Ok, boa.

27:59

Clara Alvelos  
Eu vou dar uma vista de olhos. Depois na parte mesmo da concepção da plataforma é que vou muito grossar mais nesta parte da comunicação visual.

28:07

Filipa Cardoso

Sim.

28:07

Clara Alvelos

Agora ainda estou a tentar perceber o que é necessário.

28:09

Filipa Cardoso

Claro, claro. Isto é toda uma área, não é? Porque também se quiseres, poderei enviar, não tenho Muitos, mas tem alguns que fomos selecionando ao longo do tempo, os serviços. Posso enviar alguns artigos, por exemplo, também.

Porquê? Porque era uma coisa que eu também tinha de dizer, que é, se tivesse a oportunidade também de falar com alguns especialistas, que são algumas pessoas com quem nós trabalhamos, neste caso, com quem eu já trabalhei, com quem já terei formações e tenho a certeza que alguns deles se teriam também à vontade de viver contigo, se calhar não tanto tempo como eu.

28:55

Clara Alvelos

Sim, desculpa se cá já estou aqui a esticar bocadinho.

28:58

Filipa Cardoso

Não, não, não, eu tenho mais tempo.

29:01

Clara Alvelos

Ok, boa.

29:03

Filipa Cardoso

Não, eu acho que são pessoas muito mais ocupadas. Mas eu tenho aqui algumas pessoas que são Ricardo Barroso, Alexandre Anciais, Ruta Gunes, que é quem lidera agora o grupo. De apoio às vítimas. Se queres invito por e-mail, então nós iremos vê-los.

29:19

Clara Alvelos

Obrigada.

29:20

Filipa Cardoso

E por nada, porque... Não, porque eu também gostei.

29:23

Clara Alvelos

Estás a ser anjinho caído do céu, juro.

29:26

Filipa Cardoso

Não, tenho todo o gosto em ajudar.

29:29

Clara Alvelos

Obrigada.

29:30

Filipa Cardoso

O quão difícil é fazer mostrados e investigações e o que seja, e se tu dia quisesse fazer outra, ia ter ainda mais dificuldade. Mas se tivesses noções que te ajudem, será sempre muito mais fácil.

29:43

Clara Alvelos

Obrigada.

29:43

Filipa Cardoso

Estaria sempre disponível para apoiar. E essas são pessoas que, de facto, mesmo a professora Celina Vanita, são pessoas que acompanharam e que se foram importantíssimas, isto agora falando mais do meu trabalho, mas nós trabalhamos sempre em grupo. E somos tão poucos que até comentamos que às vezes é importante, por exemplo, agora não tenho os contatos, mas quando tiver eu posso falar do teu projeto e se a pessoa quiser participar, vamos ter uma relação exatamente na área da violência sexual com a Universidade do Minho, por isso também... Ok, boa, obrigada.

30:19

Clara Alvelos

Então depois eu mando-te assim mail a relembrar, se depois não te lembrares, eu mando mailzinho. Não, não me lembro, vai ser comprometido. Boa, boa.

30:30

Filipa Cardoso

Obrigada. Eu vou ver se ainda consigo enviar.

30:33

Clara Alvelos

Mas também sem pressa.

30:34

Filipa Cardoso

Depois também se me for lembrando, eu vou-te dizendo, porque de facto são pessoas que podem dar aqui contributo. Eu já tirei formação e já fiz supervisão com estas pessoas e são pessoas que trabalham na área, por

exemplo, da sexualidade, depois passaram para a área de mudança sexual e são pessoas também que já têm aqui trajeto onde passaram destas mudanças todas. Por exemplo, em termos de enquadramento legal, os próprios serviços foram-se adaptando e foram as primeiras pessoas que foram contactadas, por exemplo, quando houve este boom e ainda bem, de vítimas de violência sexual, porque elas sempre existiram, mas sempre foram aqui enviadas para outros serviços, e isto era notório que não era benéfico, porque uma vítima não pode ir para serviço onde as pessoas vão procurar simplesmente apoio psicológico, que é totalmente diferente. De passarem por este tipo de situação.

31:31

Clara Alvelos

Obrigada. Obrigada. Eu preciso muito, é tão difícil encontrar pessoas.

31:41

Filipa Cardoso

Este é o mundo.

31:43

Clara Alvelos

Eu já disse, eu pesquisei tanto no LinkedIn, as mesmas amigas da minha mãe que são fictórias.

31:51

Filipa Cardoso

Eu confesso que quando vi disso, quando vi que me pediste, já é comum, porque também são áreas que, de facto, não é a primeira vez que faço, que sou procurada por isso e também por sempre, porque também não há assim tanta gente. É verdade, é verdade. Porque são recalhadas mesmo os nichos. Mas que é importantíssimo se todos nos unirmos e então quando são áreas diferentes. Ainda mais interessante, achei mesmo piada quando vi que a tua área não conhecia design interativo, mas vi que não era nem área de assistência social.

32:25

Clara Alvelos

Não, não, não tinha nada a ver. Não, não. Nada a ver, e até é engraçado porque na minha turma nós estamos todos a tirar o mesmo curso, mas as nossas investigações são todas áreas completamente diferentes. Eu tenho uma colega que está a fazer com vítimas de violência doméstica, Eu namoro com o meu namorado também da minha turma, portanto ele está a fazer com pessoas cegas, orientação em espaços fechados, tipo hospitais, a ajudá-los a conseguir ser independentes dentro de espaço hospitalar. Tipo assim, coisas que não têm nada a ver umas com as outras, mas a base acaba por estar lá, criar alguma coisa que interaja com o utilizador, que ajude o utilizador, basicamente é isso. Então é engraçado porque cruzam-se aqui áreas que não têm nada a ver, mas que depois no fim dão coisas muito giras.

33:23

Filipa Cardoso

Muito interessante.

33:24

Clara Alvelos

É engraçado. Na parte teórica tive que fazer estudo do que é que já existe que cruze o design e a interação com a violência sexual. Se tiveres curiosidade, depois também te posso mandar. Pois aí existe muita coisa da minha área a cruzar com esta. Tipo, coisas muito giras. Tipo, jogos interativos para casais em que uma pessoa foi vítima e quer restabelecer a sua sexualidade. Que tem a ver com a respiração e depois o dispositivo dá o ritmo da respiração e assim coisas giras, giras. Eu posso te mandar depois se tiveres curiosidade assim quando tiveres tempinho no telemóvel. Eu acho que é interessante.

34:13

Clara Alvelos

Pronto, depois desta perguntinha das cores tenho bocado a mesma pergunta com a apresentação de imagens, que era uma coisa que estávamos a falar há bocado da Pava, que há imagens que acho que são bocado fortes e que podem disputar insegurança e não é isso que nós queremos quando a pessoa chega à plataforma. Portanto, ter cuidado com essa apresentação, do tipo de imagens que aparecem.

34:43

Filipa Cardoso

Eu penso que sim. E vai ao mesmo exemplo que a questão do testemunho, que é, nós colocamos uma imagem, vamos escolher, por exemplo, homem que está pisada. As vítimas que não estão pisadas, por exemplo, há desvalorização. Sem contar, por exemplo, com os próprios, aqui mesmo na parte, os próprios agressores. Não se identificarem com aquele comportamento, porque não o fizeram. E há toda uma vitimação que não precisa ter esse tipo de marcas visíveis. E é a questão de que... As imagens poderão aqui ajudar num outro tipo aqui de sentimentos que não o de medo, o de... Porque o querem demonstrar é chocar para...

35:36

Filipa Cardoso

E isso já se percebe em algumas situações é importante, mais até técnicos, nós como técnicos é importante perceber algumas marcas mas em termos de população em geral não é grande diferença, só assusta E depois a questão é se causa, noutras vítimas, desânimo de ou aquilo já aconteceu e é só triste porque uma pessoa ver que aquilo aconteceu não causa, pronto, é isto, identificação. Não vai ser isso que, pronto, aquela pessoa tem também uma marca, por isso vou procurar ajuda. Se fosse isso, mas em termos psicológicos ficava exatamente o contrário. A desesperança e, pronto, isto realmente também acontece. Não há aqui reforço positivo de todo. E as imagens podem cair. E sem contar que podem fruir suscetibilidades e atrapalhar na restante informação. Se temos aquela imagem, nós vamos focar muito mais naquela imagem do que no que está a dizer ao lado.

36:38

Filipa Cardoso

E vai descurar por todo. Agora, outras imagens são importantes, novos contextos. Numa plataforma, penso que... Isto depois é muito controverso. Há várias opiniões e isto é notório. Até porque nas formações depois vê-se... As pessoas às vezes dizem sim, outras dizem que não. Se souber aqui mediar bocadinho a

questão, Agora, falo também por questões pessoais. Eu consigo estar num sítio onde só tenho imagens. Claro. Ou mesmo que seja uma divulgação fantástica.

37:18

Clara Alvelos

Claro.

37:19

Filipa Cardoso

Como já foram algumas, há pavo. E outras que vemos uma noiva toda pisada. Pronto, eu já sei que uma vítima é assim. Não preciso ficar com aquela imagem. E também não é por causa disso que eu vou decorar o número, por exemplo. Que era uma questão importante. Eu gostava de saber o número de cor. E nem consigo olhar bem para os números que estão ali no meio das mechas pretas. Acho que tem que se pensar bocadinho. O chocar já teve o seu propósito e eu acho que o falar ou o apelar de que aquilo acontecia e para tornar gringo, nós devemos avançar agora pela fase. Agora que já estamos a falar em masia. Já percebemos que as vítimas procuram ajuda, mas que por vezes têm receios. Se continuarmos com este discurso, elas vão continuar a ter.

38:09

Filipa Cardoso

E não ter esta desesperança, por isso acho que a plataforma devia ser... Pai, eu concordo.

38:14

Clara Alvelos

Estamos em sintonia, estamos em sintonia. Eu concordo.

38:16

Filipa Cardoso

Ótimo.

38:17

Clara Alvelos

E nem era suposto, se não concordares com alguma coisa que eu diga, é mesmo para discordares, mas eu concordo.

38:23

Filipa Cardoso

Sim, sim.

38:24

Clara Alvelos

Eu também tive que fazer uma espécie de rascunho do que é que seria a plataforma. E eu não usei nenhuma imagem que fosse relacionada com violência sexual. Fui estudar sobre imagens que transferissem a sensação de calma. Então acabei por pôr uns vídeos do mar a mexer e assim. Não tinha nada a ver, quase nem parecia uma plataforma sobre isto. Mas depois tu ias ler, ias interagindo e percebias o

que é que era e onde é que podias pedir ajuda. Então nessa parte das imagens eu também acho que podem ser trigger de emoções negativas e de memórias e que acho que não é para mim. Assim, a última coisinha, antes de só daqui...

39:09

Filipa Cardoso

Mas está menos de minuto.

39:10

Clara Alvelos

Pois é! Então voltamos já, antes de começar esta parte.

39:13

Filipa Cardoso

É, ok. Até já.

39:15

Clara Alvelos

Até já. Boa, estamos de volta. Queres-me ouvir? Bem?

40:23

Filipa Cardoso

Sim, sim. A mim também.

40:25

Clara Alvelos

Boa, assim está perfeito. Agora já vi que já estamos aqui há uma hora e que estou a abusar bocadinho, portanto já cortei. Por acaso estou... Cortei aqui umas perguntas para não te... Por tempo.

40:35

Filipa Cardoso

Esta semana estou mais descontraída. Ok. É raro, por isso estou a aproveitar.

40:41

Clara Alvelos

Boa, obrigada por me dares este tempinho. Eu já, agora selecionei as perguntas, tipo risquei umas que não são tão importantes, que é para te poupar bocadinho de tempo. Pronto, basicamente agora eu queria entrar no que realmente é a base da minha tese, que é a interação. Interação pode ser, quando nós falamos, por exemplo, de requisitos da plataforma e interação dentro da plataforma, podem ser, por exemplo, features, tipo chats, videochamadas, mensagens de apoio, Por exemplo, chatbots de inteligência artificial, este tipo de coisas mais técnicas que podem haver nas plataformas. Então, fiz aqui umas perguntinhas sobre essa parte. E a primeira é, se consideras que podia ser benéfico que as vítimas pudessem interagir entre si mesmo que anonimamente. Ou seja, haver chat ou fórum, uma coisa do género, onde elas pudessem falar.

41:52

Filipa Cardoso  
Fórum?

41:54

Clara Alvelos

Não sei. Se não é benéfico. Não tem que ser. Pode não ser benéfico se, por exemplo, se é preciso entrar alguém para mediar.

42:05

Filipa Cardoso

Pois é, eu acho que seria benéfico se houvesse fórum inicial. Por exemplo, falo pelo grupo das vítimas, que não fui eu que organizei, mas quando estava lá tinham acabado de organizar. E elas falam que surgiu ali x pessoas que se identificaram e que até ficaram mantiveram contatos, porque até viram que elas combinaram algo extra, ou seja, foram tomar café. Isso foi interessante, mas foi porque houve grupo mediado antes e que depois, ou seja, aquelas vítimas primeiras já foram expelidas de uma certa forma, porque estavam todas num certo patamar, ou seja, já estavam na tal recuperação que se fala aqui, ou seja, não estavam em situações muito diferentes, que isso é importante, e depois havia uma outra vítima que estava em situação diferente, mas que não interferia, essa diferença não interferia aqui com as interações. Porquê?

43:13

Filipa Cardoso

Porque o serviço acaba por ter, e neste caso a plataforma vai ter responsabilidade num tipo de interações que vai resultar dali. Depois, claro que não vão, se correr mal, não vão dizer à plataforma, isto correu pessoalmente mal e foi a plataforma a culpa, mas é mais pensarmos, eu acho que é sempre a jogada de benefício e malfício, que depois pensarmos, até que pode ser interessante, mas acho que quanto mais opiniões reunir sobre essa questão, melhor, por exemplo. Mesmo os próprios especialistas dizerem, pessoas que já trabalharam em outros contextos e com muitos grupos, perceber-se aqui o que é que funciona ou não. Porque há situações que eu, à partida, acharia de todo arriscado, mas depois arriscando, depois corre bem. E mesmo quando corre bem, quando corre não tão bem, Há benefícios a retirar da prisão.

44:16

Filipa Cardoso

No caso do Teatro Fórum, que é teatro para-sa-meia e as pessoas interferem na pressa de teatro. Já havia a correr muito mal, ou seja, de haver uma pessoa que como foi vítima, interferiu e houve ali uma acentuação total. A pessoa começou a chorar. Mas depois fomos a ver e pronto, mas no final não correu assim tão mal, porque retira-se dali Agora, há noutras situações em que quando não corre tão bem, os maluquices também têm consequências.

44:49

Clara Alvelos

Bem, aqui por exemplo, podia haver uma... O que estavas a dizer, uma espécie de seleção, ou seja, a plataforma conseguia selecionar ou agrupar as pessoas que achava que fazia sentido poder conversar e não ser uma

coisa garantida. Toda a gente vai para o fórum e é completamente livre.

45:11

Filipa Cardoso

Exatamente, isso já seria interessante, porque talvez a inclusão artificial faria grupos interessantes. Por exemplo, o chat que falaste agora, como se fosse .. E mesmo da questão de todas as informações, por exemplo, as vítimas querem escrever lá alguma coisa. Ser idêntico aos chats em política, realmente, quando se escreve, aquilo reúne monte de informações que já percebemos que é feibinho. É assustador. É, mas vamos agrupar a eles, porque a verdade é que, pronto, mas seja algo desse género, em que uma pesquisa rápida conseguiria, e até nos próprios chats.

45:52

Clara Alvelos

A tirar uma dúvida, e eu estou sempre a falar da teoria, mas no fundo ando afogada nela nos últimos meses, mas eu li muitos artigos sobre o facto das vítimas sentirem muito mais à vontade para falarem com chatbots de inteligência artificial, pedirem ajuda aos chatbots, do que se souberem que a outra pessoa é humano.

46:13

Filipa Cardoso

É humano, exatamente. E isso tem toda a lógica. Estamos a falar de pessoas que, de facto, Tenho, primeiro, muita dificuldade em confiar no outro, tenho muitas insegurezas, muitos medos e vergonha. Depois, tudo associado. Fica aqui uma bola que é assustadora.

46:35

Clara Alvelos

E vem aqui uma oportunidade de conseguir. E hoje em dia, então, com estes artigos, até eram antigos, mas com o chat de GPT, elas até conseguem ter informação.

46:43

Filipa Cardoso

É isso, exatamente.

46:44

Clara Alvelos

Feed-digna, era o que estavas a dizer. Podia ser uma hipótese também ter uma espécie de uma janelinha, tipo de chat que é uma inteligência artificial e que eu posso perguntar, tipo, olha, é normal isto? Ou eu sinto-me assim, o que é que eu faço? E se cá o próprio chat reencaminhar, tipo, olha, vai a esta página que está lá psicólogo. Por isso, eu acho que também seria.

47:09

Filipa Cardoso

Interessante, apesar de que o psicólogo vai ser uma da mesma.

47:15

Clara Alvelos

Pois, exato. Claro, claro. Isto tem que ser tudo, eu já percebi que isto tem que ser tudo muito bem mediado e de mão dada com alguém da tua área, porque há aqui muitas cenas que eu não tenho capacidade Para se ilustrar ou para perceber como é que apresenta, e lá está, é muita responsabilidade. Mas pronto, estamos só a fazer brainstorm do que é que podia... Sim, sim. O que é que podiam ser as interações.

47:39

Filipa Cardoso

Depois as questões vão surgindo e vão... E depois é assim, a plataforma começará inicial, ou seja, será uma das primeiras até a ser mais estruturada. Poderá ser simples ao início e depois.

47:54

Clara Alvelos

Vai-Se... Para o doutoramento.

47:58

Filipa Cardoso

Exato, para o doutoramento.

48:00

Clara Alvelos

Pois, vamos ver. Eu gostava muito que no fim desse, para programar a mesma plataforma em L.A. Existir, isso era espetacular. Mas, agora para o mestrado, se eu apresentar uma proposta de isto é o meu protocolo, já é bom. Mas eu gostava muito que isto dia fosse real, era muito fixe. Pronto, e assim, a última pergunta era que características ou funcionalidades deste género que estávamos a falar ou que tu vês noutros sites, tipo quaisquer, que pudessem melhorar, tipo, esta experiência da utilizadora com o site, porque não é uma utilizadora qualquer, é uma utilizadora que está nessa bola que tu falaste, não é? Se não surge nenhuma, característica está tudo bem, também não precisa ter isto de te lembrares. É normal que não te lembras. Depois, se quiseres, podes me... Se te lembrares de alguma coisa, podes me dizer, ou me mandar hello pelo LinkedIn.

48:58

Clara Alvelos

Mas há alguma coisa, depois desta conversa que te vem à cabeça, de funcionalidades que a plataforma pode ter. Ou seja, característica... E funcionalidades, tipo... Vou ver exemplos. Estas mensagens de apoio, ou o chat, ou... Mesmo o próprio reencaminhamento para associações e os psicólogos já é uma funcionalidade. A parte do apoio musual já é uma funcionalidade. Já falámos de muitas, é só assim para acabar.

49:34

Filipa Cardoso

Eu acho que se, por exemplo, a plataforma, se olhasse para a plataforma, e se conseguisse perceber as várias funcionalidades, ou seja, a vítima olhar e ser simples de perceber, tem de ser uma plataforma onde eu obtenho informação, posso falar com pessoas, posso pesquisar quais são as instituições, posso pesquisar quais são os apoios, ou seja, ser algo em que se enlha e

se consegue perceber exatamente o que Isto não sempre passa, não é?

50:09

Clara Alvelos

É, claro, mas sim, é isso, é perfeito. Nós também já falámos de algumas, era só aqui para fazer o resumo de.

50:16

Filipa Cardoso

Tudo o que já falámos. Mas geralmente não fosse institucional, mas a pessoa, percebendo que estão aqui envolvidas instituições, por exemplo, mesmo a questão da temática, perceber que é para vítimas de violência sexual, Saber aqui, de uma forma criativa, como é que vamos escamufiar a pessoa. Tipo, olha, identifica claramente, mas não percebe. Ou seja, não ser algo assim tão chocante ou tão...

50:47

Clara Alvelos

Assustador.

50:49

Filipa Cardoso

Desafio.

50:51

Clara Alvelos

Exato. Pronto, eu acho que é isso. Também já falámos aqui dos perigos, tipo desafios e riscos. Já falámos muita coisa que eu não perguntei, mas depois a conversa dá-se e já já abordámos.

51:08

Filipa Cardoso

Sim, sim.

51:09

Clara Alvelos

Sim, também qualquer coisa, também estás à vontade. Obrigada.

Não, eu acho que está, falámos aqui da quão importante é garantir a confidencialidade e mesmo permitir o anonimato, portanto, da plataforma está, acho que já falámos de tudo. Obrigada por este tempinho.

51:31

Filipa Cardoso

De nada.

51:32

Clara Alvelos

Tenho só duas, são duas perguntas.

51:34

Filipa Cardoso

Sim, sim.

51:35

Clara Alvelos

Há bocado estava-te a dizer que dos métodos que eu vou usar é o Design Workshop, portanto é workshop que vai ser realizado online. Com as vítimas e que, se Deus quiser, ou se conseguir que corra bem, que tenha uma psicóloga também a mediar, para se for preciso, se alguém, se acontecer alguma coisa, ou se for preciso ir para uma sala em privado conversar, ou para estar ali bocado como estabilizadora do workshop, porque pode ser, pronto, era o que estavas a dizer, há pessoas assim, há pessoas assadas, há pessoas que tiveram uma experiência, é importante que haja pessoas a mediar. Eu vou fazer isto, a ideia é fazer isto numa plataforma que eu não sei se tu conheces, que é o Miro. É mais design, mas é normal que não tenhas ouvido falar. Mas eu posso partilhar.

52:26

Clara Alvelos

Enfim, é uma plataforma que dá para, é espaço branco, dá para pôr post-its, imagens, desenhar por cima.

52:34

Filipa Cardoso

Eu acho que já sim.

52:35

Clara Alvelos

É assim muito livre, muito criativo, podes pôr stickers, podes pôr...

52:41

Filipa Cardoso

Eu não sei, mas acho que isto é da Google. Também tem slides.

52:48

Clara Alvelos

Acho que agora há imensas. Eu propus o Miracle.

52:51

Filipa Cardoso

Acho que isto é da Google.

52:53

Clara Alvelos

Há FigJam, há do Google.

52:55

Filipa Cardoso

Há isso.

52:57

Clara Alvelos

Acho que é isso. Então é mesmo isso. É exatamente a mesma coisa. É espaço livre para trabalhar, para fazer brainstorming. Nesse Miro, em específico, quando tu entras, tu não precisas de te identificar e ficas tipo, podes ser a Raposa Verde ou o Pássaro Roxo, a própria plataforma traz esse anonimato, que eu achei interessante. Então, a ideia não é falar sobre as experiências e estar a tocar no assunto, porque não sou psicóloga e acho que não tenho nem capacidades para gerir uma coisa desse género, mas apresentar, se calhar, as minhas ideias e aquilo que eu agora vou reunir nas entrevistas e dizer, olha, achas que isto resulta, gostas desta cor, gostas da forma como isto está apresentado? Ser mais à volta da plataforma do que do próprio tópico.

53:55

Clara Alvelos

De qualquer forma, não deixam de ser pessoas vulneráveis e eu vou ter que ter alguns cuidados durante esse workshop. Há alguma dica que me possa ajudar de como lidar com a interação com as vítimas? Que estratégias é que posso usar para elas colaborarem comigo, para sentirem confortáveis? Como é que posso iniciar a conversa sem haver constrangimentos? Alguma dica para eu gerir o workshop?

54:27

Filipa Cardoso

Primeiro apresentar-se e seres o mais natural possível e mostrar-se o teu interesse. Ou seja, até se quiseres dizer alguma coisa mais pessoal, por exemplo, acho que às vezes é importante dizer quem tu és, onde és e o porquê de surgir na tua vida. E acho que ao início, se as pessoas falarem, isto vai ser mais interativação, as pessoas vão falar.

54:53

Clara Alvelos

Sim, vai ser com zoom também e ao mesmo tempo estamos no miro, com a videochamada. Quem quiser estar anónimo, entra sem nome, sem foto, como quiser e quem quiser falar e já estiver disponível para conversar, já tenho uma amiga minha que se disponibilizou e quer mesmo participar, dar a cara super aberta. Pode estar a falar comigo, entre nós. Ou também podem estar só a escrever no Miro e não saber quem é. Pronto, basicamente é isso.

55:26

Filipa Cardoso

Eu acho que é importante, por exemplo, fazeres uma dinâmica de grupo. Ao início, por exemplo, pedires para cada pessoa dizer uma palavra que é capaz de escrever, por exemplo. Ou utilizar, por exemplo, uma personagem que goste e ficar, a pessoa fica, ao invés de pôr seu nome, põe o nome dessa personagem.

55:47

Clara Alvelos

Que era giro.

55:48

Filipa Cardoso

Que era giro. E acho que é importante isso. Criar, através destas pequenas brincadeiras, as pessoas vão criando estes pequenos laços, mesmo que sejam tentáveis. E nós ficávamos bocadinho legal, ficávamos a questão pessoal, é nesse sentido. E dizer, a minha personagem principal é esta, porque acho que tem a ver com a pessoa que sou. Se vocês pudessem também partilharem assim, e para as pessoas novas tinha isso.

56:16

Clara Alvelos

É muito boa a ideia, obrigada. Também estava a pensar que, pronto, como pode ser difícil para as vítimas até confiar em mim, porque estamos aqui a falar de tópico difícil para elas, pensei que pudesse organizar o workshop, não em muitos dias, mas pelo menos em dois. Da apresentação, para saberem quem eu sou, o que é que eu estou a fazer, também sentirem-me bocado. A minha dinâmica e como é que eu falo. E lá está a SEGA a fazer aqui mais uma estratégia de nos apresentarmos e sentirem que estão num safe space, sem julgamentos. E só depois, no outro dia, fazer o exercício. Mesmo que demore mais tempo para ter disponibilidade das pessoas, porque são dois dias. Mas, se calhar, isto ser bocado mais faseado.

57:08

Filipa Cardoso

Claro, sim. Resultaria melhor do que logo... Isto também é muito pesado. Sim, sim. E até para elas conhecerem, digerirem depois. E depois mesmo na segunda sessão fazer outra brincadeirazinha inicial. Às vezes são coisas muito rápidas, mas que são importantes aqui para quebrar o gelo.

57:28

Clara Alvelos

Pronto, eu acho que... É isso. Está tudo. Obrigada. Obrigada, sério. Eu estou assim tipo mega grata pela simpatia, pela disponibilidade, por tudo. Isto veio assim uma luzinha, porque às vezes até fica dark. Fica difícil. Isto veio assim uma luzinha, sério. Não se vê. Tu foste bué uma luz, obrigada por teres gasto tanto tempo comigo, mas acredita foi bué valioso, bué valorizado, está mesmo aqui guardado no meu coração, obrigada.

58:10

Filipa Cardoso

Eu agradeço, agradeço, obrigada à associação, nós estamos completamente disponíveis. Se algum dia vieres a Europa, fazes o que quiseres.

58:16

Clara Alvelos

Olha que tipo, eu vou, tipo se tu me convidares, eu estou aí, eu vou. Se pudermos, tipo, se for para falar com outras pessoas e falar contigo, eu estou aí. Eu tenho carro, faço uma sandocha e vou ver. É sério que vou. Eu digo logo que sim.

58:36

Filipa Cardoso

Não, faz à vontade. Nós, por acaso, aqui, com as vítimas, não. Mas

# Apêndice E – Consentimentos das Entrevistas exploratórias

## Consentimento informado permitindo uso de dados na investigação de Mestrado em Design de Interação – Clara Alvelos

*(Entrevista sobre plataformas online para a recuperação de vítimas de violência sexual)*

É-lhe solicitada a sua participação na entrevista sobre **plataformas online para a recuperação de vítimas de violência sexual**, e a sua autorização relativa ao uso dos dados recolhidos na mesma, que integrará a investigação conduzida pela mestranda Clara Alvelos **no âmbito do Mestrado em Design de Interação** na Faculdade de Arquitetura da Universidade de Lisboa. Esta investigação dará origem ao Projeto Final do mesmo.

### **PROPÓSITOS DO ESTUDO**

O fim último da análise dos dados resultantes da entrevista é obter conhecimento sobre plataformas online e como ajudar/apoiar na recuperação de vítimas de violência sexual. A caracterização destes processos é um ponto central da análise, assim como a natureza da intervenção do design de interação nos mesmos.

Deverá ler a informação abaixo apresentada e formular as perguntas sobre o que lhe suscitar dúvidas antes de decidir participar ou não nesta investigação.

### **PARTICIPAÇÃO E UTILIZAÇÃO DE DADOS**

A participação neste estudo é estritamente voluntária: pode escolher ou não participar. Caso escolha participar, pode interromper a sua participação em qualquer momento sem necessitar de prestar qualquer justificação.

A sua anuência à utilização dos dados recolhidos por parte da investigadora é completamente voluntária.

### **GRAVAÇÃO E CONFIDENCIALIDADE**

A entrevista será gravada e transcrita. A transcrição será utilizada o projeto final de mestrado apenas após a sua autorização.

Os seus dados e as suas respostas serão tratados apenas no contexto desta investigação, e não serão em caso algum fornecidos a terceiros. Qualquer informação obtida que tenha relação com este estudo e que possa ser identificada consigo permanecerá confidencial e só será disponibilizada após a sua permissão para tal.

Quanto à gravação áudio da entrevista, a audição por outras pessoas que não a investigadora ser-lhe-á pedido e só acontecerá após a sua permissão.

**As gravações áudio serão apagadas logo após a conclusão do mestrado da investigadora.**

Caso tenha alguma dúvida ou queira partilhar algum comentário poderá contactar a investigadora Clara Alvelos através dos seguintes contactos:

Telm.: 968 450 590 | Email: [claralvelos.98@gmail.com](mailto:claralvelos.98@gmail.com)

## AUTORIZAÇÃO / ASSINATURA

Eu, abaixo assinado, declaro que **autorizo a recolha de áudio** no âmbito da investigação de Mestrado da investigadora Clara Alvelos, e considero-me esclarecido sobre:

1. *Objetivos do estudo*
2. *Garantia de confidencialidade do estudo*

As minhas questões foram respondidas de forma satisfatória e aceito que os áudios recolhidos integrem o estudo de mestrado em causa. Foi-me dada uma cópia deste documento.

---

Nome do Sujeito

---

Assinatura do Sujeito

---

Data

Caso tenha alguma dúvida ou queira partilhar algum comentário poderá contactar a investigadora Clara Alvelos através dos seguintes contactos: Telm.: 968 450 590 | Email: claralvelos.98@gmail.com

**Pág. 1 de 1**

## ASSINATURA DO SUJEITO DA INVESTIGAÇÃO

*Eu, abaixo assinado, declaro que aceito participar voluntariamente na entrevista "Plataformas online para a recuperação de vítimas de violência sexual, compreendendo a participação que me foi solicitada e considero-me esclarecido sobre:*

- 1. Objetivos do estudo*
- 2. Garantia de confidencialidade do estudo*
- 3. Necessidade de gravar a entrevista*

*As minhas questões foram respondidas de forma satisfatória e aceito que os dados recolhidos integrem o estudo de mestrado em causa. Foi-me dada uma cópia deste documento.*

---

Nome do Sujeito

Assinatura do Sujeito

---

Data

## ASSINATURA DO INVESTIGADOR

*No meu julgamento o sujeito é voluntário e possui capacidade legal para, após análise e subscrição deste consentimento informado, participar neste estudo de investigação.*

---

Assinatura do investigador

Data

# Apêndice F - Design workshop Piloto



### Vamos desenhar a nossa plataforma?

Pedido de ajuda

**Precisas de ajuda?**

**Liga**  
967721243 (607121243)  
Linha de Apoio 24h

**Escreve**  
claravercini@gmail.com Apertado 1500  
Linha de Apoio 24h

Forum de partilha

**TEXTO PARA INCENTIVAR A PARTICIPAR NO CLUBE.**

**Informações**

ASSOCIAÇÕES QUE TE PODEM AJUDAR.

Recursos

**Recursos**

Recursos

**About**

**Sobre Nós**

Exercícios p acalmar

**Vamos acalmar?**

Exercícios p acalmar

**Frame 8**

### podes desenhar em grupo ou sozinha !

# Apêndice G - Design workshop - Notas

Notas de campo – Workshop 1

Data: 23 de fevereiro de 2024

Número de participantes: 5 mulheres com vivências diretas de violência sexual

Formato: Workshop online com momentos de escrita individual, partilhas em grupo e discussão orientada.

Objetivo: Explorar as experiências das participantes e recolher sugestões para o desenvolvimento de uma plataforma de apoio digital.

Início da sessão

A facilitadora iniciou o workshop com uma breve introdução. Procurou clarificar o objetivo do encontro e assegurar que cada pessoa teria liberdade para participar apenas até onde se sentisse confortável.

As participantes foram convidadas a escrever em cartões respostas a três perguntas, trabalhadas num primeiro momento individual.

Escrita individual e partilhas

Após a escrita silenciosa, a facilitadora sugeriu uma partilha aberta.

Inicialmente houve hesitação, mas uma das participantes quebrou o silêncio e falou sobre a dificuldade em verbalizar experiências anteriores:

“Sinto que se falo disto, não consigo continuar funcional.”

Outras participantes concordaram com um aceno ou expressões similares. Uma segunda participante acrescentou:

“No meu caso, houve muito tempo em que achei que o que me aconteceu nem sequer era violência.”

Este comentário levou à partilha de vivências relacionadas com a invisibilidade e a normalização da violência. Discutiu-se como a ausência de uma linguagem clara para nomear o que se viveu dificultava o reconhecimento da própria experiência como violenta.

Tema: Justiça e sistemas formais

As participantes expressaram desconfiança profunda em relação à justiça e às instituições.

Uma das intervenções destacou:

“Só o facto de teres de dizer o que aconteceu já é traumático.

Depois dizem-te que não tens provas.”

Outra participante acrescentou:

“O sistema faz-nos duvidar do que aconteceu. Parece que é mais fácil deixar para trás.”

A sensação de revitimização ao tentar aceder à justiça foi partilhada por mais do que uma pessoa.

Tema: Partilha, humor e distanciamento

Ao longo da sessão, surgiram momentos de distanciamento

emocional através do uso de humor e ironia.

Uma participante disse, em tom sarcástico:

“Dava para fazer um podcast: ‘Como ser violada e continuar funcional’.”

Outra participante comentou:

“É mais fácil quando se torna uma história. Como se não tivesse acontecido a mim.”

As partilhas revelaram uma tensão entre a necessidade de contar a história e a necessidade de manter distância emocional como forma de proteção.

Tema: Vontade de partilhar, mas com controlo

Uma das ideias mais fortes foi a de querer partilhar, mas apenas em condições seguras:

“Era importante ter onde partilhar, mas só quando eu quisesse, como quisesse.”

“Às vezes queria escrever, mas não queria que ninguém lesse.

Outras vezes, queria que lessem, mas sem saber que era eu.”

Estas frases revelam uma procura por espaços de expressão íntimos, opcionais e com controlo total sobre a exposição.

Atividade de imaginação: “Como seria uma plataforma que ajudava?”

A facilitadora propôs que cada pessoa escrevesse, num novo cartão, ideias para uma plataforma digital que pudesse ter feito a diferença nas suas vidas.

As respostas foram lidas em voz alta, uma a uma, por cada autora.

Sugestões e comentários recolhidos:

- Partilha anónima e segura

“Um sítio onde posso escrever o que me aconteceu sem ter de mostrar a cara.”

“Ter a opção de não guardar tudo só para mim, mas sem ser julgada.”

- Espaço de acolhimento emocional

“Uma plataforma que me diga: ‘É normal sentir isto. Não estás sozinha.’”

“Só a presença de outras já seria uma ajuda.”

- Mapa de locais seguros

“Poder ver sítios na cidade onde outras já foram bem atendidas.”

“Uma lista de pessoas que sabem lidar com isto.”

- Ferramentas de escrita guiada

Algumas participantes imaginaram uma área da plataforma onde pudessem escrever com apoio de sugestões empáticas — tipo perguntas ou frases que ajudassem a desbloquear o que sentem.

Encerramento e impressões finais

Nos momentos finais, surgiu um sentimento coletivo de validação e pertença.

“É a primeira vez que falo disto com outras pessoas que passaram pelo mesmo.”

“Faz diferença sentir que não estou a exagerar.”

“Aqui percebi que o que vivi importa. Que não sou só eu.”

A facilitadora agradeceu as partilhas e reforçou que o que foi dito permaneceria confidencial e teria impacto real no desenvolvimento da plataforma.

# Apêndice H - Design workshop

## Consentimentos

### **Consentimento informado para a participação no Design Workshop, permitindo a análise dos resultados na investigação de Mestrado em Design de Interação – Clara Alvelos**

*(Design Workshop sobre plataformas online para a recuperação de vítimas de violência sexual)*

*É-lhe solicitada a sua participação na entrevista sobre **plataformas online para a recuperação de vítimas de violência sexual**, e a sua autorização relativa ao uso dos dados recolhidos na mesma, que integrará a investigação conduzida pela mestranda Clara Alvelos **no âmbito do Mestrado em Design de Interação** na Faculdade de Arquitetura da Universidade de Lisboa. Esta investigação dará origem ao Projeto Final do mesmo.*

#### **PROPÓSITOS DO ESTUDO**

*O fim último da análise dos dados resultantes da entrevista é obter conhecimentos sobre quais as melhores decisões de Design a tomar para a criação de uma plataforma online e como ajudar/apoiar na recuperação de vítimas de violência sexual. A caracterização destes processos é um ponto central da análise, assim como a natureza da intervenção do design de interação nos mesmos.*

*Deverá ler a informação abaixo apresentada e formular as perguntas sobre o que lhe suscitar dúvidas antes de decidir participar ou não nesta investigação.*

#### **PARTICIPAÇÃO E UTILIZAÇÃO DE DADOS**

*A participação neste estudo é estritamente voluntária: pode escolher ou não participar. Caso escolha participar, pode interromper a sua participação em qualquer momento sem necessitar de prestar qualquer justificação.*

*A sua anuência à utilização dos dados recolhidos por parte da investigadora é completamente voluntária.*

#### **GRAVAÇÃO E CONFIDENCIALIDADE**

*O workshop não será gravado nem transcrito com o objetivo de manter confidencial a identidade das participantes.*

*As suas respostas ao workshop serão tratadas apenas no contexto desta investigação, e não serão em caso algum fornecidos a terceiros. Qualquer informação obtida que tenha relação com este estudo e que possa ser identificada consigo permanecerá confidencial e só será disponibilizada após a sua permissão para tal.*

*Caso tenha alguma dúvida ou queira partilhar algum comentário poderá contactar a investigadora Clara Alvelos através dos seguintes contactos:*

Telm.: 968 450 590 | Email: [claralvelos.98@gmail.com](mailto:claralvelos.98@gmail.com)

## ASSINATURA DO SUJEITO DA INVESTIGAÇÃO

*Eu, abaixo assinado, declaro que aceito participar voluntariamente no design workshop desta investigação, compreendendo a participação que me foi solicitada e considero-me esclarecido sobre:*

*1. Objetivos do estudo*

*2. Garantia de confidencialidade do estudo*

*As minhas questões foram respondidas de forma satisfatória e aceito que os dados recolhidos integrem o estudo de mestrado em causa. Foi-me dada uma cópia deste documento.*

---

*Nome do Sujeito*

---

*Assinatura do Sujeito*

---

*Data*

## ASSINATURA DO INVESTIGADOR

*No meu julgamento o sujeito é voluntário e possui capacidade legal para, após análise e subscrição deste consentimento informado, participar neste estudo de investigação.*

---

*Assinatura do investigador*

---

*Data*

# Apêndice I – Resultados detalhados do design workshop

## Requisitos da Plataforma

Relativamente aos requisitos da plataforma, tanto a psicóloga Ana Petrucci como Filipa Cardoso destacaram a importância de incluir informações sobre associações que trabalham na área da VS, bem como sobre profissionais especializados: psicólogos especialistas em trauma, psiquiatras, ginecologistas, com especificidades sobre o que fazem e onde podem ser encontrados. Ambas sugeriram que o encaminhamento direto para serviços especializados constitui um requisito essencial e urgente.

Em articulação, a técnica Mariana Maia salientou a importância da plataforma fornecer informação clara sobre onde e como as vítimas podem procurar apoio, convergindo com a perspectiva de Ana Petrucci. A mesma recomendou ainda a inclusão de conteúdos sobre trauma, referindo o website de Jim Hopper<sup>1</sup> como recurso de referência. Defendeu que a plataforma deve informar sobre as reações comuns à violência sexual, de modo a desconstruir mitos e promover a autoaceitação e a desculpabilização. Sublinhou que fornecer este tipo de informação é, em si, uma forma de empoderamento.

Ana Petrucci sugeriu ainda a inclusão de apoio legal na plataforma, nomeadamente através de contactos com juristas preparados para trabalhar nesta área e possíveis parcerias com entidades como a APMJ. Demonstrou também preocupação com a inclusividade, recomendando a adaptação da plataforma para vítimas invisuais e/ou surdas/mudas.

A assistente social Mariana Maia reforçou que a informação disponibilizada deve ser prática e direta, com orientações claras sobre os procedimentos a seguir em caso de agressão. Referiu que as associações têm zonas de atuação distintas e que, consoante a área de residência, trabalho ou morada fiscal, o encaminhamento poderá variar. Sugeriu a adaptação de instrumentos de despiste

.....

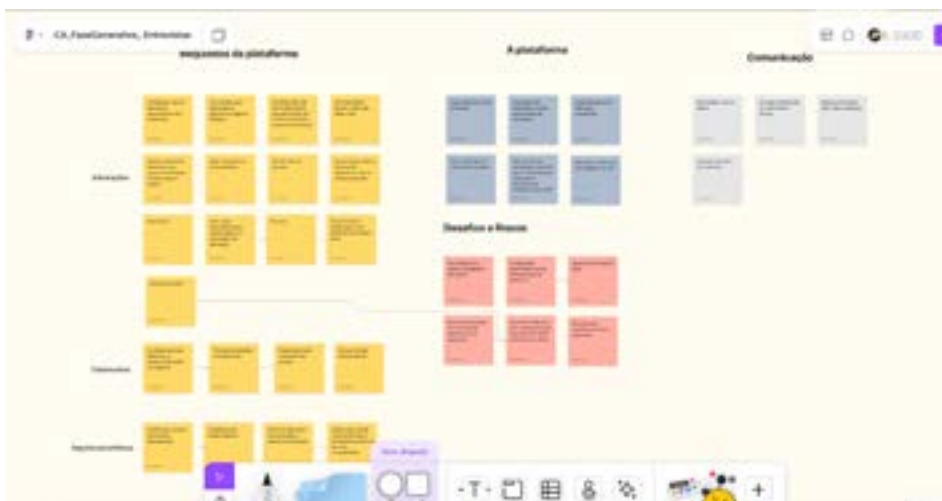
<sup>1</sup> Página online referida - <https://jimhopper.com/topics/sexual-assault-and-the-brain/>

utilizados por técnicas de apoio à vítima para a plataforma, permitindo, por exemplo, que a confirmação de determinados indicadores leve automaticamente ao encaminhamento para serviços adequados. Defendeu também a necessidade de explicitar os tipos de apoio prestados e os direitos das vítimas. É possível visualizar alguns dos *insights* retirados desta entrevista na Figura seguinte.



A psicóloga Filipa Cardoso destacou que a informação na plataforma deve ser fidedigna, segura e assegurada por profissionais de confiança, garantindo um atendimento sigiloso. Reforçou que toda a informação partilhada pelas vítimas deve ser mantida confidencial e que os processos não devem ser burocratizados nem exigir autorizações desnecessárias. Também sugeriu a disponibilização de apoio jurídico, nomeadamente através de links para a Ordem dos Advogados e informações sobre o como proceder no caso de processo criminal. Salientou ainda que a informação da plataforma deve ser positiva, acolhedora e clara.

Quanto aos testemunhos, advertiu que podem funcionar como elementos desencadeadores de *triggers*, dado que cada vítima tem experiências e sensibilidades distintas. Caso sejam incluídos, deverão ser cuidadosamente moderados e contextualizados. Enfatizou a necessidade de garantir que os profissionais envolvidos são qualificados e empáticos, e de explicar claramente o que é o sigilo e como funciona. Destacou ainda que é normal não se estabelecer de imediato compatibilidade com um profissional e que isso deve ser normalizado na comunicação. Nas figuras estão representados alguns dos contributos mais relevantes extraídos desta entrevista.



## A plataforma

De acordo com Mariana Maia a plataforma pode ser útil tanto para vítimas como para técnicas se for bem estruturada. Para além disso, disse-nos que as vítimas têm receio de fazer queixa e aceder a plataformas com rapidez e que procuram mais plataformas após terem contacto com estruturas de apoio. Sugeri a colaboração direta com este tipo de organizações, a simplicidade no requerimento de dados pessoais e a possibilidade de encaminhar a vítima através da sua respetiva morada, para a estrutura certa, mantendo sempre o anonimato.

De acordo com Filipa Cardoso, muitas das plataformas já existentes em Portugal tomam uma forma pesada e formal. Esclareceu também que as vítimas têm dificuldade em pedir ajuda, devido a serem e estarem vulneráveis, acabando por procurar ajuda num contexto digital.

## Comunicação

No que respeita à comunicação, Ana Petrucci recomenda a utilização de uma linguagem inclusiva, alertando para a importância de evitar um registo excessivamente formal. Também Mariana Maia sublinha a necessidade de recorrer a uma linguagem simples e próxima, acessível às utilizadoras. Por sua vez, Filipa Cardoso vai ao encontro desta perspetiva, reforçando que a comunicação deve assentar numa linguagem clara, básica e não formal, de modo a garantir que a mensagem chegue a todas as pessoas, independentemente do seu nível de literacia.

## **Comunicação Visual**

A técnica de apoio à vítima Mariana Maia salientou a importância de uma comunicação visual simples, coesa e objetiva, referindo-se à relevância simbólica da cor roxa, habitualmente associada à VS. No entanto, sugeriu a utilização de uma paleta de cores pastel, dando especial destaque ao azul, por ser uma cor que transmite sensações de tranquilidade e confiança. Reforçou ainda que se deve evitar a inclusão de imagens gráficas ou impactantes de mulheres agredidas fisicamente, uma vez que estas podem suscitar reações negativas, despoletar memórias traumáticas e afastar as vítimas da plataforma.

A psicóloga Filipa Cardoso corrobora esta perspetiva, sublinhando que a cor assume um papel relevante neste tipo de projeto, dado o seu impacto emocional e simbólico. Desaconselha o uso de cores como o vermelho, tradicionalmente associado à violência ou ao perigo, e reforça a preferência por tonalidades que evoquem conceitos como “apoio” e “empoderamento”. Tal como Mariana Maia, destacou o azul como uma cor promissora, por ser simultaneamente discreta e serena. Quanto ao uso de imagens, defende que estas devem induzir calma, e não medo, afirmando que “*chocar já teve o seu propósito*” (Entrevistada 1, entrevista individual). Recomendou ainda uma leitura introdutória da obra de Eva Heller (2013), que explora a psicologia das cores e o seu impacto na perceção e no comportamento humano.

## **Interação**

Relativamente à interação na plataforma, Ana Petrucci recomendou a criação de um chat com um técnico de saúde mental como primeiro ponto de contacto, seguido pela implementação de um fórum, igualmente moderado. Sublinhou que o acesso a este fórum e, por conseguinte, à comunidade, deveria estar condicionado a um determinado nível de envolvimento ou progressão por parte da utilizadora, garantindo uma entrada gradual e consciente. Petrucci salientou ainda a necessidade de tempos de abertura definidos para o fórum e da presença de um mediador responsável por gerir a interação entre as vítimas, assegurando

o suporte emocional e psicológico das conversas e a definição clara de limites. Adicionalmente, sugeriu que as utilizadoras pudessem interagir sob a forma de avatares não identificativos, de modo a preservar o anonimato e aumentar o sentimento de segurança.

A técnica Mariana Maia foi ao encontro desta abordagem, reiterando a importância de que tanto o fórum como o chat sejam moderados por pessoas com formação específica, ou, pelo menos, com competências básicas em primeiros socorros psicológicos, capazes de facilitar a comunicação entre vítimas de forma segura e empática.

Também a psicóloga Filipa Cardoso considerou benéfica a existência de um fórum inicial, enquanto espaço seguro de reconhecimento e construção de laços entre vítimas. Defendeu, contudo, a necessidade de uma triagem, distinguindo entre utilizadoras que poderão interagir livremente entre si e outras para quem essa interação poderá não ser recomendável. Propôs ainda a inclusão de um sistema de chat baseado em inteligência artificial, nomeadamente com base no modelo ChatGPT<sup>2</sup>, que permitisse às vítimas esclarecer dúvidas e aceder a informações, sem medo de serem julgadas.

## **Design Workshop**

Relativamente ao formato e condução do workshop, Ana Petrucci defendeu que este não deve ocorrer num único momento, mas sim prolongar-se no tempo, de forma a permitir que as vítimas desenvolvam gradualmente confiança para partilhar os seus contributos. Segundo a entrevistada, essa continuidade possibilita recolher informação em tempo real e entre sessões, pelo que sugeriu a criação de uma grelha ou questionário centrado nas necessidades das vítimas. Propôs também que, no dia seguinte a cada sessão, se realizasse uma discussão ou reflexão sobre as respostas recolhidas, dando início a um processo de brainstorming coletivo. Além disso, recomendou também dividir o workshop em três momentos ou dias distintos e incluir técnicas de referência, nomeadamente uma psicóloga.

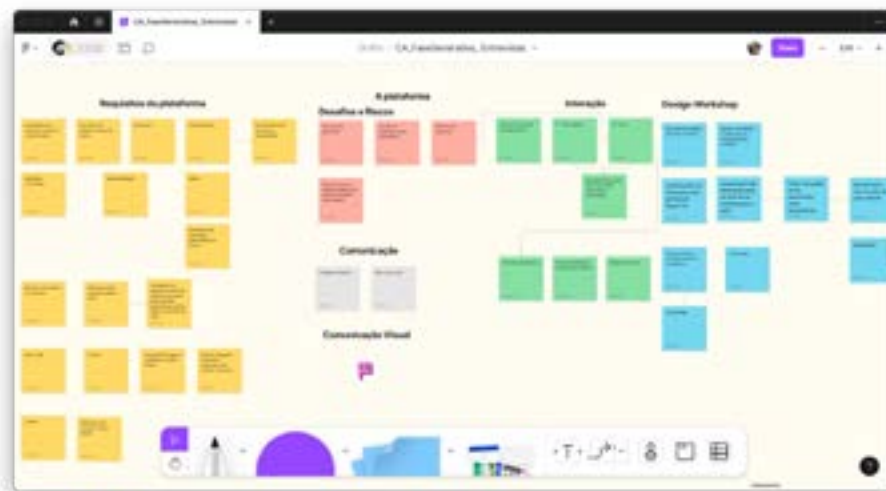
.....

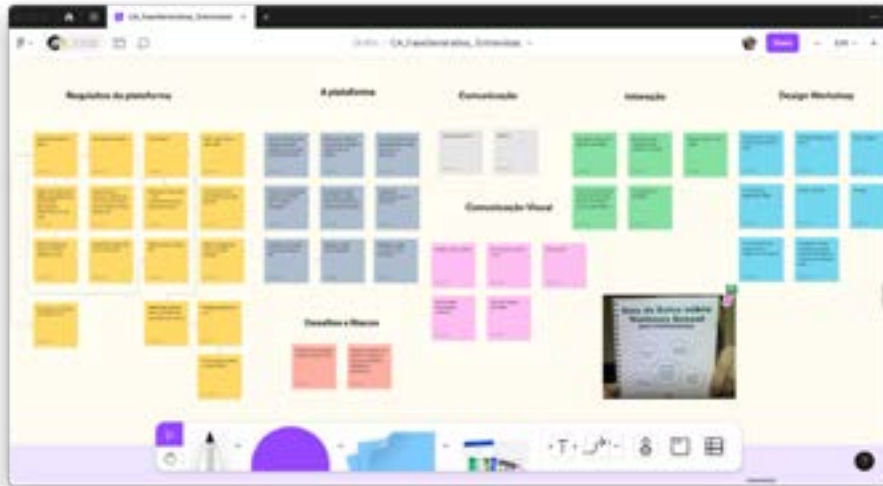
*2 ChatGPT é um modelo de linguagem desenvolvido pela OpenAI, baseado em inteligência artificial generativa, capaz de compreender e produzir texto em linguagem natural.*

Mariana Maia recomendou iniciar a sessão com uma apresentação dos facilitadores e explicitar as garantias de confidencialidade, com o objetivo de criar um espaço seguro. Enfatizou a importância de observar as expressões faciais das participantes, respeitar os silêncios e evitar qualquer pressão para a partilha. Tal como Ana Petrucci, defendeu a presença de uma técnica de apoio à vítima capaz de colaborar e encaminhar possíveis pedidos de ajuda para estruturas especializadas. Para apoiar a preparação do workshop, sugeriu a leitura do *Guia de Bolso sobre Violência Sexual para Profissionais* (AMCV, 2015).

Filipa Cardoso destacou a importância de adotar uma abordagem empática desde o início, sugerindo que os facilitadores se apresentem de forma genuína e próxima. Propôs a introdução de pequenas dinâmicas lúdicas que favoreçam a criação de laços entre as participantes, por exemplo, convidar cada pessoa a identificar-se com a sua personagem de cinema favorita e a partilhar o motivo da escolha. Tal como as outras entrevistadas, recomendou dividir o workshop em várias sessões, de forma a evitar sobrecarga emocional e permitir uma melhor assimilação das experiências por parte das vítimas.

Podemos observar, nas figuras seguintes a forma como os *insights* das entrevistas foram organizados por tópicos, bem como a representação visual dos *insights* mencionados anteriormente.





# Apêndice J - Questionário entre sessões

## Workshop VVS - entre sessões...

**B I U**  

Olá 🌟

Agradeço muito por teres concordado em participar no nosso workshop de desenvolvimento da plataforma de apoio a vítimas de violência sexual. Reconhecemos que este é um tema sensível e queremos garantir que o teu feedback seja tratado com o máximo respeito e cuidado.

As tuas respostas serão tratadas com a máxima confidencialidade.

Nenhuma pergunta é obrigatória e as respostas são anónimas!

Se te sentires confortável, partilha brevemente a tua experiência com o teu processo de recuperação após teres sido vítima (não precisas de responder sobre a nada que não estejas confortável em falar)

Texto de resposta longa

Sentiste que não estavas a ser atendida adequadamente após a tua experiência de violência sexual e durante o processo de recuperação?

Texto de resposta longa

Que tipo de ajuda sentiste que precisavas ou ainda precisas para lidar com tudo o que passaste?

Texto de resposta longa

Quais foram os maiores obstáculos ou problemas que enfrentaste durante o teu processo de recuperação (ou que ainda estás a enfrentar) ?

Texto de resposta longa

Que tipo de recursos ou funcionalidades gostarias de ver na plataforma de apoio a vítimas de violência sexual?

Texto de resposta longa

Há mais alguma informação ou feedback que gostarias de partilhar connosco para nos ajudar a criar uma plataforma mais eficaz e acolhedora?

Texto de resposta longa

Muito obrigada por partilhares comigo aquilo que viveste, sentiste e ainda sentes. É muito importante para mim e sou muito grata por poder fazer parte da tua história!

Até breve! 🌟

Descrição (opcional)



# Apêndice K - Fase avaliativa - Guião

## Roteiro de Entrevista Avaliativa para Designers (Português de Portugal)

### Título do Projeto:

*Como o Design de Interação, através de uma plataforma online, pode apoiar na recuperação de mulheres vítimas de violência sexual*

---

### Introdução:

- "Obrigado por participar desta entrevista. O meu nome é [Seu Nome] e estou a conduzir esta investigação como parte da minha tese de mestrado em Design de Interação. O objetivo do meu projeto é explorar como o design de interação pode ajudar na recuperação de mulheres vítimas de violência sexual, através de uma plataforma online."
  - "A sua perspetiva como designer é crucial para avaliar o design, a experiência do utilizador e a abordagem participativa do projeto. O seu feedback ajudará a validar e a melhorar a plataforma para garantir que esta responde às necessidades das suas utilizadoras."
  - "Este é um espaço aberto e seguro para partilhar as suas opiniões. A sua contribuição será valiosa para tornar o projeto mais eficaz."
- 

### Contexto Geral e Primeiras Impressões

1. Como descreveria a sua experiência com projetos de design voltados para o bem-estar e o apoio psicológico de utilizadores vulneráveis?
  2. Com base na sua primeira exploração da plataforma, qual foi a sua impressão geral sobre o design e a usabilidade?
- 

### Avaliação da Plataforma e do Design de Interação

3. Na sua opinião, o design da plataforma cria um ambiente acolhedor e seguro para as vítimas de violência sexual? Porquê?
  4. De que forma o design de interação facilita ou dificulta a navegação e a procura de ajuda na plataforma?
  5. Acredita que a plataforma oferece uma experiência de interação que permite às utilizadoras sentirem-se compreendidas e apoiadas? Se sim, como? Se não, o que pode ser melhorado?
- 

### Design Participativo e Inclusão das Utilizadoras

6. Na sua opinião, como o uso de uma abordagem de Design Participativo pode enriquecer o desenvolvimento desta plataforma?
  7. Como avalia o processo de inclusão das vítimas de violência sexual no desenvolvimento da plataforma?
- 

### **Empoderamento e Informação**

8. De que forma o design da plataforma pode empoderar as mulheres vítimas de violência sexual? Há algum recurso que considera faltar para fortalecer esse aspecto?
  9. Quais ferramentas ou informações dentro da plataforma considera essenciais para apoiar as vítimas na sua jornada de recuperação?
- 

### **Mediação da Comunidade de Apoio**

10. De que forma o design da plataforma pode intermediar uma comunidade de apoio para as vítimas de violência sexual de forma segura e eficaz?
  11. Acredita que a plataforma oferece uma experiência colaborativa adequada para ligar as vítimas a uma rede de apoio?
- 

### **Acessibilidade e Inclusividade**

12. Como avalia a acessibilidade da plataforma, considerando aspectos como linguagem, layout e navegação? Há melhorias que recomendaria?
  13. Vê oportunidades para tornar o design da plataforma mais inclusivo em termos de sensibilidade cultural e linguística, ou acessível a diferentes perfis de utilizadoras?
- 

### **Validação da Proposta**

14. Na sua visão, a plataforma responde de forma eficaz à pergunta de investigação principal: Como pode o Design de Interação apoiar a recuperação de mulheres vítimas de violência sexual?
  15. Tem alguma recomendação importante para melhorar o design da plataforma em termos de funcionalidade ou experiência do utilizador?
- 

### **Encerramento**

16. **Existe mais algum aspeto do design ou da proposta que gostaria de comentar ou sugerir?**

---

**Considerações Finais:**

- "Agradeço imenso o seu tempo e as suas valiosas contribuições. Os seus comentários serão fundamentais para melhorar a plataforma e torná-la mais eficaz no apoio a mulheres vítimas de violência sexual."
  - "Se quiser acompanhar o progresso do projeto ou fornecer feedback adicional, estarei disponível para manter contacto. Mais uma vez, muito obrigado!"
-

# Apêndice L - Fase avaliativa - Protocolo Questionário

## PROTOCOLO DE AVALIAÇÃO

### Instruções

Este questionário destina-se a avaliar uma plataforma digital desenvolvida com o objetivo de apoiar mulheres vítimas de violência sexual no seu processo de recuperação. Agora que terminamos a nossa sessão de apresentação da investigação e da interação com o protótipo, o preenchimento deste questionário conclui esta fase. A sua opinião é muito importante para esta investigação, que pretende compreender:

- Se a plataforma apoia efetivamente o processo de recuperação das vítimas;
- Se empodera as utilizadoras a partir da informação, partilha e conexão com outras mulheres;
- Se proporciona um ambiente digital seguro, respeitoso e acessível;
- Se promove um espaço empático e acolhedor para a partilha e procura de apoio.

### Perfil:

- Potencial Utilizadora
- Psicóloga ou profissional de saúde mental
- Especialista em design / design de interação / produto digital
- Outro: \_\_\_\_\_

### Escala de resposta:

- Concordo totalmente
  - Concordo parcialmente
  - Neutro / moderadamente
  - Discordo parcialmente
  - Discordo totalmente
- 

### Enquadramento Teórico das Dimensões de Avaliação

Com base em Zimmerman et al. (2007), as perguntas deste questionário foram construídas para avaliar a solução segundo quatro dimensões:

- **Processo:** Avalia se o modelo de funcionamento da plataforma é claro, explícito e praticável.
  - **Invenção:** Mede o grau de inovação da proposta e a sua capacidade de introduzir novas formas de atuação.
  - **Relevância:** Diz respeito à adequação da solução aos seus objetivos expressos e às necessidades das utilizadoras.
  - **Extensão:** Avalia a capacidade da proposta ser replicada noutros contextos semelhantes, mantendo a sua utilidade.
- 

#### **BLOCO A – Questões gerais (a responder por todos os participantes)**

1. A plataforma digital apresentada pode apoiar a recuperação de mulheres vítimas de violência sexual. (*Relevância*)
  2. A proposta demonstra uma abordagem inovadora na forma como trata uma temática sensível. (*Invenção*)
  3. A plataforma permite criar uma sensação de empatia e compreensão para com as utilizadoras. (*Relevância*)
  4. O funcionamento da plataforma é claro e de fácil compreensão. (*Processo*)
  5. A experiência de utilização é intuitiva e acessível. (*Processo*)
  6. A solução apresentada pode ser replicada para outros contextos sociais semelhantes. (*Extensão*)
  7. A plataforma respeita os limites emocionais e de privacidade das utilizadoras. (*Relevância / Processo*)
  8. A abordagem da plataforma promove um sentimento de segurança na partilha e procura de ajuda. (*Relevância*)
  9. A plataforma pode empoderar as utilizadoras, incentivando-as a procurar apoio e a partilhar as suas histórias. (*Relevância / Extensão*)
  10. A experiência na plataforma promove um sentimento de acolhimento e de não julgamento. (*Relevância*)
- 

#### **BLOCO B – Para psicólogas e profissionais de saúde mental**

1. Esta plataforma pode funcionar como recurso complementar em processos terapêuticos. *(Relevância)*
  2. O design da solução reflete preocupações éticas e psicológicas. *(Processo / Relevância)*
  3. O protótipo demonstra compreensão das necessidades emocionais das vítimas. *(Relevância)*
  4. A plataforma pode contribuir para o empoderamento das utilizadoras. *(Relevância / Extensão)*
  5. Recomendaria esta solução como apoio complementar para vítimas em contexto clínico. *(Extensão)*
- 

### **BLOCO C – Para especialistas em design / produto / interação**

1. A plataforma representa uma aplicação relevante de design centrado no utilizador. *(Processo)*
  2. O projeto apresenta coerência entre objetivos de investigação e solução final. *(Processo)*
  3. A proposta contribui para o alargamento do papel do design de interação em contextos de vulnerabilidade social e/ou realidades marcadas por violência de género. *(Invenção / Extensão)*
  4. A solução tem potencial de impacto social além do seu contexto imediato. *(Extensão)*
  5. A experiência de utilizador da plataforma é adequada às necessidades do público-alvo. *(Processo)*
  6. A interface apresenta uma hierarquia clara de informação e facilita a navegação. *(Processo)*
  7. O design visual é consistente e contribui positivamente para a experiência emocional das utilizadoras. *(Processo / Relevância)*
- 

### **BLOCO D – Perguntas abertas (opcionais)**

1. O que mais destaca de positivo na plataforma apresentada?
2. Que aspetos considera que podem ser melhorados?
3. Outros comentários ou sugestões que gostaria de partilhar?

# Apêndice M – Fase avaliativa – Consentimento

*Consentimento informado permitindo uso de dados na investigação de mestrado em Design de Interação*

## **CONSENTIMENTO INFORMADO PARA O USO DE DADOS NO ÂMBITO DA INVESTIGAÇÃO NA ÁREA DE DESIGN DE INTERAÇÃO - Clara Alvelos**

*Método Think Aloud - a avaliação da plataforma online que visa apoiar na recuperação de mulheres vítimas de violência sexual*

### **Investigadora:**

Maria Clara Alvelos Alegre Figueiredo

Mestrado em Design de Interação

Faculdade de Arquitetura da Universidade de Lisboa

E-mail: [claralvelos.98@gmail.com](mailto:claralvelos.98@gmail.com)

### **Orientadora:**

Prof. Dr. Ana Sofia Moniz Mendonça Pinto Melo

Faculdade de Arquitetura da Universidade de Lisboa

### **Título da Investigação:**

***O Design de Interação no apoio à recuperação de vítimas de violência sexual:  
Empoderar mulheres vítimas através de uma plataforma online***

### **Questão Principal da Investigação:**

*Como pode o Design de Interação, através de uma plataforma online, apoiar na recuperação de mulheres vítimas de violência sexual?*

## Enquadramento e Objetivo da Investigação

Esta investigação integra-se num Projeto Final de Mestrado e tem como objetivo desenvolver uma plataforma online que apoie mulheres vítimas de violência sexual no seu processo de recuperação. A investigação baseia-se em princípios de Human-Centered Design e Design Participativo, e pretende resultar num espaço seguro, empático e informativo para as utilizadoras.

O principal objetivo desta fase avaliativa consiste em **validar criticamente a solução desenvolvida no âmbito da investigação, uma plataforma online de apoio à recuperação de mulheres vítimas de violência sexual, através da análise das perceções e contributos de especialistas na área do design de interação.**

Pretende-se, especificamente, **avaliar a qualidade do processo de design, a relevância da solução para o público-alvo, o grau de inovação do protótipo e o seu potencial de impacto e aplicabilidade**, com base nas quatro dimensões propostas por Zimmerman et al. (2007): *processo, invenção, relevância e extensão*.

---

## Procedimento

A participação consiste numa sessão individual, com duração estimada de 60 minutos, realizada em formato remoto (via Google Meet). Durante a sessão, será apresentada a investigação e o protótipo final, sendo posteriormente solicitada a interação com o protótipo, enquanto verbaliza os seus pensamentos e impressões (*think-aloud*). Após esta atividade, será aplicado um questionário que inclui questões de resposta fechada e aberta.

---

## Participação Voluntária, Confidencialidade e Anonimato

A participação é totalmente voluntária. A qualquer momento, poderá interromper a sua participação sem qualquer justificação e sem consequências. Os dados recolhidos serão tratados com confidencialidade e utilizados unicamente para fins académicos e científicos no contexto desta dissertação. A identidade das participantes será anonimizada, salvo se for dada autorização expressa em contrário.

## ASSINATURA DO PARTICIPANTE DA INVESTIGAÇÃO

Eu, abaixo-assinado, declaro que aceito participar voluntariamente nas sessões do *Método Think Aloud - a avaliação da plataforma online que visa apoiar na recuperação de mulheres vítimas de violência sexual*, compreendendo a participação que me foi solicitada e considero-me esclarecido sobre (1) Objetivos do estudo, (2) Garantia de confidencialidade do estudo e (3) Necessidade de gravar as sessões.

As minhas questões foram respondidas de forma satisfatória e aceito que os dados recolhidos integrem o estudo do mestrado em causa.

Foi-me dada uma cópia deste documento.

**Nome da/o Participante:** \_\_\_\_\_

**Data:** \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / 2025

**Assinatura:** \_\_\_\_\_

## ASSINATURA DO PARTICIPANTE DA INVESTIGAÇÃO

No meu julgamento o participante é voluntário e possui capacidade legal para, após análise e subscrição deste consentimento informado, participar neste estudo de investigação.

**Nome da Investigadora:** \_\_\_\_\_

**Data:** \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / 2025

**Assinatura:** \_\_\_\_\_



# Apêndice N – Fase avaliativa – Apresentação da investigação



## *O Design de Interação* no apoio à recuperação de vítimas de violência sexual

Empoderar mulheres vítimas através de uma plataforma online

Tese de Mestrado

Autora: Clara Avelos

Orientadora: Dr. Ana Melo

## **1 em cada 3 mulheres**

é vítima de violência sexual ou física pelo menos 1 vez na vida (mundialmente)

Fonte: WHO - World Health Organization (2021)

### **Questão da Investigação**

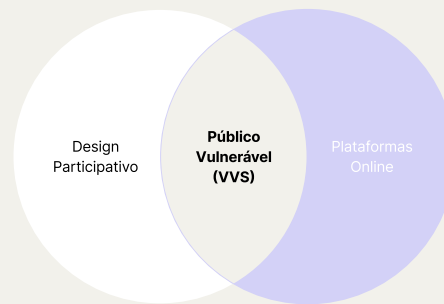
Como pode o Design de Interação, através de uma plataforma online, apoiar na recuperação de mulheres vítimas de violência sexual?

## Objetivos Principal

- Desenvolver uma plataforma online que forneça apoio no processo de recuperação às mulheres vítimas de violência sexual;
- Desenvolver um sistema no qual as vítimas se possam sentir seguras para procurar ajuda e/ou partilhar a sua história com uma comunidade de apoio;

## Design Participativo

permite-nos co-criar a plataforma com a contribuição direta das vítimas, garantindo que as suas necessidades e experiências sejam refletidas em cada aspeto do design



## Timeline



## Métodos participativos – Entrevistas

### Insights mais importantes

Apresentação de informações claras sobre serviços de apoio é fundamental

É necessário encaminhamento das VVS para serviços especializados

Design simples e de fácil acesso que transmita tranquilidade

Evitar o uso de imagens perturbadoras

Criação de um chat/fórum com a existência de mediação nas interações

Linguagem Inclusiva e Próxima

Necessidade de um espaço seguro e confidencial (garantia do anonimato)

Mas primeiro...

### Recrutamento

Impressão de cartazes com um QR Code (link para a inscrição no workshop) e colados nas portas das casas de banho individuais da FAUL. Esta estratégia visou oferecer um momento de privacidade onde as VVS pudessem fazer a leitura do QR Code e inscrever-se no workshop sem serem vistas.



## Métodos participativos - Workshop

### Exercícios

Dia 1

Exercício "Ice Breaker"

Exercício "Brainstorm"

Dia 2

Exercício "Páginas"

Exercício "Plataforma"

Exercício "Comunicação"

Exercício "Cor"

Exercício "Suporte"

Exercício "Ecrãs Finais"

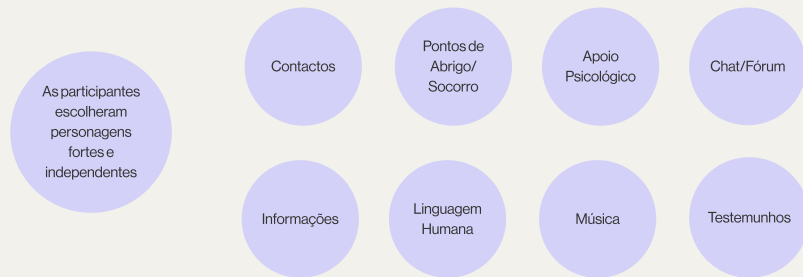
Métodos participativos - Workshop

**Exercícios**



Métodos participativos - Workshop

**Dia 1 - Insights mais importantes**



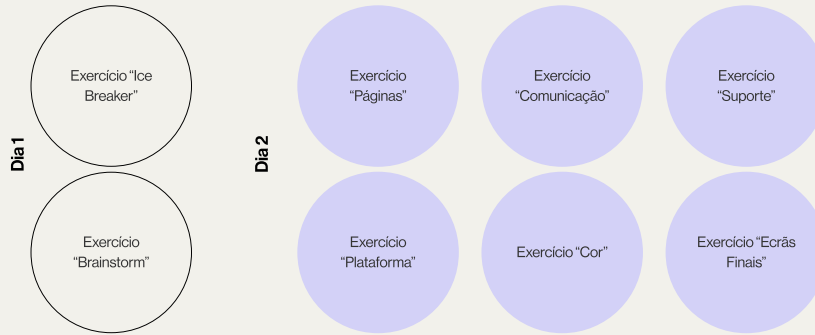
Métodos participativos - Workshop

**Exercícios**



Métodos participativos - Workshop

Exercícios



Métodos participativos - Workshop

Exercícios





Métodos participativos - Workshop

Dia 2 - Insights mais importantes



## Resumo - Insights mais importantes + Resultado Final

	Acesso e Urgência	Linguagem/Tom	Linguagem Visual	Geolocalização	Testemunhos	Arte	Informação	Anônimo
ENTREVISTAS COM ESPECIALISTAS	Apresentar interação deve ser empática e acolhedora	Linguagem Inclusiva e Próxima	Design simples de fácil acesso para todos os níveis de alfabetização. Evitar uso de imagens perturbadoras	Orientar a vítima para onde se deve dirigir geograficamente por meio de uma localização responsável por uma zona			Informação deve ser clara, prática e emocionalmente acessível	Anônimo e anonimato são essenciais para criar confiança
DESIGN WORKSHOP	Contatos devem ser claros, imediatos e direcionados ao tipo de ajuda e desenvolver na página inicial	A linguagem deve ser informal, direta e empoderadora	Evitar imagens de mulheres fisicamente violentadas, apresentação emocional, interface confusa, cores intensas	A plataforma deve conter uma funcionalidade de emergência que direcione com base na localização da utilizadora, locais de apoio próximos	As participantes valorizam ver-se nas experiências de outras — algo que traz validação, orientação e conexão	Adicionar e outros elementos culturais (brincos, sari, etc.) são ferramentas que facilitam a expressão e a conexão emocional	As participantes demonstram necessidade de acesso a informação que identifique locais em temas relativos	É um desejo que exista a possibilidade de ter a possibilidade de falar com pessoas que passaram pelo mesmo
REQUISITOS NA PLATAFORMA	Homepage com contactos diretos e mapa	Copy acessado e empático	Imagens especialmente selecionadas, cores suaves	Mapa interativo com reconhecimento de profissionais, abrigos, apoio	Página de testemunhos em texto e vídeo	Página da arte, mural de livre navegação	Página de informações	Comunidade de partilha totalmente anónima

## Resultado Final



<https://www.figma.com/proto/UY489yrdWz1207p45/Clara-Atelios---Tese---Vers%C3%A3o-88?page-id=2032%3A2066&node-id=2117-1035&wmode=display&viewport=1432%2C1432%2C0.44%20Aw6Yt4Hf55yqN-1&scaling=scale-down&content-scaling=fixed&starting-point=node-id=2032%3A2330>

# Apêndice O- Fase avaliativa - Transcrições das Entrevistas

## Entrevista com Vítimas de Violência Sexual - 1

Clara Alvelos - 00:00

O impacto era mesmo bom. Pronto, isto já está a acabar. Portanto, como eu te disse, o que eu te quero pedir é só para interagires livremente, não há nenhuma terapia específica. Explora à vontade, tens o tempo que precisares. Não há limite. Se houver alguma coisa que no fim eu perceba que tu não encontraste no website ou não viste, eu o aponto, mas como este método de investigação que eu estou a aplicar agora te chama, te encalou. Há uma espécie de uma regra que é eu tenho que fazer esforço muito grande para estar calada, porque aqui a ideia é tu interagir e tu ires falando e eu não posso influenciar-te a nada, porque estamos a fazer uma avaliação. Qualquer dúvida que tu tenhas, qualquer questão que tu tenhas, tu podes perguntar.

Clara Alvelos - 00:47

Algumas coisas eu vou ter que dizer porque não estão a funcionar, ou vou ter que te explicar como é que é porque não estão mesmo, mesmo a funcionar. Essa parte tudo bem. Bocadinho mais caladinha, é só pensar-se em voz alta, o que estiveres a sentir, parar, fazer uma pausa ou, sabes, se estás à vontade, portanto se estás à vontade é o que é teu.

Speaker 2 - 01:09

Obrigada! Então já está é isso?

Clara Alvelos - 01:14 Sim, podes começar a entrar.

Speaker 2- 01:16

Ok, ok. A primeira coisa que me chama a atenção no site é mesmo a imagem. O facto de haver todo o tipo de mulheres. Faz-me sentir que a violência acontece a toda a gente. Não é só porque somos mais velhas ou somos mais novas. Então, isso é muito importante em mim. Eu acho que as outras também deviam adquirir isso. Pronto, agora vou... Isto funciona mesmo? O S.O.S. Não funciona?

Clara Alvelos - 01:54 Não, o S.O.S. Não funciona.

Speaker 2 - 01:56

Então pera, porque é que isto está a mover? Diz-me.

Clara Alvelos - 02:00

Pera, é para fazer uma chamada. Quer dizer, o S.O.S. Seria para sentidoso ou qualquer coisa, mas não está a funcionar. É só para fingir.

Speaker 2- 02:10

Ainda bem. Porque nós não queremos... Então, vou explorar ao meu ritmo. Ai tão fofinho! Depois aqui eu posso adicionar a arte! Ai tão querido! Gosto bastante! Ai tão fofinho! E dá para comentar! Gostei! Mas dá para entender, it's ok. Dá para entender perfeitamente. Então, informações. Quero falar com alguém. Não, não quero por enquanto. Obrigada, mas eu gostei de estar ali. Funciona? Funciona. Anda.

Clara Alvelos - 03:14

É o único. Pronto, os outros não estão funcionando.

Speaker 2- 03:18

Acontece. E também eu acho que uma coisa importante nesta página é como nós temos esta questão da explicação. Mesmo que não tenha acontecido nada, mas tu queres prevenir o que pode acontecer, eu acho que isso é bastante importante. E até hoje em dia há aquelas aulas de educação sexual nas escolas, e podiam apresentar esta página até mesmo para explicarem Melhor, por exemplo, ir lá falar sobre isto, por exemplo.

Clara Alvelos - 03:52 Como prevenção.

Speaker 2- 03:54

Não, não ouvi, desculpa.

Clara Alvelos - 03:56 Como prevenção.

Speaker 2- 03:58

Exatamente, é melhor prevenir do que remediar, não é mesmo? Depois tenho aqui exemplo. Eu gosto bastante desta questão dos testemunhos. É algo que é acolhedora. E o facto de ter vários testemunhos até de várias coisas que podem ter acontecido, para muita gente não é violência, é na realidade violência. E eu acho que isso é bastante importante, mas não de uma maneira tão pesada. Não com aquelas imagens como nós tínhamos falado. Por isso eu gosto bastante. Desta questão. O vídeo funciona?

Clara Alvelos - 04:49

Não, mas podes clicar, porque está aí uma coisa que até foste tu que sugeriste, que era legendas para pessoas que tivessem problemas auditivos, não é?

Speaker 2- 04:58

Sim, problemas auditivos, é verdade, é verdade. Lembraste disso? Ai meu Deus, estou a ficar emocionada!

Clara Alvelos - 05:04 Lembrei, claro!

Speaker 2 - 05:05

Ai, ! Pronto. Espera, como é que eu saio daqui?

Clara Alvelos - 05:12

Pronto, esse é o problema. Agora, essa parte do protótipo não está a funcionar muito bem. Clica só na tua seta da esquerda, no teu teclado. Eu acho que ele é capaz de voltar para trás.

Speaker 2 05:25

Já voltou. Obrigada.

Clara Alvelos - 05:28 É erro do protótipo mesmo.

Speaker 2 05:29

Não há problema, é protótipo. Está tudo bem. Não há problema. Apoio médico não funciona também?

Clara Alvelos - 05:37

Não.

Speaker 2- 05:38

Ainda bem. Nós não queremos. Ideia está para melhor. Eu acho isto muito fofo. E o facto, por exemplo, que tu nem precisas pôr o teu nome verdadeiro. Simplesmente o chat de conversa é muito... Não sei, é aconteçidora. E pronto, eu gostei muito. Desta questão. E o facto de nós, por exemplo, quisermos entrar num chat de voz... Também, pronto. Concedo-me muito bem. Personalmente gosto muito. Então, Menu.

Clara Alvelos - 06:23

Ai, a Menu não está funcionando.

Speaker 2- 06:26

Era que eu vou conseguir. Já está, já consegui, já consegui, salvamos a situação. Arte, pronto, e foi aquilo que nós tínhamos visto. Eu gosto muito disto. Isto era algo que eu usaria garantidamente. E, por exemplo, uma coisa que seja importante é psicólogas. Nós temos muitos problemas com psicólogas e psicólogos neste tipo de situação. E o facto de nós podermos ter aqui uma ou leque de opções de psicólogos que nós podemos contactar e que sejam peritos, digamos, nesta área, é sempre muito menor do que andarmos à procura de alguém. Esse era o desgraça que é, não é?

Clara Alvelos - 07:11

Não.

Speaker 2 07:12

Eu acho que já está tudo, não está?

Clara Alvelos - 07:16 Não, falta da página inicial.

Speaker 2 - 07:20

Ok, carrega aqui.

Clara Alvelos - 07:24 Há mais coisas para clicar.

Speaker 2 - 07:26

Ok, isto anda para baixo. Diz desculpa, não sei.

Clara Alvelos - 07:31

Por exemplo, aqui não preciso de ajuda agora.

Speaker 2- 07:35

Posso carregar?

Clara Alvelos - 07:36 Sim, sim.

Speaker 2- 07:37

Ok, isto é tão fofo. Olha lá, parece que estás em Torres Vedras. Obrigada, mas não tu.

Clara Alvelos - 07:44 Pois, é só uma... É só uma...

Speaker 2 07:47

Eu sei, eu só estou a brincar.

Clara Alvelos - 07:49 De onde é que tu és?

Speaker 2 - 07:51

Sou, assim... De onde é que eu sou mesmo? Eu sou de Aveiro.

Clara Alvelos - 07:56

Ok.

Speaker 2 - 07:58

E tu viveria em Oeiras. Oeiras, Cascais, não sei bem de onde é que isto é. São só oeiras.

Clara Alvelos - 08:05

Muito fixe. A Amazônia é muito fixe.

Speaker 2 - 08:07

É, é muito tranquila. Felizmente.

Clara Alvelos - 08:11

É.

Speaker 2- 08:13

Tu!

Clara Alvelos - 08:14

Olha, eu estou em Torres Vedras. Esse é que foi o exemplo do website. Eu vivi em Lisboa quando nós fizemos o workshop e ainda estava a viver no Campo Pequeno. Mudei-me aqui para Torres Vedras com o meu namorado depois em maio do ano passado. Vai fazer aninho, porque conseguimos aqui uma casinha mais em conta, maior, e eu como estou a trabalhar remote, não me faz diferença estar em qualquer sítio. Então viemos para aqui porque ele é de cá. Por isso é que usei este exemplo. No caso desta página teria sempre que aparecer primeiro uma janela a pedir autorização para aparecer a tua localização. Se tu autorizasses a tua localização é que iriam aparecer especificamente estes contactos no local onde tu estás.

Speaker 2 - 09:15

Sim, sim. Eu acho isso muito importante. Por exemplo, o que me aconteceu na altura, se fosse hoje em dia e houvesse este site, eu tinha evitado 90% da humilhação que tive na altura. No meu caso, eu levei o caso para julgamento. Aquilo também foi caos enorme porque quando chegou a altura de me perguntarem se eu queria ir a julgamento ou se queria simplesmente que eu fizesse aulas comunitárias, porque éramos menores na altura. Quando eu decidi queria ir a julgamento, a senhora que esteve a falar comigo do tribunal, aquilo era tipo open space com várias pessoas, ela começou a ler o relatório do meu caso aos becos, para toda a gente ouvir. E ele chamou-me de burra porque eu queria avançar e que a culpa tinha sido minha. Ai ... Uma pessoa do tribunal. É, foi puxado.

Speaker 2- 10:22

Mas depois eu fui para o julgamento, a advogada que o Estado me deu, tratou de tudo, fez com que eu não estivesse em contacto no julgamento direto com o bacano, rapaz. Demos depoimentos preparados e sempre que o advogado dele tentava fazer alegações que não devia para comigo, ela intervinha logo. E as juízas também eram duas senhoras, já de idade. Idade? Estávamos 60, idade. Mas pronto. Acabei por ganhar o julgamento. Aquele ficou-lhe no registro criminal. Felizmente, porque é exatamente isso que eu quero. Não sou eu que vou ficar com umas elas, não é?

Clara Alvelos - 11:15

Claro que sim, e sabes o que me deixa muito triste é que com esta pesquisa, e com muito também do que nós falámos, percebi que esta plataforma é muito necessária, que, acima de tudo, há uma coisa que eu não consigo fazer, que é tornar o sistema justo, tornar essas pessoas, tipo, essas pessoas que estão na linha da frente, seja advogados, seja pessoas no tribunal, seja nos hospitais, têm que ser pessoas bem formadas e... Especialmente selecionadas e escolhidas a dedo para lidarem com casos como este, que tu não podias ter sido tratada da forma como tu foste tratada. Fico coraçãozinho apertado muito porque eu quero muito fazer alguma coisa que ajude as pessoas na tua situação, mesmo.

Clara Alvelos - 12:17

Só que há muita coisa que é impossível melhorar e que está dentro do sistema não funcionar bem, tipo nosso país e das pessoas que estão lá nesses locais não serem competentes e, epá, olha, ainda bem que tiveste uma boa advogada, pelo menos isso.

Speaker 2 12:35

É verdade, a senhora... É, foi fantástico. E, por exemplo, o facto de estares a fazer esta plataforma é bem que a minha idade, porque acredita que se eu soubesse que alguém estaria do meu lado a fazer esta aplicação, tu estás a fazer com que as

peessoas tenham onde correr, onde ir. E isso já é bem que a minha idade, porque elas sabem que não estão sozinhas. Entendes? Eu não me posso emocionar.

Clara Alvelos - 13:09 Mas também já estou...

Speaker 2- 13:10

Não, claro que podes!

Clara Alvelos - 13:12

Estamos seguras, estamos aqui as duas, se não erguemos tudo.

Speaker 2 - 13:18

Obrigada. E pronto. Acredito que isto já é meio que a minha dada. E por mais triste que pareça, todas as vezes que eu fui maltratada foi por mulheres, não foi por homens. Os homens lamentavam a situação, ajudavam e as mulheres píticavam. Isto foi algo que eu nunca compreendi e isso também fez com que eu impedisse participar mais da história, mais da minha história com as outras pessoas, entendes?

Clara Alvelos - 13:48

Claro, o momento que foi julgada como foi julgada.

Speaker 2- 13:51

Exatamente, exatamente. Se fosse hoje em dia, eu já tenho voz e a conversa seria diferente, não é? Se a mulher me dissesse aquilo, eu podia logo ler reclamações.

Clara Alvelos - 14:04

Mas é momento em que estás muito vulnerável, eras mais nova, não é?

Speaker 2 14:12

Era.

Speaker 2- 14:13

Era, era. É mesmo... Olha, não sei, eu tenho que refletir bocadinho

sobre isto. Como é que ainda por cima, quem nessas situações diminui e ainda te faz sentir mais pequenina é uma mulher, não é?

Speaker 2- 14:28

É verdade.

Clara Alvelos - 14:29 É verdade.

Speaker 2 - 14:31

Sim.

Clara Alvelos - 14:32

E como é que não é? Tinha, tipo, é para...

Speaker 2- 14:35

É ridículo, é ridículo. Porque, assim, eu vou-te ser honesta, eu tenho psicólogo neste momento. Porque eu tive psicólogas e eu não conseguia falar sobre nada. Porque uma delas dizia, eu não sei qual é o teu problema, tu és a filha perfeita. Quem me dera que a minha filha fosse assim. Isso logo impede-te de contar as tuas imperfeições e de contar-te realmente aquilo que te incomoda. Enquanto o psicólogo que eu tenho neste momento, ele é simplesmente brilhante e tem também o ponto de vista enquanto homem. Sabes? E isso faz-me acreditar que nem todos os homens são uma desgraça.

Clara Alvelos - 15:19

É bom teres encontrado esse psicólogo.

Speaker 2- 15:28

Sim, é no Hospital de Cascais. Estou só aqui. Estou a ser seguida no Hospital de Cascais. Sabe? E perguntaram-me se eu queria homem ou mulher. Eu disse que eu quero homem. E elas ficaram... Isto tu tens a certeza? Eu tenho. Mas não te vais sentir mais confortável com uma mulher? Não. Não. Digo homem.

Clara Alvelos - 15:49

E ser mesmo... Olha, eu não tenho palavras. Ainda bem que encontraste alguém que te esteja a fazer sentir confortável, para te sentires melhor, para partilhares os teus sentimentos todos e a tua história. Eu acho que a parte do acompanhamento psicológico é mesmo muito importante. Olha, eu também faço. Acho que é mesmo muito necessário. Toda a gente devia fazer. Devia ser muito mais fácil de utilizar. Sim, sem dúvida. Apoio para toda a gente. Eu acho que ainda há bocadinho de preconceito em relação a pessoas que fazem terapia, não é? Parece que é só os malucos é que fazem terapia. Mas não, toda a gente ia fazer, é uma coisa super saudável.

Speaker 2- 16:40

Sim, melhor é que eu assumo que sou maluca.

Clara Alvelos - 16:43

Olha, igual, estamos juntas, porque também. Cada uma com as suas.

Speaker 2- 16:49

Claro, eu também acho mesmo. Cada a seu jeito.

Clara Alvelos - 16:53

Claro, claro que sim. Temos todas coisinhas para tratar, não duvides. Claro, claro. E ainda bem que pode agradecer a esse senhor e obrigada por fazer isso comigo. Sabes que eu fiquei na altura, quando falámos sobre isso, fiquei muito sensibilizada, então tentei mesmo trazer para aqui tudo o que nós falámos, aquilo que era possível para mim de trazer. Eu gostava muito de ouvir-te falar sobre isso e a forma como também acabas por validar a necessidade desta plataforma. Dá-me muita vontade de não deixar isto por aqui, porque agora no mestrado.

Speaker 2- 17:42

Isto.

Clara Alvelos - 17:42

Acaba só por ser protótipo, portanto não é mesmo website programado. Mas eu tenho uma vontadezinha em mim de... De tornar isto real, sabes? De fazer com que isto passe, seja mesmo uma cena que exista, que tu consigues mesmo pesquisar na realidade, que tenhas estes contactos todos. Vai-me dar trabalhão, mas...

Speaker 2 - 18:11

Pois vai.

Clara Alvelos - 18:13

Deixar-me conversar contigo sobre isto faz-me sentir que se calhar não devia mesmo deixar... Deixar isto tal como foi.

Speaker 2- 18:23

Se eu fosse a ti, eu não deixava. Porque até mesmo no futuro, eu espero que não, peraí, onde é que está a madeira? Mas até mesmo no futuro alguém próximo a ti possa precisar. E eu já me digo de momento, acho que isto vai fazer toda a diferença e terás todo o meu apoio. E sempre que precisar, já sabes. Não podes me mandar mal. De nada.

Clara Alvelos - 18:48

Tu és mesmo uma pessoa-luz, sabes? És mesmo incrível. Obrigada. Lofa, juro. Não me digas isso. A sério, tu tens uma luzinha, és mesmo especial.

Speaker 2- 19:01

Obrigada. Pronto, estamos aqui, nós a chorar, não é?

Clara Alvelos - 19:05

Chorar à vontade. Chorar tem que ser normalizado. Ai , eu choro tanto, todos os dias eu choro. Eu vejo e ele sobra bem de luz, eu choro.

Speaker 2 19:17

Eu também, eu também.

Clara Alvelos - 19:18

O pé sensível. Vamos normalizar o chorar. Está tudo bem o chorar.

Speaker 2 19:23

Imagina, eu adoro chorar. Até eu choro de felicidade, que é o caso, não estou a chorar de tristeza, não é? Mas, epá, não sei. Porque quando comesas a chorar, depois é difícil parar.  
Clara Alvelos - 19:36

Então, olha, estamos juntas, chora à vontade, deixe-nos bem. Se quiseres parar a chamada ou parar o... Não! Estás à vontade, mas sente-te segura por chorar, porque não se sabe a pessoa que... Que chora muito e que não julga chorar sou eu. Estás no sítio certo.

Speaker 2- 19:57

Então choramos juntas.

Clara Alvelos - 19:59 Choramos juntas. Tu choras, eu choro.

Speaker 2- 20:02

Pode chorar, mas não convém. Porque senão depois nenhuma de nós vai parar.

Clara Alvelos - 20:07 Pois, mas...

Speaker 2- 20:08

Exato. Eu tenho lágrimas para dar e para vender.

Clara Alvelos - 20:14

Obrigada. Estamos juntas, amiga. Estamos juntas. Obrigada por isso. Estou-me aqui a ligar para a gente só.

Speaker 2- 20:21

E eu também queria dizer que tu és incrível, ok? Porque não é todas as mulheres que têm a força de vontade de

Clara Alvelos - 20:33

Obrigada.

Speaker 2 20:34

Ok?

Clara Alvelos - 20:34

Obrigada. É muito próximo do meu coração. É assunto também muito, não sei, sempre foi muito sensível para mim e quando comecei a fazer esta investigação percebi que não havia muita coisa na minha área design de interação que trabalhasse neste campo em específico. Tenho uma amiga minha que também está a trabalhar... Já acabou, por acaso. Que trabalhou a violência doméstica. Também fez projeto muito giro. Era muito diferente deste, mas também foi interessante. Mas na violência doméstica não havia muita coisa especificamente que cruzasse a minha área. E mesmo na literatura, na parte teórica que nós temos que ler e estudar, não há imensa coisa. Então, decidi que ia arriscar e tive sorte, também tive o apoio da minha orientadora, que quando me ouviu apresentar o que é que eu queria fazer, tipo, disse pá, bora, tipo, bora com força, bora fazer isto.

Clara Alvelos - 21:42

Também tinha que ser, para mim, tinha que ser uma orientadora mulher, tipo, só me fazia sentido ser uma mulher também. Ela também me encorajou muito a fazer. No início eu estava com medo, Mas depois percebi que ia ter apoio para o fazer e estou contente por ter feito.

Speaker 2 - 21:58

Sem dúvida alguma.

Clara Alvelos - 22:01

E espero, honestamente, que ter força e tempo para conseguir fazer isto. Mas eu acho que não vou desistir.

Speaker 2 - 22:10

Vais ter! Acho que vais ter.

Clara Alvelos - 22:13 É, nós vamos fazer isto.

Speaker 2- 22:15 Vamos, vamos. Sem dúvida alguma.

Clara Alvelos - 22:18

Então é trabalho só meu, tipo, e o objetivo de ter feito o workshop e de vos ter trazido a desenhar e a falar sobre isto e a fazer os desenhos e a escolher as cores e essas coisas todas, é porque isto é trabalho nosso, tipo, é trabalho de grupo, é de todas, tipo, vocês participaram, como as psicólogas participaram, é trabalho de todas nós. Eu não poderia ter feito isto sozinha, né? Portanto, eu vou tentar. Eu vou dando notícias em relação a isto.

Speaker 2- 22:48

Enquanto apresentares avisa-me.

Clara Alvelos - 22:50 Ok, combina-se.

Speaker 2- 22:50

Quando têm que ver a apresentação.

Clara Alvelos - 22:53 A pressão, ok.

Speaker 2- 22:54

Não, sem pressão. Eu apareço lá assim, ninguém me vê, eu apareço assim, eu sou discreta. E a gente vê ela no jornal.

Clara Alvelos - 23:02 Com dois olhos recortados.

Speaker 2 - 23:04

É, assim. Ou então anda assim.

Clara Alvelos - 23:07

Ok, porque eu estou a tentar entregar agora em junho. Se entregar em junho, a defesa há de ser em julho. Portanto, eu depois mando-te.

Speaker 2 - 23:18

Perfeito. Perfeito.

Clara Alvelos - 23:20 Se não, deve ser só... Não.

Speaker 2- 23:23

Eu também não vou sair muito mais cedo, por isso. Vai demorar.

Clara Alvelos - 23:29

Vai.

Speaker 2- 23:30

Vai. Vai. Se vai. Se vai demorar. Mas, olha, depois quando a chamada parar de ser gravada, eu conto mais. Se quiseres saber, é claro.

Clara Alvelos - 23:43

Claro, claro que sim. Então pronto, olha.

Speaker 2- 23:45

É só porque eu vou pôr nomes. Ok, ok.

Clara Alvelos - 23:49

Então, vamos acabar isto. Queria só que interagisse bocadinho mais com essa parte do mapa, me dissesse o que é que achas.

Speaker 2- 23:59

O mapa funciona? Não.

Clara Alvelos - 24:02

Não, só a única coisa que está a funcionar é essa parte de dizer tudo.

Speaker 2 24:08

Clara Alvelos - 24:53

Ok, boa. Boa, excelente. Ok, a última coisa que... Obrigada. A última coisa que é para interagir é voltar à página inicial, ali no site. Levanta-te a ver.

Speaker 2- 25:06

Já está.

Clara Alvelos - 25:07

Levanta-te para baixo a explorar o resto da página e a dizer o que é que achas.

Speaker 2- 25:12

Isto está bom, é fofinho. Eu gosto disto. Eu gosto disto em massagens.

Não sei porquê. Encontro ajuda para te dizer. Sem dúvida alguma.

Eu gosto disto. A culpa é da vítima. Pois. Pois. Pois. Espera.

Clara Alvelos - 25:38

Essa parte já não está a funcionar mais, é só isso.

Pois clica nos cartões ou clica no cartão.

Speaker 2- 25:45

Espera. Ai, adoro. Ai, adoro. Sério, vai dar uma.

Clara Alvelos - 25:55 Pois já não está a funcionar.

Speaker 2- 25:56

Não havia outro? Havia o número 1.

Clara Alvelos - 25:59 Não está a funcionar muito bem.

Speaker 2 - 26:02

Mas também vira, não é? Se vira é o que é importante.

Clara Alvelos - 26:04

Também vira. Ou seja, tem tu à frente e depois a realidade atrás.

Speaker 2- 26:09

Eu acho isso uma boa ideia. Porque, não é? Sabe de uma coisa que... Se calhar isto precisa estar a ser gravado. Escape que eu tenho tido ultimamente, isto vai ser muito mal dizer, mas está tudo ok. Eu uso crimes reais, true crime. E há muitas mulheres que sobrevivem a isto e a muitas mais coisas derivadas a isso, não é? Pronto. Ou seja, o crime começa tudo com propósito de violência e depois a pessoa consegue ser maldosa, vamos dizer, e acaba com decapitações, enfim. E há muitas mulheres que conseguem ter a força de vontade e sobrevivem a esses casos. Olha, houve caso nos Estados Unidos, que eu agora não sei o nome, tinha que fazer a minha pesquisa, mas ela foi violada por dois homens, eles faquearam-na, deixaram-na na floresta e ela conseguiu Isto agora vai ser bocado explícito, mas podes censurar.

Ela tinha o intestino todo para fora e uma parte aqui da cabeça partida. Ela tinha que andar com a mão na barriga e com a mão na cabeça a pôr para cima, porque a cabeça aqui é toda para trás. E ela conseguiu fugir até à estrada principal, que ainda era bastante longe, e ela disse, eu não posso morrer porque eu tenho que apanhar os criminosos para não fazerem mais nenhuma maldade com rigorosamente ninguém. E ela foi para o meio da estrada, o rapaz salvou-a, que estava dentro do carro, esse rapaz depois tornou-se médico e fez o parto das duas filhas dela. E ela não podia ter filhos, na teoria. Ou seja, ela teve uma força de vontade enorme. Eu acho que até ela escreveu livros, não tenho a certeza.

O que era para ser só uma coisa acabou por se complicar mais e ela teve uma força de vontade simplesmente fantástica de conseguir superar isso e conseguir controlar a situação da melhor maneira. Ela inspira imensas mulheres nos Estados Unidos com esse acontecimento. Ao contrário daqui, acontece alguma coisa e as pessoas ficam caladas.

Clara Alvelos - 28:43

Tipo, fogo, eu estou... Estou apoisibílica com isso. A vontade dela e a motivação dela foi tão grande que eu consegui fazer sobreviver. E também é muito sério. Tipo, ver essa parte do jeito. As pessoas conseguirem ler a história dela e encontrarem uma força e uma justiça nessa história.

Speaker 2 - 29:07

Sim. Porque imagina, podia ter dado tudo errado. Ela podia ter desistido. Ela podia ter morrido ali, não é? Porque ela já não tinha força, mas depois daquela questão da nossa força e depois da adrenalina e tudo o que nós sentimos naquele momento faz-nos uma sobrevivente. Porque assim, eu para mim e toda a gente que passa por uma situação destas é uma sobrevivente, independentemente do que aconteça, porque se por... Não é? Pronto. E isso é bastante importante, é por isso que eu acho que este site é mesmo muito, mas muito importante nessas coisas.

Clara Alvelos - 29:46

É uma coisa também muito importante. Eu até reuni esta semana com... Com as responsáveis pela AMCV, que é uma associação de menores contra a violência aqui em Lisboa, porque vou trabalhar com elas e fazer algum voluntariado com elas, e elas estavam a dizer que o termo certo é sobreviventes, e eu agora tenho que alterar tudo, porque na parte teórica e na literatura diz-se muito a palavra vítima, mas a palavra vítima é uma coisa muito grande e que é muito melhor usar sobrevivente. Sim, sem dúvida alguma. Também vou alterar aqui no site, em vez de aparecer essa coisa.

Speaker 2 - 30:27

Era isso que eu ia dizer. É por isso que eu estava a contar esta história, para dar o encontramento.

Clara Alvelos - 30:32 Sim, sim. Obrigada pela partilha.

Speaker 2- 30:37

De nada, de nada. Pronto, eu sou leta agora por True Crimes, mas eu não vou fazer

## Entrevista com Vítima de Violência Sexual -2

Clara Alvelos - 00:00

A outra coisinha é que a gravação é só para mim, tu sabes, depois no fim da investigação é apagada. Portanto, isto nem fica na tese. Tipo, as pessoas depois não podem ver as gravações. Pronto, esta parte eu vou estar mais caladinha porque faz parte do método. Também só queria dizer que tu, pronto, sabes o que é calado do nome, se puderes pensar em voz alta, eres guiando todas as dicas, tipo, a sério, tu aqui tens uma dupla visão que para mim é muito importante, portanto qualquer dica, qualquer comentário, qualquer melhoria, qualquer coisa que sejam por mim, não estás à vontade, eu não levo a peito, muito pelo contrário, é oportunidade para mim.

Speaker 2 - 00:52

Está melhor, não é?

Clara Alvelos - 00:53

Sim. Exato, as pessoas dizem cenas para melhorar, portanto, força. Se quiseres partilhar o ecrã, só para eu poder...

Speaker 2- 01:01

Eu estou nessa luta aqui, porque ele não está deixando com paixão a janela, aí eu... Deixa eu colocar de novo aqui o Figma no... Sim, claro.

Clara Alvelos - 01:14 Mas não é da minha parte?

Speaker 2- 01:15

Não, não.

Clara Alvelos - 01:15 Ou seja, autorização para...

Speaker 2- 01:18

Não, é do contador que tá sem...

Clara Alvelos - 01:23

Não tem problema, também... Como é que eu faço?

Speaker 2 01:25

Não tá entrando no Figma, no... No...

Clara Alvelos - 01:36 Será que eu enviei o link errado?

Speaker 2- 01:37

Não, não, eu já vejo aqui.

Clara Alvelos - 01:40

Ok.

Speaker 2- 01:41

Deixa eu tentar agora. O que vai aqui agora?

Clara Alvelos - 01:47

Agora é.

Speaker 2- 01:48

É que eu queria ver também. Pronto. Você está vendo o Figma?

Clara Alvelos - 01:56

O Tutu.

Speaker 2- 01:57

Está, né?

Clara Alvelos - 01:59 Está ótimo agora.

Speaker 2 02:02

Ai meu Deus, por que... Ué, ele ficou inteiro aí para ti?

Clara Alvelos - 02:09

Sim, estou a ver só mesmo o protótipo.

Speaker 2 02:12

E eu não, estou a ver a mancha de guia em cima, não queria. Eu queria ver o protótipo todo.

Clara Alvelos - 02:20 Ai, como assim?

Speaker 2- 02:22

Isso é coisa do meu computador.

Clara Alvelos - 02:25

Ok.

Speaker 2 - 02:26

Mas... Ai, que droga.

Clara Alvelos - 02:31

Não há problema, tempo, portanto não estejas... Sem pressa.

Speaker 2- 02:39

Gente, pois é, que aqui quando eu olho para a tela tá só o... Eu vou tentar o contrário, vou te colocar na tela aqui em cima e vou trazer aqui

para debaixo. Aqui em cima... Não sei porquê. Agora saiu, né?

Clara Alvelos - 03:12

O ecrã estava, tipo aqui, vê se vê bem o computador, estava em zoom. Agora ficou mais afastadinho. Bom, acho que dá certo. Sim, para mim está desde o começo.

Speaker 2- 03:28

Estava ótimo. Pronto. Eu posso começar, não é?

Clara Alvelos - 03:36

Pode, é teu. Lá está. Há coisas que não vão funcionar, mas há onde funcionar no futuro.

Speaker 2- 03:42

Mas aí o fluxo, sigo por algum fluxo específico ou não?

Clara Alvelos - 03:47

Não, olha, vai mesmo com instinto, depois no fim se eu vir cá alguma parte que não exploraste ou não viste, eu indico. Pode seguir no teu coração.

Speaker 2 - 03:57

Tá, pronto. Então, falando sobre primeiras impressões, eu tive uma ótima primeira impressão. Gosto muito das bordas arredondadas e das cores.

Eu acho bem, assim, confortável e gostei muito da imagem também.

Mesmo. Parece que teve uma sessão fotográfica para a plataforma.

Clara Alvelos - 04:30

Eu dediquei algum tempo nisso, só porque eu fiz essa parte. Eu dediquei muito tempo a escolher.

Speaker 2 04:35

Vale a pena.

Clara Alvelos - 04:36 É, que bom.

Speaker 2 - 04:37

É muita diferença. Eu gosto muito e gosto que elas estão olhando para a câmera também. E nenhuma está, tipo, gargalhando, mas todas elas estão bem, estão plenas. Então, entendo que, por exemplo, se eu clicasse aqui eu poderia visitar o site enquanto estou ouvindo a música, ajuda imediata, preciso de ajuda agora, quero saber o que posso fazer e quero explorar o meu ritmo. Eu fiquei com uma dúvida em relação à forma como eu chegaria aqui, eu já saberia do que se trata? O site?

Speaker 2 05:23 Sim, sim.

Speaker 2 - 05:24

A partir do ponto de contato que eu teria, eu saberia do que se trata?

Speaker 2 05:27

O ponto seria sempre a pesquisa no Google e o site aparecer, é isso que eu estou a simular como contexto, com uma breve introdução do que é que o site se trata.

Speaker 2 - 05:39

Agora eu dei scroll aqui, porque a princípio quando eu tinha feito assim, eu fiquei na dúvida se ia ter informação embaixo, então eu vi que tem informação embaixo. Está em segura aqui, está em segura aqui, essa plataforma foi criada para ti, para que possas ir ainda melhor do que me viste. Então, gostei. Controla o teu processo. Fez aí. Controla o teu processo. Contra ajuda perto de ti. E aqui, nesse caso, eu teria em algum momento se eu colocaria... Porque às vezes aparecem aquelas notificações de permitir localização.

Clara Alvelos - 06:21 Sim, sim.

Speaker 2 06:23

Somente durante não sei o quê. Teria algo assim, né?

Clara Alvelos - 06:25 Exatamente isso.

Speaker 2- 06:28

Que aí eu procuraria aqui tudo. Missa hospital. Nossa. Missa hospital.

Clara Alvelos - 06:35

Ok.

Speaker 2 06:45

E aí eu fiquei na dúvida quais são as cores, as legendas das cores. Elas têm algum significado?

Clara Alvelos - 06:55 Não, mas é bobodo.

Speaker 2- 06:59

Porque na verdade assim que eu vi eu até pensei que polícia era uma coisa, hospital era outra.

Clara Alvelos - 07:07

Neste sentido, ainda bem que trazés porque não. Nesta iteração foi só mesmo para representar como é que poderia aparecer. Até porque eu posteriormente gostava que desse para clicar no sítio e veres preview como estás a ver ao lado, porque acho que é bom sentido. Pronto, mas não, é só mesmo a representação de que seria mapa.

Speaker 2 - 07:30

Sim, acho.

Clara Alvelos - 07:31

Sim, mas é bom, esse feedback é bom, porque já há muita coisa no site que tem flow de uma cor que representa uma determinada coisa, ou pelo menos, vou tentar dizer isso, portanto faz toda sentido, obrigada.

Speaker 2- 07:45

Acho que a intenção é falar o fluxo e caçar coisas também, não é? Acho que é útil quando você já está com a visão tão cansada e acostumada, não é?

Clara Alvelos - 07:59

Completamente. É tipo qualquer coisa que tu apontes eu fico tipo... Sim, sim.

Speaker 2- 08:05

Sei, sei, muito bem. Aqui... Entendi. Legal. Isso aqui é caso tenha alguém perto de mim e eu tenho que sair rápido da...

Clara Alvelos - 08:19

Sim. Acho que podes clicar, está a funcionar. Depois acho que é só voltar. Foi assim só uma simulaçãozinha mega básica, mas... Não! O que foi? Isso não foi... Voltou para prototipo antigo, ou não? Sério?

Speaker 2 - 08:37

Mesmo?

Clara Alvelos - 08:38 Não, isso não era.

Speaker 2- 08:40

Era não. Não.

Clara Alvelos - 08:42

Restart?

Speaker 2- 08:43

Tem link aí. Foi, no Restache ele voltou pra ele, mas... Obrigada! Link salvo aqui ainda.

Clara Alvelos - 08:49

Tem que corrigir isso, foi tipo a vifoa antiga. Pronto.

Speaker 2- 08:55

Não serve de console nem todo mundo, a pessoa que não é do design não sabe que o R dá Restache, então tá tudo sob controle. Obrigada. É... Certo, show. Quero conversar com mulheres na mesma situação que tu. Junto de nossa comunidade. Totalmente anônimo, moderado por profissionais em vários termos utópicos. Ai, que legal. Vistei das tardes. Juntar o chat. Eu em breve vou sair clicando nos links, mas por enquanto eu tô dando scroll pra ver tudo. Isso aqui é incrível. Eu, é... Ficou muito legal essa arte. Aí, aqui, eu tive vontade de clicar por uma razão. Porque eu tinha para mim, na verdade, que foram meios que precisamos desconstruir. Imaginei que esse meio seria desconstruído e se eu passasse aqui eu iria para o segundo card ou alguma coisa assim. Mas talvez a outra pessoa que chegasse aqui só passasse.

Clara Alvelos - 10:06

Sim.

Speaker 2 - 10:07

Porque não teria .. Talvez iconismo de Filipe, sabe? Para virar o card, para poder...

Clara Alvelos - 10:16 Aconteceu no Thinkaloud anterior.

Speaker 2- 10:20

É?

Clara Alvelos - 10:20

Exatamente o que você está a dizer. Sim, não se percebe que é para virar, sim.

Speaker 2- 10:28

Mas aí é super fácil, literalmente super fácil de... De corrigir. Criar essa... A fórmula, digamos assim.

Clara Alvelos - 10:37 Obrigada.

Speaker 2- 10:38

Estou amando a linguagem do site, a linguagem visual, sabe? E a tipografia também. Dá o teu testemunho, conta a tua história. E aí, o que eu fiquei com vontade é de voltar para o começo, E que tem como ter aquele botãozinho de voltar para o começo também. Mas eu fiquei com vontade de voltar para o começo para poder ver o que tem aqui. Informações, testemunhos, apoio médico, comunidade, arte. O que tá no menu aqui precisa de ajuda agora.

Clara Alvelos - 11:24

É se tivesses dito que sim, querias a localização, não é? Falta essa parte.

Speaker 2 - 11:30

Sim, sim. Polícia Municipal de Dois Vedras, precisamos de imediato. E aí, como é que funcionaria? Assim, eu clico e aí aparece-lhe o telefone e eu...

Clara Alvelos - 11:46

A ideia, eu acho que isto no website não funciona tão bem, no desktop não funciona tão bem do que no mobile, mas como já é especificamente a Polícia Municipal de Torres Vedras já era chamada direta, já ligava para lá. No website é que por acaso no Mac dá para fazer porque liga o iPhone, se eu clicar faz chamada.

Speaker 2- 12:07

Pois é.

Clara Alvelos - 12:07

Mas não sei como seria noutra device e tenho que pensar nisso. E até como representar, porque eu gostava de representar essa chamada, não sei se não vou ter que depois fazer o mobile e pronto, e simular que... Sim. É mesmo para ligar, essa aí não vai para nenhuma página, faz a chamada imediatamente.

Speaker 2 - 12:25

Mas é, sim. Mas é uma questão mesmo, isso de telefone quando aparece no Google, por exemplo, é sempre... A sorte é de, tipo, eu tô com o MacBook

e tenho o iPhone, é que eu copio ali e já colo no iPhone e a vida saiu, né? Mas, obviamente, a gente não tem como contar com isso, né?

Clara Alvelos - 12:47

Sim, exato. Isto aí é pensar também na versão mobile, porque eu acho que depois desenvolver a mobile, talvez a desktop já não precise de ter isto imediato, porque eu acho que se quiseres ligar, não vais ligar pelo computador, podes só ter mesmo a informação do número, por exemplo, ter o número por baixo e pronto.

Speaker 2- 13:06

Sim, é, mas faz sentido, porque se eu estou desesperada, perai, deixa eu ligar o meu computador e vou, não sei, se vai pelo celular, a versão mais rápida e prática é você ir pelo celular. É... Associação, quero falar com alguém... Eu imagino que o S.O.S. Na página inicial seria... Teria a mesma função que esse daqui, não é? Ou pelo menos é a sensação.

Clara Alvelos - 13:37

Sim, o que é que poderia... Não preciso dizer só o que é que dá a sensação, é o que é que tu gostavas que fosse esse S.O.S. O S.O.S.

Speaker 2 - 13:56

O SOS, eu gostaria que ao clicar, por mais que seja uma coisa que eu precise de ajuda imediata, é bom ter a possibilidade de escolha também Então, até pelo próprio princípio por trás, né? Se eu tenho que controlar meu processo, seria ruim clicar no botão sem saber e fazer ele decidir por mim Então, eu gostaria de... Não sei se de repente isso de o SOS me leva pra essa página Ok. Que já diz tudo aqui. Eu tenho como uma coisa mais imediata, eu tenho a curto prazo, a médio prazo, e por aí vai.  
Clara Alvelos - 14:37 Sim, sim.

Speaker 2- 14:37

Imagino que... Imagino não, seria o que eu esperaria, né? Não clicar nas minhas chances. Na verdade, o tipo de pergunta que eu faço é quase como embutido... Seria o que eu esperaria aqui e tal.

Clara Alvelos - 14:56 É a mesma coisa.

Speaker 2- 15:00

Encontrar ajuda perto de ti. Isso porque eu cliquei no... Preciso de ajuda agora.  
Encontrar ajuda perto de ti. Eu também acho que faz sentido, na minha cabeça, ter tanto aqui quanto aqui. Tem gente que vai fazer scroll por curiosidade e... E é bom estar ali. Quero saber o que posso fazer. Informações de recursos. Ai, que lindo. Informações. Se chegar até aqui, queremos que saiba que você não está sozinho. Criamos este espaço com o coração para te ajudar a se informar e, acima de tudo, cuidar de ti, do teu bicho, dos seus dentes, das suas cores e do teu estômago. Você pode me ajudar. Podes ir só ler, podes ir lá dar coisas para mais tarde, podes contar a tua história se quiseres, podes parar o teu livro se quiseres. Tá bom? Ui, ele voltou! Não!

Clara Alvelos - 16:03

Erro que encontramos, ok? Eu preciso de pôr esse sair noutro sítio.

Speaker 2- 16:07

Muito bem.

Clara Alvelos - 16:10 Mas sim, assim funciona.

Speaker 2- 16:11

E aí ele abre embaixo pacotinho.

Clara Alvelos - 16:17

O texto não está muito bem tratado, mas clicares aí no que é violência, pelo menos o primeiro funciona.

Speaker 2 - 16:25

Mas foi nele. Tá, acho que é porque eu cliquei aqui.

Clara Alvelos - 16:28

É porque estava aí a cruz ao lado, essa cruzinha sobrepocada.

Speaker 2- 16:32

Tá.

Clara Alvelos - 16:33

É esse botão que está... E até é bem apanhado porque...

Speaker 2- 16:38

É, não é? Porque é só para vir para cá.

Clara Alvelos - 16:39 É o Zara Janeiro aí, yeah.

Speaker 2- 16:42

Ok, ok.

Clara Alvelos - 16:43

É isto que nós fazemos estas coisas, amo.

Speaker 2- 16:47

Estas coisas.

Clara Alvelos - 16:49

O texto não está muito bem tratado, mas só para dar aqui uma projeção, eles não estão todos prototipados, mas é a regra que é a mesma nas outras.

Speaker 2- 16:59

O que eu posso fazer agora? Desculpa, eu tô pensando no Outloud agora, eu tava lendo. Sim, sim. Legal que tem essa parte de artigos. Não dá para clicar, não é?

Clara Alvelos - 17:35

Não.

Speaker 2- 17:35

Clica aqui para ver se há pistas, não sei.

Clara Alvelos - 17:38

Mas a ter a gira agora do protótipo final, é usar mesmo artigos reais e dar para encaixar com artigo que existe mesmo.

Speaker 2- 17:46

É verdade.

Clara Alvelos - 17:47

Mas dá para pôr o link, não é? Para outra página?

Speaker 2- 17:52

Sim.

Clara Alvelos - 17:53 Vê se consegue.

Speaker 2- 17:54

Eu não sei se é artigo, mas é termo. Que é Vortex do Trauma, o nome. E certamente deve ter artigo sobre isso, eu acho que tava num livro. E acho que isso aqui é... Meu Deus. Seria muito, realmente... Porque eu acho que pra cada pessoa tem impacto diferente e a forma como ressoa também é diferente. Para algumas pessoas pode ser pura e exclusivamente arte ou música. Para mim ver esse tipo de coisa e conhecimento e clicar e... Sem dúvida. Seria super útil. Saber que é embasado, entendeu? Porque te valida, né?

Clara Alvelos - 18:42

Sim.

Speaker 2 - 18:43

Ser embasado cientificamente. É... Incrível. Aí, aqui. Mas aí eu quero falar com alguém, por exemplo, o que eu imagino se eu clicasse? E aí, falando no sincaudio real aqui, aí, é... Eu imaginaria que aí nesse caso seria uma ajuda profissional ou de psicólogos específicos da plataforma ou tendo sido, tendo havido uma curadoria desses psicólogos Porque assim, quero falar com alguém, tá aqui a lista de psicólogos na sua cidade não serve de muita coisa porque

nem todo psicólogo ou psicólogo tem informação nessa área específica.

Clara Alvelos - 19:53

Sim, tem que ser especializado na área, sem dúvida.

Speaker 2- 19:56

Então, eu imaginaria que apareceria .. Acho que até a gente falou no workshop isso, né?

Clara Alvelos - 20:04 Tem que ser especializado, não é?

Speaker 2- 20:07

É, especialidade, às vezes, eu não sei se eu falei isso, que uma vez eu tinha visto meio que uma planilha de Excel na época que eu morava no Brasil ainda, que era ginecologistas, eu não sei se era Brasil ou se era Fortaleza E aí tinha o nome da médica, a especialidade, mas tinha outras informações também, tipo, hobbies ou qualquer coisa nesse sentido, que ajudava a caracterizar, porque nem que fosse Porque tem hobby em comum e aí esse é o critério que você usa. Porque eu acho que quando tem uma lista super aleatória, é mais passo que te instancia. Tipo, eu não sei quem eu vou escolher, então... Depois eu volto aqui, sabe?

Speaker 2 - 20:53

Na verdade essa parte dos hobbies, não sei se eu acabei de inventar na minha cabeça ou se tinha, mas eu lembro que era uma planilha que não tinha só o nome e a profissão, entendeu? Tinha outras coisas e eu acho...

Clara Alvelos - 21:03

Isso traz imenso sentido, até porque humaniza muito a pessoa, não é?

Speaker 2- 21:08

Exato!

Clara Alvelos - 21:09

Diminui o tamanho da pessoa quando estás a imaginar pedir ajuda ou estar com essa pessoa, não é? Diminuir bocado o peso dela, tornar-me humana igual a ti.

Speaker 2- 21:21

É verdade.

Clara Alvelos - 21:22 Bem apontado, sim.

Speaker 2- 21:24

Aí aqui, se eu clicar aqui eu lhe volto para o braço humano. Sim, deu certo, né? Eu tenho essa mania de sempre voltar pra cá, em vez de navegar por aqui, mas é só porque eu meio quero sempre ter certeza de que eu vi o site inteiro. Isso vale pra todos os sites, não somente pra todos. Então, eu fico indo e voltando pra isso, assim. Quero explorar meu ritmo, arte. A força do teu silêncio movimentando... Ai, que coisa mais linda. E aí eu consigo adicionar arte também. Ai, que fofo. E aqui... Aqui dá pra mexer, né? Ok, eu não tinha percebido a princípio, mas como tinha... Achava que era arte, assim, aparecendo por uma parte e estaria lindo também, se fosse. Mas eu gostei muito. Eu acho que tendo algum tipo de... Também a affordance pra pessoa saber que pode...

Speaker 2- 22:34

Que isso é mural, sabe? Acho que fica mais claro e adoro essa ideia, inclusive. Fica bem livre mesmo e dá essa sensação de mural realmente né.

Clara Alvelos - 22:49

Sim, e também no spoiler, no tinkelado anterior também houve o mesmo input, porque para mim é óbvio que isso está para explorar porque a ideia foi minha, não é? Mas para a pessoa que vai ver pela primeira vez, tipo, o meu namorado também sabe, eu testei com ele, mas ele já ouviu que isso está para arrastar e é uma espécie... A minha inspiração foi o miro, tipo, desde .. Adicionar e vai ficando e é tipo uma parede infinita de partilha, não é? Pronto, mas óbvio que está claro que... Que dá para explorar dessa forma.

Speaker 2- 23:21

Mas aí eu fiquei na dúvida com relação a coisa, isso aqui no caso, já viria assim ou são coisas que eu mesma coloquei?

Clara Alvelos - 23:32

É pouco dos dois, eu acho que poderia começar com as coisas que eu posso

pôr como designer, mas depois ao longo do tempo é suposto as pessoas que entraram poderiam adicionar. Claro que tem que ser, como estavas a dizer, tem que haver uma cura de... Como é que é? Cura de... Isso!

Speaker 2- 23:47

Cadoria, não é?

Clara Alvelos - 23:49

Exato! Tem que haver uma aprovação pela minha parte, vá como responsável da plataforma, para autorizar se fica ou não, e ficando, porque também não sei, tenho medo que as terceiras partes a tentarem... É pouco provável, mas pronto, é tentar fazer...

Speaker 2- 24:04

Não, mas eu entendo a preocupação. Acho que o que ficou na minha cabeça foram duas coisas, na verdade. A primeira pergunta, se eu não consigo entrar enquanto utilizadora, né?

Clara Alvelos - 24:18 Ainda não, não.

Speaker 2- 24:20

Porque se eu conseguisse e eu tivesse isso aqui, e se eu tivesse uma parte que era o meu mural, e aí eu conseguisse colocar imagens e música e tal, e se fosse meio que o meu mural pessoal, e eu posso ou não partilhar, aí eu... Entendo... Aqui, nesse caso, também acho que faz super sentido, ele já existir Quase como .. Olha o que é possível fazer E, inclusive, como, tipo... Essa música é legal pra você ouvir A música que é herói e tal, e... Aqui... Tá, agora eu vou ouvir, tá 34 segundos... Ok Porque.

Clara Alvelos - 25:02

Quando.

Speaker 2- 25:05

Eu ouvi... Como no caso ela tá tipo ela é o modelo e tal eu achava que era card só cat para card e não quero contato com a uma pessoa real para conversar entendeu o é E aí nesse caso, por exemplo, aqui poderia ser uma

foto minha que eu coloquei, que ela é significativa para mim e tal, né?

Clara Alvelos - 25:44

Ainda não trabalhei, não pensei muito, esta foi a última página até que eu fiz, não pensei muito nos formatos, mas de certeza que eu me estou a esquecer de coisas que podíamos pôr, até porque, acho que é no FigJam, quando tu adicionas link, aquilo transforma-se numa espécie de cardzinho com uma preview, por exemplo, pode ser uma notícia, pode ser artigo, e eu gostava de representar isso também aí. Tens de adicionar link, ficar tipo com os artigos que estavas a falar ou uma notícia ou qualquer coisa que seja, há tantos formatos de coisas que podem ser válidas. É fazer o card dessa notícia e depois tu podes guardar, não sei ainda, não explorei muito bem essa interação depois como login ou como espaço pessoal, mas podes dar apoio, tipo, pronto. Também podia dar para copiar, não sei, tenho que pensar, explorar bocadinho mais, mas...

Speaker 2- 26:38

O que eu esperaria é eu clicar aqui, sério, justamente quando você clica aqui e abre aquele tipo de modal... Eu esqueci o nome... Que te pergunta o tipo de coisa, que tipo de mídia você quer colocar, né? Porque se for link... Só como de ver e isso se transforma uma coisinha se for uma foto ele abre o meu negocinho e tal exato computador e tal é mas eu se eu fosse clicar aqui eu sabendo do que é e tal como é eu esperaria isso é E cadê? Acho que tá... Tá. Ok. E aí eu vou voltar pra cá. Voltei. E... Assino aqui. Juntar o chat. E o chat. É... Welcome to the show. Desculpa, diferença. Olá, meu nome é Rita. Desculpa, meu nome é Rita. Aí eu... Tá. Tenho 7 participantes, é uma gradeura. Não, o bom que eu tava lendo.

Speaker 2 - 27:58

Olá, meu nome é Rita. Aí depois eu guia. Olá, meu nome é Rita. Aí eu... Certo, então os dois balões dizem a mesma coisa. Deve ser por conta... Aí depois eu... Olá, meu nome é Rita. Aí eu... Tá. É dummy text. Ok.

Clara Alvelos - 28:12 É só simulação de texto, não é.

Speaker 2- 28:18

Suposto fazer... Porque eu li aquilo, tá, então a mesma mensagem que está aqui ela aparece aqui embaixo, certo, tudo bem.

Clara Alvelos - 28:25

Não, é só simulação de texto, devia ter parado. Até porque eu depois decidi queria pôr tudo anónimo e ela diz, olá o meu nome é Rita. Portanto não tem muito sentido, eu tenho que alterar isso, porque primeiro eu achei que poderia haver a possibilidade de tu pôres o teu nome, editares o teu nome, acho que não vou assim tão longe no protótipo agora para até mostrar o ecrã em que editas o teu nome, não vou fazer isso, mas queria que houvesse a possibilidade de te identificar, mas depois pensei, falaram da cena do anonimato, acho que depois se quiseres partilhar quem tu és podes partilhar no texto, ou seja, dizer que o teu nome é XYZ ou se quiseres partilhar com alguém, sei lá, algum trabalho teu.

Clara Alvelos - 29:13

Uma rede social, o whatever, se quiseres mesmo identificar, caso não é uma cena necessária, podes fazê-lo pelo texto. É isso que eu queria mostrar quando tenho o abacaxi de Rita, mas o teu nome é Felipa Branca, porque o sistema assume nome relacionado com as folhas e com a natureza que eu fui escolhendo para elementos visuais.

Speaker 2 - 29:35

Mas eu entendi isso mesmo, eu achei super ok, porque eu acho normal, acho que o sistema dar essa previsão, provisão. Anónima é ótimo, se você quiser manter anónima é ótimo, se não quiser também tem essa opção. Tipo, é proibido dizer o seu nome também, não parece impossível. E eu acho que muitas vezes nessas horas a pessoa quer de fato falar o nome, até porque não é algo que dá pra identificar ninguém, só o nome, né?

Clara Alvelos - 30:12

Claro, claro.

Speaker 2 - 30:13

Para mim faz sentido e muitas vezes você vai sentir mais próxima da pessoa que falou seu nome e tal. E num diálogo nem todo mundo precisa dizer seu nome e tal também. Mas daí, então quando eu clico nesse canal aqui, o que apareceu? Essa conversa tá dentro desse canal aqui. Foi essa a... Parecia isso.

Clara Alvelos - 30:40

Meu protótipo não vai mais longe do que isto. Esta parte é só spoiler, só esta página. Mas sim, eu acho que a ideia foi só passar que... Há vários canais, são todos moderados, portanto, tem ali a moderadora do TTS, a Paz, essa tem identificação até para depois podes pesquisar os contactos e assim. Vários canais, eles têm o mesmo nome, claramente eu tenho que mudar o copy e pôr diferentes tipos, né, de coisas que, por exemplo, pode haver que seja arte e tu possas discutir qualquer coisa relacionada com o mural que tu viste, né, ou com... Pode ter vários assuntos, até se quiseres sugerir alguns, caixas que possam fazer sentido, super...

Speaker 2 31:27

Pois é, mas aí também, tipo, eu poderia ter a possibilidade de criar tópico ou... Ou não é uma questão?

Clara Alvelos - 31:37

Não foi, não pensei nisso, mas força, tipo, acho que sentes esses instintos?

Speaker 2 - 31:44

Eu acho que eu teria, eu veria tudo que está aqui, mas vamos supor, daquele assunto do artigo na página inicial. Se eu tô aqui, eu vi tudo, eu li várias coisas e tal, mas eu queria falar sobre trauma e memória, ou memória do trauma, sei lá. E eu... Como é que faria? Mas também a parte ruim seria porque se você fosse criar tópico, obviamente ele não poderia ser criado automaticamente, teria que ver se... Vai fazer tópico chiclete, tipo, aleatório, banana com chiclete E precisaria ter o teu moderador E aí entra a questão de ter a conta ou não, né? Aí acho que é outra... Essa é outra questão, porque como é que eu sou a Tulipa Branca, é nome que eu ganho, tipo o Google Docs, quando você entra e você tem...

Clara Alvelos - 32:50

Esse foi o meu instinto, mas na verdade se tu quiseses fazer isto over time, ou eu consigo arranjar, pesquisar bocadinho sobre alguma tecnologia que reconheça o teu IP, que reconheça o teu computador e tu vais ser sempre reconhecida como Tulipa Branca, mas depois as pessoas também vão querer me socializar. Olha, eu sou sincera, eu acho que isso é uma coisa mesmo muito importante da parte da plataforma, não está ainda mega desenvolvida, mas o meu instinto até depois de ter começado a trabalhar foi, se eu fizesse isto na realidade e não houvesse Como é que eu ia te explicar? Tipo, as questões todas da investigação e de eu ter que cumprir certas normas, para mim isto era discórdia. Tipo, não tenho dúvida porque é uma plataforma que já existe e eu, por exemplo, criaria...

Clara Alvelos - 33:40

Imagina, o nome o Safe Haven é só nome temporário que eu depois, mas não sei se vai ficar a final do projeto, até porque depois no questionário eu vou perguntar se tens ideias para o nome. Por exemplo, o Sayfaban tem branding, o Sayfaban, tu vês o website, ok. Nós temos isso na nossa empresa, tem uma reencaminhamento muito direta para o Discord e quando clicas aparece-te invite, aceitas e estás dentro de uma comunidade mega controlada, porque o Discord é uma plataforma mega controlada, onde pode estar anónima. Não conheço ninguém no Discord sem ser eu, porque uso para trabalho, que tenho o nome e a foto. Sabes, é uma coisa, toda a gente chama o nome do gaming, é uma coisa muito, tipo, já por si, quem usa numa de não se identificar.

Clara Alvelos - 34:34

E depois tens esta cena de poder criar os canais, tipo teres vários tipos de conversa, dá para teres moderador, isto já existe e para mim seria uma ligação para o Discord, mas por outro lado, acho que também pode ser interessante. Decidi continuar aqui com esta parte, porque acho que pode ser interessante só mostrar que eu desenvolvi isto, porque também foi pedido e foi uma questão, e não estou a ir poupar trabalho, a ir buscar... Sim, entendo. Estás a ver?

Speaker 2- 34:58

Aqui não é aquele negócio de, não, essa página aqui é inteligência artificial, tu é que clica aqui no botão e está pronto. Exatamente. Eu entendo, eu entendo.

Clara Alvelos - 35:07

Mas sim, mas acho que o que estás a dizer, primeiro é tudo mega relevante e depois acho que é uma pergunta que eu tenho que fazer agora no fim desta ronda da fase avaliativa e até pode ser uma coisa que discuto com todos os testes, que é, no fim desta navegação faz sentido fazer login com o Etherson Profile? Acho que é uma coisa que podemos refletir bocadinho no fim.

Speaker 2- 35:25

Pois é, assim, pelo menos ao meu ver, a princípio faria, principalmente em termos salvar coisas aqui, sabe? Ao invés de eu sair por aí printando coisa no Instagram e vai deixar lá uma coisa que eu vi, fica quase como realmente espaço seguro para eu poder concentrar essas informações aqui. Aí sim, parece sentido, quer dizer, faz sentido para mim isso e com relação a essa parte de mensagem não existe a possibilidade de você ter meio que uma janela do Não sei, eu acho que eu concordo contigo no sentido de... Tá aqui, por mais que alguém diga, mas daí tem como fazer discórdia disso. É verdade. Pronto, mas eu fiz isso, é melhor do que não fazer e... Que é só ir no discórdia, de fato. Mas sim, é porque também eu não tenho... Eu praticamente nenhuma, quase nula, experiência com discórdia, então...

Speaker 2- 36:35

Por isso que eu falei aqui. Eu acho que se clicar aqui então é a conversa daqui, né? É só porque eu não tenho experiência com discórdia. É, então se eu voltar pra cá... Juntar o chat... Isso aqui já explica do que se trata e como lidar e tal. Essa... O copy também tá... Eles tão muito bons, tão direitos de a linguagem também. Aqui eu consegui... Aqui eu... Isso aqui eu nem sabia.

Clara Alvelos - 37:20

Só estão esses dois a funcionar, basicamente. Podes fazer over e eles... A ideia era abrir todas, né? Tipo, ele abrir tudo. É, tem que acabar isso.

Speaker 2- 37:32

Não sei como estou a dar uma parada com o carinho. Isso aqui não é? Ele estava indo para cá. Pelo menos.

Clara Alvelos - 37:45

Quando tu interages, eu vou mudar as coisas assim, ou de leve. Primeiro, o que é que está a Malia a fazer no Figma, a mudar em protótipo?

Speaker 2- 37:53

Eu sou a pessoa ideal para isso, porque eu literalmente quero clicar em todas.

Clara Alvelos - 37:57

As coisas possíveis, então... Completamente, por favor.

Speaker 2- 38:01

Quero ver a história... Quando... Quero... Acho que travou. Travou? Hello? Sem hora. Pronto, voltou. Oi! Eu tinha travado.

Clara Alvelos - 38:27

Fiquem sem net, estou aqui, vou me ligar aqui aos dados. Não sei porquê. Outra vez, espera aí outra vez. Estás-me a ouvir?

Speaker 2 - 38:38

Voltou.

Clara Alvelos - 38:40

Ok. Ok, é o meu computador que bloqueou-me pouco, peço desculpa.

Speaker 2- 38:44

Está tudo bem. Aqui... Dá o teu testemunho, aponta a tua história, ele vai para o chat então, não é? Ou não?

Clara Alvelos - 38:56

Não, não. Isso não está bem. Ok, deixa-me corrigir num instante e vamos fingir que isto foi para o sítio estético. Eu já descobri a seta.

Speaker 2 - 39:10

Pronto.

Clara Alvelos - 39:16

Acho que já deve estar. Esse já deve estar. Não.

Speaker 2- 39:21

Esse não foi. Foi o outro.

Clara Alvelos - 39:23 O outro também não está.

Speaker 2 - 39:24

Não foi.

Clara Alvelos - 39:26

Será que é preciso pôr de novo? É, o restart o... Coloquei o link de novo. Não, é para este. Não está. Será que estou corrigindo errado?

Speaker 2 39:42

Ele está indo para o... Se ele vier aqui no... Ó, vai pra essa página, né?

Clara Alvelos - 39:49

É, sim.

Speaker 2- 39:50

Mas eu vim aqui pelo menu.

Clara Alvelos - 39:52

Pois, sim, mas é suposto aparecer essa página, sim. Tipo, é a mesma página, só não tá bem ligada.

Speaker 2- 39:59

Tá. Aqui apareceu que a fonte tá missing. Quando eu fiz o hover aqui no informações, ele mudou, só pra te avisar.

Clara Alvelos - 40:09

Sim, era suposto se funcionar, tipo, dar .. Quando fazes over, ficar itálico.

Speaker 2 - 40:16

Itálico, né? Depois dá ele num...

Clara Alvelos - 40:18

Mas não está a funcionar. Ok, também é bom feedback.

Speaker 2 - 40:23

Só para saber, testemunhos. Maria e geração. Então, imagina clicando aqui.

Clara Alvelos - 40:31

Se tudo funcionar... Agora foi, né?

Speaker 2- 40:36

E aí eu tô vendo que tem esse tipo de interação aqui de reação, né? Achei muito legal também. E vi que tem a questão do salvar para mais tarde, né? Eu clico aqui, mareja na sol... Aí...

Clara Alvelos - 40:53

Não vejo o... Se clicar fora do retângulo, não desaparece.

Speaker 2- 40:58

Não, eu cliquei. Pronto.

Clara Alvelos - 41:04

Isso eu não vou conseguir compor agora mas basicamente talvez se voltares atrás no teclado voltou o ecrã pronto era suposto clicares fora e funcionar.

Speaker 2- 41:14

Pois é, aí é que tá eu cliquei fora ali e não foi, sendo que eu já fiz isso uma vez e não tenho que alar a pessoa destancou, não tem x, não, acabou, vou sair daqui.

Clara Alvelos - 41:28

Muita gente não tem a nossa quantidade de interação com o digital, tem que ser muito óbvio.

Speaker 2- 41:37

Pois é, exato. Enfim, ter grupo de amigos.

Clara Alvelos - 41:44

Sabes quando estás a ver o prato pela milésima vez, mas alguém está a vê-lo contigo e tu agora reparas nas coisas?

Speaker 2- 41:55

Sim!

Clara Alvelos - 41:55 Estás a ver as coisas e eu.

Speaker 2- 41:56

Estou a ver na minha cabeça os tiny errors. Mas isso é ótimo!

Clara Alvelos - 41:58 Que esteja aqui na apresentação.

Speaker 2- 42:12

Então pronto, entendo que... É quase como mini Reels que eu consigo ter acesso. Agora... Porque essa é a página de testemunhas, né? Tá, show. Próximo eu vou sobrar steak, não tive culpa. E aí nesses casos de texto eu não interajo com eles, né?

Clara Alvelos - 42:37 Não, pra já não.

Speaker 2 - 42:39

Não conto não, ok. Show. E aí esse aqui imagino que também fosse .. Vídeo também? Ou alguma coisa? Ok. Show. Voltando. A informação é reservada... E vem pra essa página. Essa... Tá. Eu fiquei pensando se eu... Porque nessa página tem tanto... Praticamente guia de como usar, e tem esse conteúdo aqui e tal, e pra cá, e artigos, é uma página super rica. Sendo que quando eu leio informações, me parece algo mais burocrático. E, ou seja, informações, sei lá, pareceria aquela página... Como é o nome? Eu tenho três neurônios na minha cabeça atualmente, necessidade de segundo. Então, todas as palavras eu tô esquecendo. Institucional. Pronto. Parece uma página... O que eu clicaria vira uma questão... Uma questão... Mais institucional. Fosse alguma coisa mais do tipo, sei lá...

Clara Alvelos - 44:10 Sim, é pra...

Speaker 2- 44:10

Não sei, guia pessoal... Sim, sim. Uma coisa mais assim, talvez fosse mais instigante. Na verdade, não é nem só sobre ser instigante, faria juiz da página, porque ela é realmente muito rica.

Clara Alvelos - 44:21

Ok.

Speaker 2 - 44:22

Assim... Tá dentro das minhas, assim, preferidas, porque traz vários tipos de informação que eu passaria horas nela, sabe? Assim, no primeiro momento e tal. E testemunhos, faz... Faz luz a palavra, imagina de fato, aí apoio médico seria.

Clara Alvelos - 44:54

Ainda não existe a página basicamente, só para não andares à procura.

Speaker 2- 44:59

É.

Clara Alvelos - 45:01

Importante ver essa página, mas eu não consegui acabar e acho que não vou fazer. Posso só explicar ou se conseguir depois de a tempos faço, mas é só essa parte de tipo apresentação dos médicos especializados, tipo que estão mais próximos, bocadinho mais em detalhe, essa cena dos hobbies, tipo pronto.

Speaker 2 - 45:22

O que eu tava na dúvida era se essa página de médicos e tal seria a mesma que isso aqui, mas acho que não, né? Essa é mais voltada pra questão de saúde mental e tal, né? Imagina. Ou pelo menos essa é a sensação que dá. Comunidade... Comunidade... Que aí seria essa parte do chat, né? Eu fiquei com uma sensação de que eu iria querer chegar em uma página inicial, tipo uma landing page, não é landing page, mas enfim, uma página inicial, para que aí sim eu escolha o... Mas é como se eu abrisse o WhatsApp e já entrasse direto na conversa, você fica, não, não ia, não queria entrar agora.

Clara Alvelos - 46:17

Sim, sim, faz todo sentido. Tem que ter uma página antes desta.

Speaker 2- 46:25

Eu consigo entrar e aí eu consigo sair por aí clicando, eu vejo quem é o moderador, vejo quem está aqui e tal.

Clara Alvelos - 46:32

Com pequeno onboarding para perceber também o que é que se trata a cidade.

Speaker 2 - 46:37

Exato, exato. E a arte que aí é o mural, né? E aí, se isso aqui for mural da comunidade, Talvez pudesse ter alguma coisa escrita, adicionado por Pétala Rosa, né? Adicionado por não sei quem, não sei quem, né?

Clara Alvelos - 46:56

Sim, isso eu imagino, foi boa ideia.

Speaker 2 46:59

Porque você vê vários nomes e você fica, posso, quero contribuir e tal, porque senão parece que o sistema colocou, então não vou nem mexer no sistema.

Clara Alvelos - 47:08

Pra não... Sim, isso é muito boa ideia.

Speaker 2- 47:12

E o SES tá aqui, né? Pronto, ele veio pra cá, era o que eu esperava que o SES aplicasse. E me dá a sensação de que se eu clicasse aqui no símbolo, a sensação que me dá é que se eu clicasse no símbolo do Spotify eu teria uma playlist específica do Safe Haven, entendeu? Que aí eu adoraria também.

Clara Alvelos - 47:40

Exatamente. Eu tinha uma, então... Até podes fazer uma, se quiseres fazer uma para mim, depois pomos tipo no protótipo final.

Speaker 2- 47:47

Sim!

Clara Alvelos - 47:48

Com as músicas que tu escolheste. Ninguém precisa de saber, fica a tua marca no projeto.

Speaker 2 - 47:59

Não se preocupe que eu com certeza farei isso. Ok, boa. E acho que eu fui em todas as partes, não é? Aqui.

Clara Alvelos - 48:09

Sim, sim. Não há nada que não tenhas visto.

Speaker 2 - 48:14

Mas está incrível, acho que não tem perigo de você não entregar. Para agora já, porque já está... Obrigada. Assim, não é tão horrível, não está protótipo final, não tem nada disso.

Clara Alvelos - 48:30

Obrigada, também já passou muito tempo, mas eu acho que para ser muito sincera, agora é também já que acabámos. Se não tiveres mais nada para explorar, óbvio.

Speaker 2 - 48:39

Não, não.

Clara Alvelos - 48:39

É só para partilhar que eu bloqueei bocado, sabes? Tipo, eu acho que a cena desta tese é que... Isto ganhou peso bué grande para mim e senti uma responsabilidade muito grande e bloqueei completamente. Tipo, a certa altura, tipo, tu não tens noção da quantidade de protótipos que eu tenho. Tipo, eu posso-te mostrar o meu filme se tu quiseres ver, é ridículo. Eu acho que a partir do 13, isto nunca foi sobre... Eu podia ter entregue, estás a ver? Eu tinha feito as coisas, não foi falta de fazer, foi... Eu senti tanta responsabilidade no tema que é e nas pessoas que participaram, terem dado bocadinho delas, que ganhou uma dimensão que nada para mim estava suficiente. Nem nunca nada estava suficiente para mim, sabes? Então bloqueei-o completamente, tornou-se uma cena tipo... Para quê que eu meti nisto?

Clara Alvelos - 49:42

No género, eu quero fazer porque é uma honra e é muito importante para mim, toca muito no coração. Quero muito transformar o tempo que vocês puseram no workshop em algo que realmente, pelo menos, não tem que ser real, ser mesmo uma plataforma, mas pelo menos contribua para a academia. Que alguém dia leia a minha tese e pense, se calhar, de facto, podíamos trabalhar

mais nesta área e ajudar mais. Não só a minha área, mas a violência contra as mulheres no geral. Desbloqueei completamente isto, ganhei peso enorme e há pouco tempo houve qualquer... Eu sei o que é que foi, mas também foi muito pessoal, tive trigger, tipo .. Ao contrário de mau, foi tipo desbloqueei qualquer coisa na terapia, que foi tipo, há pouco tempo, está tudo bem.

Clara Alvelos - 50:30

Está tudo bem, eu consigo fazer isto e o mundo não vai acabar se eu fizer erro ou se não estiver perfeito. Tipo, está tudo bem, consegui desbloquear e depois fluiu. E também o meu namorado, como eu te disse, também a Daria ajudou-me muito na parte do prato. Não só na parte técnica, mas a dar-me a mão a dizer, claro, isto faz sentido. Não estás tipo, está tudo bem. Sim, sim. Foi muito psicológica a minha cena. Não foi aquela cena de, epá, estou-me a lixar para a tese, agora estou a trabalhar. Tipo, não queres saber. Nada estava suficiente para mim durante meses e meses. Depois a minha orientadora dizia tipo, Clara, por favor, isso está ótimo, faz show, não tem que estar perfeito. Nenhum protótipo está perfeito, está tudo bem.

Clara Alvelos - 51:14

Mas para mim era tipo, não, tem que estar perfeito, está tudo bem por mim, por elas, por todas as mulheres do mundo.

Speaker 2- 51:19

Olha, eu entendo perfeitamente mesmo. Uma das coisas que me ajudou a pensar na época da minha dissertação, na época do TCC, da faculdade, foi que quando eu tirei o peso de mim, de que era a única solução possível, entendeu? Ou seja, eu estudei tudo isso, e aí eu fui atrás, e aí eu fiz... Eu tinha feito entrevista quantitativa e qualitativa, assim, digamos assim. Eram 300 mulheres. Então eu tava, assim, foi durante a pandemia e era online, então as pessoas aproveitaram o tempo que tinham ali. Uma das coisas que eu mais falo para falar sobre o impacto que é foi que a parte aberta que tinha no final, tipo, se você quiser falar sobre sua experiência. Pode colocar aqui. Era caixão aberto, ela podia só, tipo... Não, vou só responder essa parte rápida e vou enviar o caixonete. 286 mulheres.

Speaker 2 - 52:19

Tiraram tempo pra escrever, tipo, e eram... Às vezes eram parágrafo, às vezes eram parágrafos. Então, tipo, foi uma coisa, assim, surreal. E eu também tava nessa de... Tem que estar o mais perfeito possível. E eu passei mal tempo fazendo a parte escrita, e era projeto. Tipo, era o equivalente ao projeto que tem aqui no mestrado, só que na graduação. E eu passei muito tempo fazendo a parte escrita, porque eu queria fundamentar de todas as maneiras, não sei o quê, não sei o quê. E aí, uma das formas que eu achei de tirar o peso dos meus ombros foi quando eu, inclusive, na conclusão do trabalho, eu tinha deixado claro que, tipo, essa é uma das soluções possíveis e isso é convite para que mais soluções sejam feitas.

Speaker 2 - 53:06

Então, tipo, o seu trabalho é convite para que a academia passe a pensar mais sobre esse assunto na disciplina de interação, não é o final. Seria muito ruim se o seu trabalho fosse o final, porque.

Speaker 2

Significa que ninguém mais estaria falando sobre isso, não é?

Clara Alvelos - 53:23

Sem dúvida. É mesmo isso. É mesmo isso. Tipo, aí nós tínhamos de ter falado mais cedo. Demorou completamente. Demorou bocadinho, mas já... E até eu hoje tive uma... Eu vou fazer .. Vou trabalhar com a...

Speaker 2 - 53:37

A...

Clara Alvelos - 53:38

A ver se eu não digo isso mal. A, C, M, V... Não. A, M, C, V. Não. A... Ok, calma. Associação Contra as Mulheres Vítimas, ACMV. Eu troco sempre. É uma associação aqui em Portugal, em Lisboa, que é capaz de ser a principal a seguir à PAV, que trabalha contra a violência sobre mulheres. Focam-se ali na doméstica, eles chamam sexualizada, violência sexualizada. Já nem sei se os meus termos da tese estão bem, mas pronto, depois também cada pessoa tem o seu... Cada escritor também fala da forma diferente. Tive uma reunião com elas, fui trabalhar com elas a fazer voluntariado e tentar ajudar lá. E apresentei a minha tese, assim, muito de alto, não foi com apresentação, foi só falei sobre a cena. Pai, a presidente disse-me tipo, claro, por favor, não deixes isto.

Clara Alvelos - 54:40

Que ficar no ar no mínimo, ponha no papel e lance e depois disso não desista de criar mesmo a plataforma e de programá-la porque sabe lá se isto não faz a diferença, não é por não ter uma associação como elas têm. Que funciona em si como uma organização, que isto pode ser útil algum dia. E ela dizia que isto é muito necessário, até porque elas são muito mais velhas, as coisas já não se comeram há 30 anos, nós temos que adaptar as nossas estratégias a esta geração mais nova e à geração digital.

## Entrevista com Vítima de violência sexual - 3

Speaker 1 - 00:00 Pronto, podes começar.

Speaker 2 - 00:01

Ok. Então, como é a minha primeira vez, eu acho que eu iria optar por esta opção. Deve saber o que posso fazer, não é? Aqui temos... Isto está muito bonito. Não sei se eu deveria fazer estes comentários.

Speaker 1 - 00:28

É mesmo isso, podes comentar o que tu quiseres, é só pensares em voz alta. O que for vindo à cabeça, tenta dizer em voz alta, seja o que for.

Speaker 2 - 00:46

Ok, esta parte explicativa é boa, porque era aquilo mais ou menos que eu estava a procurar, porque não estou em uma situação de emergência, não é mesmo? Quero que seja informativa esta parte.

Speaker 1 - 01:02

É só que está a funcionar, só para mostrar como é que se liga.

Speaker 2 - 01:05

Sim, pronto, é isso mesmo. Mas são boas as perguntas. Ok, aqui desuso que liga a outra página. Ok, é uma parte mais informativa, não é? É que não dá para fazer essa ligação, não é?

Speaker 1 - 01:35

A última não, o último botão não. O outro vai para essa página dos testemunhos.

Speaker 2 - 01:39

Ok, ok. Exato. Ok. Ok.

Speaker 1 - 01:44

Mas uma vez isso são só imagens tipo placeholder.

Speaker 2 - 01:48

Sim, sim, faz sentido. Tipo wireframe. Sim, desuso que haja pessoas que não tenham imagem agregada. É este tipo de encaixe.

Speaker 1 - 02:10 Faz todo.

Speaker 2 - 02:11

O sentido é que seja vídeo.

Speaker 1 - 02:13

Era suposto sim ser vídeo e dar para guardar ou apoiar e agora para sair daí é dos bugs que o prototipo tem acho que tens de só clicar na seta de à para trás Apoio Médico não está... É tipo, seria o mesmo formato mas não existe ainda.

Speaker 2 - 02:35

Ok, a comunidade. Esta parte é de faixa de percepção, não é? Porque é o tipo de interface que estamos habituados desde os canais.

Speaker 1 - 02:47 É tipo Discord.

Speaker 2 - 02:50

Então é moderador. Também tínhamos falado disso na... No Orkestalk. Isso é bom, é importante. Ok. Muito bom. Gosto muito desta parte. Ok. Este ser assim, a navegação ser livre desta forma faz muito sentido neste contexto. E tem música, tem quotes, imagens. Muito bom. Esta parte faz-me muito sentido. Faz-me pelo menos sentido porque a arte tem esse ponto libertador e acho que faz sentido que esta seja a parte mais livre. Que seja uma ligação para uma eventual playlist. E agora acho que só me faltava a parte da CNS. E gosto que todas as páginas tenham essa ligação. Essa parte da CNS. Também tínhamos que... Vamos falar dessa necessidade. Os vários tipos de ajuda estão claros e são rápidos de perceber. Faz sentido que este tenha uma coisa mais forte também. Faz sentido que seja progressivo, digamos. Barato no ângulo, em termos de cores.

Speaker 2 - 04:23

Faz sentido isto também. Temos lá da necessidade do mapa. E ok, eu não penso que interaja com os dois. Este vai à mesma página, correto? Sim, acho que está total.

Speaker 1 - 04:51

Ok, na página inicial, podes fazer scroll. Aham, claro. Tem que pôr signifier nessa parte, tipo uma seta.

Speaker 2 - 05:02

É só porque como está tão, percebes, enquadrado e tendo aqui isto, eu acho que sim.

Speaker 1 - 05:08

Não se percebe que vai para baixo.

Speaker 2 - 05:10

Exato. Bastava, talvez, se o corte fosse em outra altura, estaria a dar a sensação. Isto é bom. Faz todo sentido de voltar ao mapa. Pronto, é remeter às outras páginas. Ele funciona.

Speaker 1 - 05:46

Ele funciona, sim. Tens é que clicar, tipo para obter a resposta da realidade, tens de clicar no cartão. Também é uma das coisas que tenho que mudar. Ok.

Speaker 2 - 06:00

Ok.

Speaker 1 - 06:00

Portanto, de lado está o mês e do outro está a realidade.

Speaker 2 - 06:04

Sim, sim, sim. Ok, para virar o cartão. Sim, se cá falta algum ícone que indique isso, porque não é tão comum, não é uma interação tão comum, mas faz sentido. Seja assim. Esta parte é muito bonita.

Speaker 1 - 06:24

Pronto, aí todas as imagens abririam da forma como essas duas estão a abrir. Só que só estão a funcionar as duas pontas.

Speaker 2 - 06:31

Certo, certo. Ok, acho que agora acabou.

Speaker 1 - 06:38

Sim, agora sim. Falta uma coisinha pequenina, que é o botãozinho do X, que está aí à direita.

Speaker 2 - 06:47

Sim. Ok, boa. Sabes o que eu achava que era deste programa do Figma?

Speaker 1 - 06:54 Não, não.

Speaker 2 - 06:55

Era para avistar a aplicação. Eu vi o X, mas eu achava mesmo que... Ok, isto faz todo sentido. Se eu tivesse uma telemóvel, eu iria clicar. Eu só não cliquei por achar que era daqui.

Speaker 1 - 07:08

Para esta aplicação. Tranquilo. Pronto, eu acho que é isso. Deixa-me pensar se está tudo. Eu acho que está tudo, sim. Qual é que é a tua apreciação geral? O que é que para ti fez sentido? O que é que sentiste? Tanto em relação à plataforma como à organização das coisas, ao texto, às cores, às imagens, também é bem importante. Mas seria que eu tive boé cuidado. Agora posso parar de gravar?

Speaker 2 - 07:42

Sim, em relação a isso... Era mesmo o que eu fui dizendo.

Está tudo muito bonito. Paro a partilha, desculpa.

Speaker 1 - 07:49 Sim, podes parar.

Speaker 2 - 07:49

urgência. Mas não agride. Que aqui é muito importante e portanto todo o espaço é muito bom, eu gostei muito do botão, não sei rápido, não tinha visto, é muito inovação, essa parte é muito boa, só que uma das coisas boas também é, se alguém vir, se alguém vir aquele site, não iria presumir que era sobre isso. Então logo aí já não é gatilho. Ou seja, já não seria necessário, não é que não fosse, mas não tendo o botão, provavelmente não iria gerar problemas. Porque não é identificável. E por outro lado, é identificável. Quem lê, é preciso ler.

Speaker 2 - 08:54

uma cena despotenciosa eu sinto que é.

Speaker 1 - 09:38

Mesmo tipo normalmente os sites.

Speaker 2 - 09:47

Vamos lá ver se me faz mais entender. Normalmente os sites querem que tu entres nos sites. Vem, vem connosco, clica aqui. E o site não dá nada essa sensação que eu acho que é importante. Porque tu aqui neste tipo de trabalho não estás a vender nenhuma ideia. Percebes? Às vezes é bocadinho chato quando uma causa humanitária te passa essa sensação de capitalismo em cima de alguma coisa estranha. E aqui nada está. Vem aqui! E neste facto eu acho que isso não podia existir. Acho que é bem bom.

## Entrevista a Psicóloga - Especialista em saúde mental

Speaker 1 - 00:00

O que eu queria dizer, e até é uma das coisas que eu quero sugerir para o meu future work, é que se trabalhe, fazer rodar aqui bocadinho, porque o meu primeiro instinto quando comecei a investigação foi pensar, ok, vou trabalhar na vítima e depois apercebemos das frentes que aparecem em toda a jornada da vítima, que muitas das vezes ainda era mais importante trabalhar com estas pessoas e educá-las a elas e fazer projeto qualquer que ajudasse a educar estas pessoas. Estamos em sintonia. É isso, a informação é muito importante, páginas de informações. Falámos também do anonimato, se fosse possível utilizar a plataforma sem terem de se identificar.

Speaker 1 - 00:46

E só para acabar, falámos também desejo que havia da parte das vítimas de ter a possibilidade falar com pessoas que passaram pelo mesmo, mas com a ajuda também das psicólogas percebemos que numa primeira fase, ou pelo menos na fase em que este projeto está, não deveria haver contacto, e corrija-me se eu estiver errada, entre elas diretamente, pelo menos numa primeira fase, e por exemplo, criar uma comunidade onde elas pudessem conversar, mas só quando uma psicóloga ou uma especialista, uma pessoa formada, estivesse online e pudesse moderar a conversa em grupo, em vez de haver a opção de falar diretamente entre elas. Foi-me aconselhado, numa primeira fase, ir por aí. Exatamente. E daí ter aqui feito na plataforma comunidade de partilha, que é totalmente anónima e que só está aberta quando tem uma especialista online. Acabei aqui a apresentação.

Speaker 1 - 02:10

Agora se ainda tiver 10 minutinhos, ou menos talvez, Queria só convidá-la aqui a fazermos o exercício final, no fundo, aqui da fase de avaliação. Eu sei que já recebeu o que já vi aqui, enviei-lhe convite para protótipo que já deve estar mais ou menos funcional, não está tudo a funcionar, mas já é uma representação daquilo que vai ser a plataforma. Queria lhe perguntar se fosse possível partilhar o seu ecrã, só para eu ir vendo onde é que vai clicando. No fundo, este método de investigação que eu estou a fazer neste momento, ou queria fazer consigo, chama-se ThinkAloud. Acaba por ser uma forma de eu conseguir analisar e observar os seus comportamentos dentro da plataforma. Perceber se está tudo a funcionar, se faz sentido.

Speaker 1 - 03:05

Com os outros testes que fiz, já percebi que há muitos erros, já sei onde é que eles estão, só que não pude alterar, porque todas têm que usar o mesmo protótipo. Mas eu assim, com a sua partilha, consigo observar mais facilmente, da minha perspectiva como designer, o que é que está a funcionar e o que não está a funcionar. E como o nome indica, chama-se Tinka Loud, queria-lhe pedir se pode ir pensando em voz alta, comentando em voz alta, fazendo as suas observações em voz alta, Seja o que for, às vezes pode ser só estar a ler o texto

em voz alta, que é para eu conseguir também ter a sua perspectiva no protótipo. E qualquer pergunta é só fazer. Sim, ele começa mais acima. Esse é o fim da página inicial. A primeira página é para cima, se conseguir fazer scroll.

Speaker 1 - 04:00

Não está a mexer. Será que bloqueou? Deixa-me ver aqui. É, olha isso. É só ir tudo para cima. Exato. Portanto, essa é a primeira apresentação. Sim, pode interagir à vontade. Clique no que quiser, vai interagindo e depois no fim, se houver alguma página que não viu que eu gostava que visse, eu depois também alerto. Mas pode mexer. Eu não estou a conseguir ver o seu rato, na realidade. O que eu devia ver? Eu não vejo o rato. Onde é que está a tentar clicar? Consegue descrever-me? É na seta. É na seta. Se clica... Não avança? No meu está a funcionar. Será que... Aqui há algum problema técnico. No meu aqui está a funcionar. Será que... Sim. Exato. Sim. Agora consigo ver o rato e tudo. Agora está perfeito. Agora sim estava a ver bem. Exato. Pode clicar no logotipo que diz Save Haven.

Speaker 1 - 05:42

Sempre que clicar no Save Haven, volta sempre à página inicial. Ok. No caso, é porque a página é exploratória, portanto se for arrastando, consegue ir lendo tudo dentro da página, exato. Se for, pode arrastar com o rato mesmo, clicar e ir arrastando. Consegue explorar o espaço todo.

Speaker 2 - 06:19

Ok, está bem.

Speaker 1 - 06:20 É tipo mapa infinito.

Speaker 2 - 06:23

Será que isso é intuitivo? Para toda a gente, não é?

Speaker 1 - 06:29

Pois é, essas questões temos que... É interessante conversar. Se não foi para si, é por cá qualquer coisa que tenho que corrigir.

Speaker 2 - 06:39

Pois, talvez veja, não é?

Speaker 1 - 06:43

Ou apresentar primeiro uma espécie de tutorial.

Speaker 2 - 06:47

Tutorial, por exemplo.

Speaker 1 - 06:49

Explicar, olha agora vai acontecer isto, explora desta forma.

Speaker 2 - 06:54

Os tutoriais são sempre muito úteis, mas sim, tem aqui coisas muito interessantes, à força do silêncio, ou seja, as pessoas podem escolher o que eles querem estudar, por exemplo, música. Vamos acabar?

Speaker 1 - 07:09

Ele não funciona mesmo. Ainda não estamos nesse ponto. Ela não funciona mesmo.

Speaker 2 - 07:18

Esta será a comunidade?

Speaker 1 - 07:21

É isso? Nesse caso é só para representar uma imagem. Se quiserem pôr em formato de imagem, é imagem. Se quiserem, por exemplo, essa que aparece lá, se precisarem, é a apresentação da forma como os links se vão transformar. Portanto, isso é qualquer coisa que tem uma hiperligação. Com licença, que vai abrir uma outra página.

Speaker 2 - 07:42

Muito bem. E para eu avançar agora... Pode voltar.

Speaker 1 - 07:46

À página inicial, por favor. Exato. E explorar outra coisa queira explorar.

Speaker 2 - 07:52

Quero saber o que posso fazer. Quero falar com alguém. Não está a funcionar ainda, não.

Speaker 1 - 08:00

Esse não é. Esse não. Há muita coisa que ainda não está.

Speaker 2 - 08:04

Prototipado, mas... Porque normalmente nos websites, não é? Aparece aqui uma barra que nós sabemos que o documento pode correr.

Speaker 1 - 08:13

Sim, isso sim. E vai aparecer, sim. No fundo, isso é quando está mesmo em formato browser. Está mesmo na internet. Como ele ainda não está live na internet, é só a forma como este programa nos mostra, basicamente. Mas ele, depois, quando é lançado na internet, ele fica com essa barrinha, dá para andar para trás e para a frente das páginas. Aqui é só a representação.

Speaker 2 - 08:44

O conteúdo também já foi validado?

Speaker 1 - 08:47

Sim, a parte escrita, pronto, fui eu que escrevi e uma das partes que é importante nesta fase é lermos e dizer a Sónia o que é que acha, se acha que está bem escrito, se mudava, daí estarmos a avaliar isto que é para depois poder melhorar e fazer as alterações.

Speaker 2 - 09:04

Então, eu aqui, se chegaste até aqui, queremos que saibas que não estás sozinha. Ok, parece-me bem. Criamos este espaço e eu retirava com o coração. Ok. Não sei, acho que retirar aqui alguma credibilidade, digamos assim, alguma formalidade que também é necessária para conferir credibilidade à informação.

Speaker 1 - 09:23 Sim, sim.

Speaker 2 - 09:24

Criamos este espaço para te acolher, informar, acho que sim. E acima de tudo, cuidar de ti. E acima de tudo, talvez ajudar-te a cuidar de ti. Porque parece que estamos a substituir, não é? Ajudar a... Ao teu ritmo, com todo o respeito pelas tuas escolhas e pela tua história. Sim. Como podes usar esta plataforma, podes vir e só ler, podes guardar coisas para mais tarde, podes contar a tua história se quiseres, podes explorar ao teu ritmo. Esta casa é tua, usa-a como precisares. Não sei se não usaria outras pessoas em vez de casa. Esta ferramenta, este look... Eu percebo a sua ideia, que é o local de conforto, mas nós também sabemos que a casa muitas vezes é o local do desconforto. Este espaço é teu, usa-o como precisar.

Speaker 1 - 10:30

Acho que é uma palavra adequada, tipo espaço. Até porque se chama espaço seguro, é suposto chamar-se espaço seguro. Depois aquilo é esta parte, só para lhe dar toque.

Speaker 2 - 10:42

É tal psicoeducação, não é?

Speaker 1 - 10:44

Exato. É a primeira barra, é a única que funciona mesmo, mas vamos imaginar que as outras funcionam da mesma forma. E o texto, de facto, é uma coisa que ainda tem que ser trabalhada. Agora, nesta fase inicial, estava só focada em fazer o design da plataforma e programar isso.

Speaker 2 - 11:01

Sua ideia é fazer bocadinho de psicoeducação, não é? Poderia buscar definições formais à literatura? Não sei se me faço entender.

Speaker 1 - 11:10 Sim, sim.

Speaker 2 - 11:11

Definições que são providenciadas pela APAV, pela Organização Mundial de Estudo, por exemplo, não é? E colocar a respectiva fonte aqui, não é? No cantinho, no inferior direito. Porque confere credibilidade, ou seja, não é uma definição que alguém se lembrou de colocar aqui, é uma definição formal do que é a violência sexual, não é?

Speaker 1 - 11:30 Sim, sim.

Speaker 2 - 11:32

Pode usar organismos portugueses, como a APAV, a CIG, a Comissão Paiuolo, ou então internacionais, como a Organização Mundial de Saúde.

Speaker 1 - 11:44

Sim, até porque eu tenho isso tudo na parte teórica da minha tese, portanto é só mesmo pegar... Pode ser em.

Speaker 2 - 11:51

Letras mais pequeninas, a fonte, mas acho que devia estar aqui.

Speaker 1 - 11:54

Sim, faz todo o sentido. Obrigada.

Speaker 2 - 11:57

Não entendo como é que aconteceu. Esta não está a funcionar, não é?

Speaker 1 - 11:59

É, o resto... Agora é só... Tem que clicar na sua tecla para a esquerda, no teclado. Pronto, e ela volta sempre para trás. Nas teclas dá para mexer no...

Speaker 2 - 12:09

Serei mesmo vítima de violência sexual? O que posso fazer agora?

Speaker 1 - 12:15

Isso são só exemplos, pronto, de perguntas que poderiam... De coisas que poderiam estar, mas... Provavelmente haveriam mais.

Speaker 2 - 12:23

Sim. Pedir ajuda nunca é exagero, mesmo que aches que há quem passou por pior, o que sentiste é suficiente, a tua dor merece atenção. Acho que sim. Pedir ajuda

nunca é exagero. Ou pedir ajuda é sinal de coragem. Pedir ajuda, nós sabemos que pedir ajuda também é o primeiro passo para uma resolução do seu problema.

Speaker 1 - 12:55

Sim, sim.

Speaker 2 - 12:56

O apoio certo existe, há profissionais preparados, grupos de mulheres, comunidades e ferramentas que já ajudaram outras antes de ti. O apoio certo existe. Eu não sei se lhe podemos dizer apoio certo, se não é estar a criar aqui expectativas, porque há apoio.

Speaker 1 - 13:12

Ora, se é... Se é certo, pode não ser, não é?

Speaker 2 - 13:15

E o apoio existe, não é? O apoio existe. O apoio existe, há profissionais preparados, sim, grupos de mulheres, comunidades. Aos profissionais, aos especialistas.

Speaker 1 - 13:28

A parte do texto e do copy, ainda tenho que trabalhar bastante nisso, não foi a prioridade principal ainda nesta fase. Há uma intenção, sem dúvida, e percebemos que é muito importante.

Speaker 2 - 13:41

Sim, mas já tem aqui atenção, já tem aqui muito trabalho feito, de muito rigor, todo o processo que descreveu, como chegou até aqui. É processo rigoroso, científico, não é? Sistemático, seguir todos os procedimentos.

Speaker 1 - 13:56

Sim, eu tento. Eu tento, eu tento.

Speaker 2 - 14:00

Isso é muito importante, às vezes mais do que o output é o processo.

Speaker 1 - 14:03

Como chegou até aqui. Sim, espero que sim, até porque o processo, a parte especificamente da minha investigação, que eu acho que foi mais rica, a geração das informações, acho que é algo que se calhar vai ser mais interessante no mundo acadêmico do que o produto final.

Speaker 2 - 14:24

Estudos mostram que partilhar de experiência com alguém de confiança ou da sua confiança ajudará a lidar com os sintomas de trauma. Reduzir significativamente isto varia muito de pessoa para pessoa.

Speaker 1 - 14:38 Pois pode ou não pode.

Speaker 2 - 14:40

Pode ter lido algum estudo que diz isso, mas é preciso olhar para as especificidades desse estudo. Nem sempre funciona com todas as vítimas. Portanto, eu diria ajuda a lidar com os sintomas de trauma, ajuda a lidar, não é? A compreender. Porque percebe que não é caso único, não é?

Speaker 1 - 14:57

Exato.

Speaker 2 - 14:57

Quando as pessoas partilham as experiências percebem que não é caso único.

Speaker 1 - 15:01

Exato.

Speaker 2 - 15:01

Quando nós vivemos uma experiência de violência, não é?  
Questionarmos porquê eu, não é? Porquê a mim? Só a mim é que me acontecem estas coisas, não é? E ter conhecimento que outras pessoas passaram por isto ajuda a normalizar também estes sentimentos e os sintomas. Depois, artigos, o que é quer dizer aqui com artigos?

Evidências?

Speaker 1 - 15:26

Existem vários tipos de artigos. No caso aqui, eu não queria que fossem artigos científicos. São artigos, por exemplo, de jornal ou de... Por exemplo, já escritos pela APAV, que ainda possam ler e educar-se mais uma vez, mas escritos por profissionais. A APAV tem muito essa parte de artigo escrito, não é bem notícia, é informação, uma informação extensa em modo artigo, introdução, meio fim, não é escrito por algum profissional. Da área e existem muitos. Eu acho que era giro trazer para aqui esse reencaminhamento de que aparece nesta plataforma e depois é direcionado o link que direciona para o artigo em específico. Pode ser assim. De facto, às vezes há no jornal de notícias ou no Expresso médicos que escrevem artigo ou uma crónica sobre isto. Era isso que eu queria trazer, mais informação.

Speaker 2 - 16:31

É, mas se calhar colocava outras informações. Artigos podem não ser claros para algumas pessoas, não é?

Speaker 1 - 16:36 Ok. Pronto.

Speaker 2 - 16:39

Acho que sim. Não tem mais nada, certo?

Speaker 1 - 16:45

Não, nessa página não. Não temos mais nada.

Speaker 2 - 16:47

Ok, ler tudo. Muitas de nós duvidamos que sentimos. Será que foi mesmo violência? Será que estou a exagerar? Neste artigo uma psicóloga explica porque é que... Então, como sentimos assim, ajuda-nos a valer a nossa experiência, mesmo quando o mundo à volta a minimiza. Muito bem. O corpo lembra-se, trauma, memória e cuidado. Às vezes sentimos o coração acelerar, evitamos o

toque, choramos sem saber porquê. Como pedir ajuda? Pedir ajuda não é fraqueza, é coragem. Olha, está lá, está, tem aqui. Aquilo que lhe dizia há pouco, não é? Aqui também encontra sugestões práticas, exemplos. Sim, parece muito bem.

Speaker 1 - 17:20

Boa. Depois podemos explorar as outras páginas também. Aqui queria só deixar à adenda que isto é após haver a permissão de partilha de localização.

Speaker 2 - 17:33

Ok, preciso de ajuda imediata, quero falar com alguém.

Speaker 1 - 17:41

Essas não funcionam. Isso seria para ligar diretamente, por isso é que não está a funcionar. Que é para não fazer chamada.

Speaker 2 - 17:47

Ok. Sim, isto é muito importante, acho que é muito útil.  
As pessoas saberem onde é que ficam estes...

Speaker 1 - 17:58

Estes pontos já filtrados à localização especificamente. Aparecem outra vez.

Speaker 2 - 18:04

Escolhemos tudo, certo? Agora vêm aqui os mitos que precisamos descobrir.

Speaker 1 - 18:12

Também queria mostrar-lhe este exercício. Eu já percebi que vou ter de mudar. Não está intuitivo, mas é suposto clicar na carta, só duas estão a funcionar, e o mito está do lado de cá, e depois quando clica tem a realidade, que é a desconstrução desse mito. Só que não é óbvio que dá para clicar, então eu tenho que arranjar aqui uma forma. Só duas delas é que estão a funcionar, portanto agora já não dá para mexer. Eu tenho que as pôr todas a funcionar, mas era só para mostrar que a ideia é...

Speaker 2 - 18:43

Não há uma informação, é? Lê e depois clica. Primeiro lê e depois clica.

Speaker 1 - 18:55

Sim, aqui eu quero trazer a microinteração, que na minha área de especialização acaba por ser uma forma de interagir com produto digital, mas é muito pequena. O clique é uma microinteração para a educação e aqui também há bocadinho trouxe esse exercício aqui para a página inicial também porque queria que houvesse momento em que o foco vai para aquilo ao invés de estar a trazer o foco para uma coisa diferente, talvez para descomprimir bocado do tema, do sentimento. Ao focarmos numa coisa mais específica, o cérebro não consegue estar em todo lado. Há momento em que conseguem estar a pensar noutra coisa. Aqui é uma representação muito básica do que é que seria a página de testemunhos. Eu usei as mesmas imagens porque não tenho ainda vídeos para pôr. Mas poderia ser com vídeo, com texto e haver essa partilha.

Speaker 1 - 19:56

Pode ser anónimo, pode não ser anónimo.

Speaker 2 - 19:59

Exato, acho que sim. Diversidade seria importante. Ter algumas frases, outros vídeos, outras fotografias, não sei, acho que sim. Mas parece muito bem, muito interessante.

Speaker 1 - 20:12

Obrigada. Pronto, mas se for ali ao menu, acho que é a última página que falta ver. Se aceder ali ao menu em cima. Eu acho que nós já vimos... Falta a comunidade, é a única. Também é só mesmo uma representação muito básica de então haver esse anonimato, que não há nenhum nome, tem vários canais onde podem conversar de temas diferentes e só funciona com a moderadora ali online em cima, que é a doutora Gisela Paz.

Speaker 2 - 20:40

E a moderadora será em inteligência artificial, é isso?

Speaker 1 - 20:42

Não, não, não. Não, é uma pessoa mesmo que, real, quando fica online, A comunidade desbloqueia essa possibilidade. Ela inicia a sessão e abre-se o espaço e as pessoas podem se juntar, quando a moderadora não está. Está bloqueado, não podem conversar nem interagir. Só podem ler.

Speaker 2 - 21:04

Em termos práticos, isto teria que ser utilizado por uma instituição? Por exemplo, uma página em que teria disponível o horário, é isso?

Speaker 1 - 21:12

Sim, pode ser. Eu acho que isto até depois é uma coisa que possivelmente vou ter que continuar em doutoramento. Pode ser, no caso deste projeto em específico, a minha ideia era ver mesmo o Safe Haven como uma organização em separado, que tem a sua própria equipa, que trabalha neste espaço e que até pode ir melhorando o website, melhorando os recursos, mesmo a sua própria equipa, mas não muito extensa, porque a ideia aqui também é reencaminhar para as ajudas que já existem. Neste caso, eu imaginaria uma profissional que aceitou colaborar conosco e de X hora a X hora, ela está disponível aqui, e várias, para conversar com as pessoas que vêm até esta plataforma. Mas, por exemplo, na parte que apareceu da localização e assim, é reencaminhamento para serviços que são externos. Uma CUF, uma APAV, a MCB. É uma mistura dos dois.

Speaker 1 - 22:20

Deve haver a nossa própria equipa com também reencaminhar para os serviços especializados.

Speaker 2 - 22:26

Isto é muito interessante, eu tenho vários estudos também na área do Cyber Dating Abuse, em relação ao namoro com jovens, e era algo que eu gostava também desenvolver, era uma plataforma deste género para trabalhar esta temática de jovens. Portanto, se tiver conhecimento de alguma colega sua queira fazer doutoramento nesta área.

Speaker 1 - 22:45

Terei tudo em conta. Sim, sim, é tanta coisa importante para se trabalhar. Eu sou sincera, estou agora a acabar o mestrado e eu gostava muito de fazer doutoramento, tenho de fazer, mas preciso de uma pausa do mundo académico agora, porque acho que já não consigo ver teses à frente. Mas é uma coisa que no futuro eu quero fazer e há tanta coisa, há tantas oportunidades, coisas interessantes para se investigar. Se houver alguém que tenha interesse e se eu puder ajudar nalguma coisa, disponho. Fico-lhe a dever uma depois desta sessão.

Speaker 2 - 23:24

Muito parabéns pelo trabalho desenvolvido e deseje-lhe a maior sorte para este seu projeto.

Speaker 1 - 23:32

## Entrevista a Psicóloga - Especialista em saúde mental - 2

Speaker 1 - 00:00

Compartilhe. Qualquer pensamento, comentário, uma vozinha na sua cabeça, qualquer opinião é muito útil para mim. Portanto, eu agradeço se conseguir partilhar. Depois, no fim, se eu vir que houve alguma coisa que não viu na plataforma, eu digo-lhe. De resto, o meu papel aqui é estar bocadinho mais caladinho e observar. Qualquer pergunta queira fazer, pode fazer.

Speaker 2 - 00:31

Acho que eu saí e saí.

Speaker 1 - 00:32

Sim, mas é mesmo para isso. Agora é só clicar no R do seu teclado.

Speaker 2 - 00:39

R?

Speaker 1 - 00:39

Ok. Pode ir ao menu, informações e acho que volta ao mesmo. Isso é de propósito, é uma estratégia para que se alguém estiver a ler o website e aparecer uma pessoa que não queiram que veja o que está a fazer, cliquem em sair rápido e aquilo vai para o resto.

Speaker 2 - 01:05

Eu queria ir para a informações mas acho que eu não sei como.

Speaker 1 - 01:08

Pode fazer scroll para baixo. É o primeiro que está a funcionar, é o único que está prototipado. Quando brilha em azul é porque pode clicar. Todos funcionariam da mesma forma. Isto é que está com o protótipo.

Speaker 2 - 01:42

Em.

Speaker 1 - 01:45

Mínimo que dê para explorar. Isto já foi feito há algum tempo. É o único que não está prototipado. Mas seria da mesma forma. Aqui seria o vídeo do testemunho, onde elas podem guardar, dar apoio, clicar no play. Tem legendas porque uma das participantes do workshop tinha problemas auditivos e pediu para termos cuidado com a acessibilidade e assim. Há, sim, mais erro no protótipo. É só clicar na sua tecla ou isso O padrinho pode sempre voltar pra trás também. O pequeno é? Sim, tá ótimo. Ok.

Speaker 2 - 02:35

A minha reparação começou quando aceitei que não tive culpa. Isso é importante.

Speaker 1 - 03:07 Ele é em cima.

Speaker 2 - 03:08

Aqui já não consigo, só vai para o CFM, ok.

Speaker 1 - 03:11

Oi. Aqui também seria se aceitassem partilhar a localização. Eu aqui assumo que a pessoa deixou que a plataforma tivesse acesso à localização. E aqui é o tal mapa que falámos, que ainda precisa ser melhorado, mas que pode-se filtrar por pontos de ajuda, psicólogo...

Speaker 2 - 03:56

Mas esse mapa, por exemplo, é do Google Maps? Ou seja, mapa já pré-existente?

Speaker 1 - 04:04

O mapa em sim, mas o motor de busca é que tinha que ser específico, porque tinha que já ter o filtro ou tem que já ter o filtro de só aparecer aquilo que é relevante para uma pessoa naquela posição, pronto, lá naquele momento.

Speaker 2 - 04:22

Ou seja, colocou o prompt para colocar somente, ou seja, localização no mapa das ajudas que seriam úteis para a pessoa.

Speaker 1 - 04:31

Exato. E dá para filtrar, se clicar ali em filtrar por tudo, diz tudo aqui à esquerda. Isso dá para filtrar por... Quer dizer, não dá mesmo, mas daria para filtrar por polícia, o hospital, o abrigo.

Speaker 2 - 04:48

Sim. Ok, isso é interessante.

Speaker 1 - 05:00

Qualquer coisa que lhe venha à cabeça... É só pensar em voz alta. O que gosta, não gosta. Faz sentido, não faz sentido.

Speaker 2 - 05:10

Acho que faz sentido. Arte, ou seja, são todas as formas de arte que tem sobre o assunto, músicas e etc.

Speaker 1 - 05:18

Frases, posts, imagens, playlists. Assisições. Qualquer coisa. Pode ir limpar a árvore. Eu acho que isso eu já tinha visto.

Speaker 2 - 05:40

Ou seja, a ideia é que isso esteja ao acesso, ou seja website e que as pessoas possam... Sim.

Speaker 1 - 06:12

Aí pode continuar para baixo, tem mais informação. Ainda vai mais além do que viu há bocado, pode continuar a fazer scrolls.

Speaker 2 - 06:27

Ok, construçãozinhos. Esses artigos estão disponíveis? Ou é mesmo só a...  
Speaker 1 - 07:07

É só placeholder. Não é... Não existem mesmo. Se calhar até existem.

Speaker 2 - 07:17

Sim, existem! Digo, pronto, existem alguns artigos sobre o tema.  
Queria saber se estavam disponíveis aqui para ver a escolha.

Speaker 1 - 07:23

Sim, era interessante. Era prototipo. Ok, na próxima fase posso prototipá-los a serem mesmo artigos que existem e que dá para clicar e aceder ao artigo. Sim. Sim, pode fazer isso.

Speaker 2 - 07:34

Gostei muito do tema, o corpo lembra-se e sim. Às vezes nós não lembramos conscientemente, mas o corpo sim. São coisas importantes que têm que reconhecer a violência quando ela não parece óbvia. Podem ajudar as pessoas a reconhecerem o que aconteceu com o Lamas. A parte da arte é bocado... É a mais solta. Gosto da ideia, ou seja, a arte é mais... Os outros estão mais organizadinhos e a arte está pouco...

Speaker 1 - 08:45 É menos estrutural.

Speaker 2 - 08:47

Sim, é menos estrutural.

Speaker 1 - 08:51

Pode continuar para baixo aí, se quiser, só para explorar a página toda. Ir-me dizendo o que é que acham. Aqui volto ao mapa para estar presente em dois momentos ok esse antes de clicar ou depois também pode ser só para explicar que essa partezinha é mesmo muito difícil de programar para autotipar então só para explicar que Se eu clicar na carta, ela vira e diz uma realidade. Portanto, há mito e depois desmistifica com a realidade. E só dá para passar mesmo da 1 para a 2.

Speaker 2 - 09:42

Ok! Está bem interessante isso. O mito e a realidade.

Speaker 1 - 09:51

Mas eu acho que a parte das setas não está a funcionar muito bem. Então eu tenho que arranjar outra forma de... É só voltar. Essa é a versão antiga. Tenho que ir ao menu. Acho eu. Para cima. Mesmo dentro do site que estava a explorar. Mesmo dentro da minha plataforma. Ali no menu. E clicar outra vez em informações. E agora ele faz refresh. Tenho que corrigir isso. Há sempre erros nestas coisinhas, mas há de... Onde nós estávamos aonde? Nós não estávamos nessa! Eu estou tonta de todo?

Speaker 2 - 10:48

Nos mitos e realidades.

Speaker 1 - 10:49

Não é nessa página? Desculpe! Eu estou toda trocada. Este é o sono. É no Safehaven. É na página principal. É ali clica no logotipo e depois anda para baixo é nessa página já estava toda baralhada depois nos mapas e agora ela até deve ter feito refresh portanto está para ver a primeira também.

Speaker 2 - 11:14

A culpa da vítima a violência sexual.

Speaker 1 - 11:18

Caracterizada não está certo na realidade mas pronto, é isso. Essas cartinhas funcionariam assim, eu agora tenho que programar para funcionarem tanto para a frente como para trás, para funcionarem todas, mas é só uma simulação do que é que seriam as quatro cartas. Que é para ver aqui, no fundo, a minha ideia. Até uma das partes que eu falo na tese é trazer a microinteração como momento em que elas se distraem ou o foco não está totalmente no tema, no sentimento, E para além de educar, desfoca bocadinho do peso do tema, porque se distraem com a microinteração. Bocadinho como pacifier, que foi a minha ideia. E se continuar mesmo tudo para baixo, conseguíamos depois das cartas, é só uma espécie de menu que é apresentado de forma diferente, para se alguém chegar mesmo ao fundo da página.

Speaker 1 - 12:24

Eu quis pôr na primeira pessoa, então diz quer ouvir histórias de outras mulheres, Se arrastar mais bocadinho, pronto, aí vai para os testemunhos. E agora é se passar o rato na parte mais para a esquerda, naqueles retângulos, no último

retângulozinho, no isso, aparece estou confusa, não sei o que fazer, portanto aí reencaminharia para as informações. Depois só estes dois, novamente, só estes dois retângulos é que estão a funcionar, mas os do meio abririam da mesma forma. Todos estes retângulos levariam a uma das páginas que estão no menu. Mas, em vez de ser o nome da página, aquilo que atrai para o clicar é que está na primeira pessoa. Estou confusa. Ok, informações. Quero falar pessoas que passaram pelo mesmo. Testemunhos. Pronto, é assim sucessivamente.

Speaker 2 - 13:19

Ok, acho que está bastante interessante e tem aqui muitas informações que podem ajudar as pessoas.

Speaker 1 - 13:25

Alguma coisa que acrescentaria, que acha que é importante nesta situação?

Speaker 2 - 13:33

Não, acho que não. Gostei muito do que vi, das informações, da ideia, do mito, da realidade, acho que pode ajudar as pessoas. De como está montado, ou seja, que também você falou com elas sobre isso, ou seja, a foto das mulheres que não estão em posição de vitimização, de revitimização, que eu acho que isso é importante. Não colocar as mulheres com marcas e com... Enfim. Colocá-las mesmo em posição de, pronto, estamos aqui, passamos pelo mesmo e também podemos ajudar. Acho que é isso. Pronto, ou seja, a construção está muito bem pensada. Que bom.

Speaker 1 - 14:25

Obrigada, eu sei que também é difícil, assim, no momento estamos a interagir pela primeira vez com alguma coisa, é difícil de lembrar de tudo o que se tem para dizer. Mas pronto, eu vou-lhe enviar o link do Forms, que há lá uma parte, depois com o tempo e depois de refletir também bocadinho sobre a nossa sessão, pode escrever bocadinho sobre sugestões de coisas para eu fazer. Para eu melhorar, o que é que gostou, o que é que não gostou. Prefiro que lhe mande por WhatsApp ou aqui na chamada?

Speaker 2 - 15:00

Pode ser por WhatsApp. Posso já parar de apresentar?

Speaker 1 - 15:04

Sim, sim. Obrigada. Pronto, depois de lá já pode, se calhar com bocadinho mais de tempo para pensar naquilo que nós falámos ou assim, também pode se lembrar de alguma coisa das suas investigações, da sua experiência com, não é especificamente com violência sexual, é com violência doméstica, mas são coisas que se cruzam muito, estamos a falar de temas que se cruzam muito, portanto se lembrar de alguma coisa possa ser relevante. Há lá uma parte depois no fim que pode escrever livremente alguma sugestão, eu agradeço muito, ajuda-me muito a melhorar, ver aquilo que eu posso melhorar. E no fundo, porque eu no fim vou querer mesmo implementar isto, portanto era muito bom para mim, ter algum input das pessoas que também estão a participar para conseguir melhorar ao máximo e ver se consigo pôr isto a funcionar e se de facto chega às pessoas.

Speaker 1 - 15:56

Aqui também tem uma parte da avaliação, é anónimo, portanto está à vontade para dar a avaliação, o que acho que faz sentido e espero que pode ser justo à vontade. Quem está a ser avaliado é o protótipo, não sou eu, e a investigação não sou eu, portanto eu não levo a mão. E pronto, chegámos aqui. Eu não lhe quero roubar mais tempo do que prometi, que roubava. Portanto, muito obrigada por ter tirado este bocadinho para falar comigo, mesmo no fundo do coração. Isto é tema que é muito sensível para mim, é tema que me tirou muitas horas de sono, muitas horas do meu dia. Já estou nisto há quase dois anos, nesta investigação há quase dois anos, talvez há dois anos, já nem sei bem. É muito tempo e...

Speaker 1 - 16:44

Este workshop com as vítimas e as entrevistas, isto também sempre teve peso grande para mim. Não é uma coisa fácil de investigar, não é fácil de ouvir. E voltei agora a fazer entrevistas com as vítimas aqui na fase final também. E é sempre pesado e como nesta fase estou a fazer a entrevista sozinhas, elas estão mais abertas a partilhar a história delas e a desabafar comigo. Portanto, eu tenho tido peso muito grande. Mas também no bom sentido, porque sinto que estou a fazer alguma coisa que as vá ajudar e eu sinto que é este o meu propósito na vida. É fazer alguma coisa que ajude as mulheres e quero muito lutar contra a violência, contra as mulheres. É uma coisa que me é muito próxima e já que não posso fazer isso no meu trabalho principal, faço na escola, na investigação.

Speaker 1 - 17:41

Mas pode ser que dia passe a ser o meu trabalho principal, quem sabe. Muito obrigada por este tempinho, obrigada pela participação, obrigada pela simpatia. Qualquer coisa, disponha, também já tenho o meu número do whatsapp, se puder ajudar, não sei como, mas se algum dia puder ajudar com alguma coisa, ou que seja, estou aqui, estou a dever uma, portanto, tenho o meu contacto, cobre quando precisar.

Speaker 2 - 18:08

Não, fique tranquila, já passei pelo mesmo, como eu disse, ou seja no

# Entrevista com Designers - 1 - Designer de Interação

Speaker 1 - 00:00

Às vezes houver alguma coisa eu agradeço.

Speaker 2 - 00:02

E se quiseres partilhar, eu vou ter.

Speaker 1 - 00:04

Muito conteúdo em reconhecer. Sim, claro que partilho. E eu percebo muito bem o que estás a dizer. E é muito bom de teres esse background. Agora estás a fazer a transição para a UX e UI. Faz todo sentido. Pessoalmente essa parte do UI deve ser já instintivamente mais facilidade. E a parte do UX também, se aprendes a isso que estás a dizer.

Speaker 2 - 00:27

Trabalhava muito em Design Systems de marca.

Speaker 1 - 00:32

Pois, então, adevo à sua ponte, falar bocadinho mais sobre isso. Quero saber bocadinho sobre a tua experiência também. Onde é que estavas a trabalhar? O que é que fazias?

Speaker 2 - 00:44

O meu último emprego foi como Graphic Designer na Liga Portuguesa de Futebol. Eu estava a fazer conteúdo para redes sociais, acompanhamento das competições e era Lead Designer do Team Football Summit, que era evento anual no Porto. Tudo que fosse comunicação do evento, parte do website, aplicação, mesmo a própria experiência dentro do website era eu que estava com esse projeto. A minha carreira começou num hospital privado, a fazer redes sociais e comunicação para hospital privado e depois, entretanto, comecei a trabalhar com o departamento de qualidade e com a comissão de ética para reestruturar a sinalética interna do hospital, porque era preciso. Porque aquilo apanhou ali àquela altura do RGPD, ou seja, era muito processo digital, mas depois os processos internos do hospital também precisaram de ser

reestruturados, então eu fiquei ali bocadinho a acompanhar aquelas duas partes.

Speaker 2 - 01:41

Pronto, e depois as coisas foram crescendo e entretanto apareceu a oportunidade de ir para o Porto, porque eu sou de Viseu, fui para o Porto. Eu sou de Viseu. És de Viseu também? Não és de nada.

Speaker 1 - 01:54

Como é que nós não conhecemos a cara uma da outra? De vez eu conheço toda a gente. Tu és de que ano? Pois, não sei.

Speaker 2 - 02:04

Eu sou de 98.

Speaker 1 - 02:04 Então também eu.

Speaker 2 - 02:06

Ai, não posso. Andaste aqui no liceu?

Speaker 1 - 02:08

Sim.

Speaker 2 - 02:09

Eu andava na Viriato, estava bocadinho mais longe.

Speaker 1 - 02:13

Eu não ia muito para a zona ali do... Eu aqui, tipo, a trabalhar para a Dinamarca, where random, e adornada, tipo, aparece uma pessoa de visão da minha idade.

Speaker 2 - 02:20

Olá, sou eu! Cheguei!

Speaker 1 - 02:22

Olha, mas ainda bem que nos cruzamos, que bom. Eu comecei a trabalhar na Casa de Saúde. Que fixe! Que interessante, que brutal!

Speaker 2 - 02:31

Então, ganhei aquela fase toda da reestruturação do hospital e depois surgiu a oportunidade. Fui morar para o Porto, para trabalhar para a Liga. E em janeiro deste ano, porque também apareceu uma oportunidade aqui ao meu querido cá em casa, viemos morar para Lisboa. Sim, então pronto, comecei ali a meio do ano passado. Comecei a estudar o XY, o XY, sem parar. E pronto, e agora estou à procura da oportunidade.

Speaker 1 - 02:59 Olha, bem fixe.

Speaker 2 - 03:00

Para andar. Tenho que sair.

Speaker 1 - 03:02

Tenho que sair. É, é, é, bem fixe. Eu também já estou em Lisboa desde que vim para a faculdade, não é? Portanto, já há 10 anos. Secorro, mas já vimos para a faculdade há 10 anos.

Speaker 2 - 03:13

Então às vezes eu lembro-me disso.

Speaker 1 - 03:16

É assustador, não é? E vivi em Lisboa, no centro, durante muito tempo. Agora mudei-me para Torres Vedras, que é 35 minutos de carro, mais ou menos. É mais afastadinho porque Sim, estava a viver em Lisboa com o meu namorado também e o valor que nós estávamos a pagar de renda por dois quartos, uma cena minúscula, era ridícula, nem tínhamos sala, era absurdo. Eu comecei a trabalhar para a Dinamarca, não faz muito sentido porque só vou lá Muito, graças a Deus, porque eu não gosto, tenho ansiedade social, vou lá muito raramente. Portanto, estou aqui no meu remote work, só vou quando tenho que ir, está tudo bem. E o meu namorado trabalha para a Nestlé, portanto só vai, tem híbrido, só vai em dois dias por semana. Pá, ainda é bocadinho, mas... Tipo faz super bem.

Speaker 1 - 04:08

Prático o mesmo preço basicamente ou com bocadinho mais tipo arranjamos T2 tipo é grande. As coisas já estão caras em torres mas tenho muito espaço tipo a qualidade de vida é tipo viseu mas é mais pequeno E com mentalidade de Lisboa. Ok. Ninguém quer saber da tua vida para nada. Estás em Lisboa tipo a 30 minutos. Tem todo o tipo de negócio local e tipo é super bem movido.

Speaker 2 - 04:41

Tem tudo o que eu preciso com mais tempo ali.

Speaker 1 - 04:43

É mesmo fixe. Tu estás a viver em que zona? Eu estou junto ao aeroporto.

Speaker 2 - 04:47

Estou na Alta de Lisboa. É caríssimo morar aqui. Mas, assim, para já, como a gente precisava de se estabelecer e ir perto do trabalho dele, foi uma zona que a gente escolheu e nós tivemos uma experiência muito negativa ao morar no Porto. Em feito, não, vamos para bairro bom, porque não queremos problemas. Depois, quando tivermos mais estilócios, mais tranquilos, aí vamos procurar áreas, assim, bocadinho também mais fora da confusão. Assim, estilo mais tranquilo também, porque nós não gostamos da natureza também, por isso. E no final é de São Pedro do Sul, portanto é mais público e visual.

Speaker 1 - 05:22

É mais pequenininha. Olha, muito fixe. Depois se quiseres dicas de zonas que eu acho que são boas, mesmo em Lisboa. Eu vivi, todos os anos que estive vivendo na faculdade, não saía da zona de, mudei de casa, mas estive sempre ali, Rua Marieiro, Alvalade Campo Pequeno. Alvalade, é pertinho. É uma boa zona, também é fixe. Não sei como é que estamos por isso agora. Eu agora só vejo... Andamos a procurar casa para comprar aqui em Torres. Não vejo Lisboa, mas eu nem quero ver. Porque, meu Deus! É loucura, mas pronto. Super engraçado de voltar a falar com alguém de visível comum.

Speaker 2 - 06:03

Não, eu também acho engraçado falar aqui.

Speaker 1 - 06:06

Com a Boa Bolívar. E nos Ladies in UX, que é em Lisboa. É grupo enorme.

Obrigada por tares aqui e por colaborares com a minha investigação. Pronto, portanto, ok, estamos já a aproximar bocadinho do teu background, eu acho que é muito importante também ter a tua colaboração aqui na investigação, porque, para te dar bocadinho do meu background, eu tirei licenciatura em design, no geral, tipo, o curso chama-se design e acabei por estudar bocadinho de tudo, bocadinho de gráfico, editorial, e depois, tipo, a maior parte era uma seca, que era produto e arquitetura e... Odeiei. Mas tipo, uma cadeira design interação, que é o que eu estou a especializar agora, é como tipo, a área design interação é círculo grande onde está inserido o X, Y, como círculo mais pequeno. Pronto, basicamente é isso.

Speaker 2 - 06:58

Eu também tive uma cadeira no meu curso.

Speaker 1 - 07:00

Ok, boa, então tu sabes, eu normalmente te explico, tenho que dar essa introdução, mas pronto, tu estás desfamiliarizada. Portanto, eu tive uma cadeira E foi tipo, ok, é isto. Pronto, mas estive amestrado, como estava a dizer, lá na faculdade, foi muito fixe. Agora tenho que acabar a tese, eventualmente dia e voltar a doutoramento, possivelmente. Agora está o meu namorado a fazer doutoramento, tem que ser de cada vez, porque senão nós vamos para a falência. E queria continuar a desenvolver este projeto. Portanto, se calhar, vai ser, é só mesmo, eu fiz uma, tenho uma apresentação, só mesmo para seguir, isto não é assim tão formal, mas é só mesmo para seguir o meu... Super à vontade. Deixa-me só abrir aqui. Entretanto, estava aqui a trabalhar. Olha, também para redes sociais. Também estou a fazer redes sociais aqui em Torres para uma intermediária de crédito.

Speaker 1 - 07:49 Só assim para fazer ..

Speaker 2 - 07:50

Eu faço para uma asseguradora.

Speaker 1 - 07:53

Como é que tu tens, tipo, criatividade para certas cenas? Eu já pensaste na GPT.

Speaker 2 - 07:58

Já não tenho. Eu uso já a GPT para me ajudar a planear o conteúdo, porque eu já não tenho ideias.

Speaker 1 - 08:03

É como eu, olha, temos juntas.

Speaker 2 - 08:05

É que é tão chato, tão assim, já não há, já não, e depois a gente não pode dar ali aquele pezinho da brincadeira, tipo, faz a logo ou há GAs, não, não dá, tem que ser uma coisa muito straightforward.

Speaker 1 - 08:16

Pois, já, também depende dos clientes, né? E para casa minha é super, imagina, ela aprova tudo o que eu quiser fazer, é brutal. Se eu quiser fazer uma brincadeira, ela faz.

Speaker 2 - 08:27

Eu tenho algumas rédeas.

Speaker 1 - 08:29

Pois é, as pessoas são bocado chatas. Muito boring. Mas pronto. Olha, eu vou partilhar aqui uma crã. Consegues ver? Sim. É só porque é outro monitor. Ok. Pronto, então, o tema da minha investigação é o design e interação no apoio à recuperação de vítimas de violência sexual. Empoderar mulheres vítimas através de uma plataforma online. Eu vou explicar bocadinho o processo toda, a investigação, porque neste momento o que nós estamos a fazer, nós as duas, é uma entrevista avaliativa. Ai, desapareceu. Foi uma entrevista avaliativa já no fim de toda a investigação, portanto vou acompanhar bocadinho ou explicar-te bocadinho de como é que foi a investigação, porque isso também acho que vai influenciar a tua avaliação da plataforma. Portanto, o que eu pretendo hoje contigo é fazer método ThinkAloud, não sei se algum dia fizeste, mas já ficas a saber.

Speaker 1 - 09:26

Até porque é método em UX, para avaliar a usabilidade. Vai ser uma espécie de ThinkAloud, vai ter uns toques meus, mas também faz parte da minha investigação. O que eu quero que faças é que interajes com o protótipo final e depois Vou te enviar questionário para tu responderes, para avaliares a plataforma. Mas no caso, como isto é uma investigação e não é só o lançamento de produto digital, o meu foco principal não foi o produto final, foi como é que eu cheguei a esse produto final, utilizando o método design participativo. Portanto, é importante para mim que tu tenhas esse contexto para depois também poderes avaliar a investigação, vá, no fundo. Portanto, uma em cada três mulheres é vítima de violência sexual ou física, pelo menos uma vez na vida, mundialmente, isto é, da U.

Speaker 1 - 10:24

Eu acho que para estares aqui, para estares a participar nesta avaliação, não preciso estar aqui muito tempo a explicar porque é que eu escolhi este tema.

É necessário, é muito necessário, cada vez mais. É tema que também me toca muito e tudo o que seja violência contra as mulheres, eu sou muito feminista e estou a tentar trabalhar até agora, vou fazer voluntariado agora para a CMV para tentar contribuir bocadinho e ajudar, é tema relevante e é uma coisa que eu acho que também Há muito pouco na literatura, na parte teórica, que também é uma grande parte da investigação, há aqui uma lacuna muito grande, porque há muito desenvolvimento de projetos em design e interação, em UX e UI, interação tangível. Há imensa coisa, mas não há imensa coisa que cruze o design-interação e a violência sexual. Foi isso que eu quis trazer.

Speaker 1 - 11:25

Isto é só tipo factozinho para justificar porque é que isto é relevante. A minha questão especificamente de investigação é como pode o design-interação, através de uma plataforma online, apoiar na recuperação de mulheres vítimas de violência sexual. Aqui é importante dizer que A timeline da violência sexual não é só a recuperação. Eu podia ter atuado na sensibilização ou na educação para a violência sexual. O momento da mulher ser vítima E há o pós, a recuperação, e é aí que eu me quero focar. Apesar de ter cruzado bocadinho as três, a proposta que eu estou a fazer é só no momento de recuperação, porque depois nas investigações tem que ser bocadinho específica. E é só com mulheres. Não que os homens não sejam vítimas também, mas é porque na investigação tem de ser mesmo escolher nicho muito específico para explorar.

Speaker 1 - 12:26

Portanto, os objetivos é desenvolver uma plataforma online que forneça apoio no processo de recuperação às minhas vítimas de violência sexual e desenvolver sistema onde elas possam sentir-se seguras para procurar ajuda e para partilhar a sua história numa comunidade de apoio. Aqui, só para trazer muito rapidamente, isto foi uma apresentação que eu fiz numa conferência de exame participativo. É só para explicar onde é que entrou. O exame participativo é uma abordagem, é uma approach que nos permite criar a plataforma com os nossos stakeholders. Isto, no fundo, é bocadinho o que faz uma UX researcher na parte não académica.

Speaker 1 - 13:08

Que é tu trazeres os stakeholders ao barulho e intermediaries com eles aquilo que tu queres criar ou como designer, é que o design participativo entrou como a ponte para trazer não só especialistas na área, porque eu entrevistei psicólogas e técnicas de apoio à vítima na primeira fase, tipo user interviews, normal, e trazer também as vítimas, porque eu como, estou uma especialista em design de interação, como designer de interação Eu não sou especialista da área e então o que eu quis fazer foi trazer quem é especialista ou quem já passou por isso para levantar as reais necessidades delas e não especular aquilo que seriam as necessidades. E depois sim, recolhendo esta informação, criar a plataforma que é o meu papel como especialista, mas não assumir aquilo que seria uma verdade que pode não ser, porque eu não sou especialista na área.

Speaker 1 - 14:09

Pronto, a timeline da minha investigação começou com a revisão de literatura, depois fiz então entrevistas psicólogas e técnicas de apoio à vítima com experiência

na área especificamente, agora na fase da avaliação eu não consegui que todas as especialistas fossem especificamente, ou já tivessem trabalhado especificamente com vítimas de violência sexual, mas para a geração de informação. Fiz design workshop com 5 vítimas de violência sexual e uma psicóloga de apoio. Já vou explicar bocadinho o que é que saiu daí, que acho que foi a parte mais importante. Desenvolvi a plataforma e a prototipagem e hoje estamos aqui para fazer avaliação, entrevistas avaliativas com designers, psicólogos, vítimas de violência sexual. Portanto, há 3 componentes que eu vou, 3 grupos de pessoas, para comprovar a eficácia da plataforma para fazer a avaliação.

Speaker 2 - 14:56

E precisas de mais psicólogos para fazer esta fase?

Speaker 1 - 15:01

Sim.

Speaker 2 - 15:02

A minha antiga psicóloga em Viseu, ela era especializada em sexologia e tinha muitas pessoas de violência sexual. Eu não tenho mantido contacto com ela, mas posso tentar. Não prometo, né?

Speaker 1 - 15:14

Sim, claro, aí seria bom.

Speaker 2 - 15:16

Achei que ela estaria disponível se conseguir contactar com ela.

Speaker 1 - 15:19 Obrigada, isso seria ótimo.

Speaker 2 - 15:21

Não prometo perder-te, mas se conseguir, eu passo-te essa informação.

## Entrevista com Designers - 2 - Designer de Interação

Érica Marques - 00:01

Depois eu posso abrir de novo se precisar.

Clara Alvelos - 00:10

Não tá aparecendo aqui, pedir autorização.

Érica Marques - 00:15 Acho que agora deve aparecer.

Clara Alvelos - 00:20

Sim, agora já aparece, ok. Ok. Sim, já me aparece isso aqui. Ok, boa. Pronto, então, só para lembrar bocadinho, aqui a falar, a falar, agora é a parte em que eu morro. Pronto, é importante para o decorrer desta avaliação e mesmo da execução do método, que eu agora tenha papel bocadinho mais passivo. E a ideia é, e vem do nome, não é? É que tu interagens com o protótipo livremente, portanto eu não estabeleci nenhum tipo de tarefa. Normalmente nestas avaliações há x tarefas que é expectável cumprir. Neste caso eu só quero mesmo que explores livremente a plataforma, podes clicar tudo à vontade, tens o tempo que precisares para o fazer. Se eu depois não for ouvir que não encontraste alguma parte Interagiste com a plataforma toda, porque a ideia é ver se mesmo tudo o que tiver para ver, eu chamo a atenção.

Clara Alvelos - 01:31

E do nome Thinkaloud vem de pensares alto, não é? Portanto, tudo o que te vier à cabeça, qualquer sentimento, qualquer pensamento, qualquer opinião, crítica principalmente, porque tudo o que tu disseste que possa ser melhorado para mim é super útil, até porque eu não sou, pronto, ainda não sou especialista nenhuma, portanto qualquer opinião que tu tenhas é mega bem-vinda e quanto mais coisas der para melhorar, melhor para mim. Portanto, estás à vontade. Com o que quiseres começar a interagir.

Érica Marques - 02:03

Ok. Bom, primeiro eu gostei muito da imagem. Achei bem inclusiva. Gostei são muito bonitas. E muito agradável de olhar. Ok, aqui são os lugares que tem pessoas de idades diferentes e etnias diferentes também. As cores

Clara Alvelos - 02:36

Só para fazer aqui uma nota.

Érica Marques - 02:38

Sim.

Clara Alvelos - 02:39

Este protótipo não está todo prototipado. Algumas coisas vamos ter que imaginar.

Érica Marques - 02:45

Ok.

Clara Alvelos - 02:45

Que ponto x e y nos é a forma, não é? Não conseguir prototipar tudo.

Érica Marques - 02:50

Sim. Ok. Gostei das tags aqui também, para entender o que cada lugar é. No caso, por exemplo, não sei se já falou, mas teria cadastro nesse site, é isso? Ou não necessariamente.

Clara Alvelos - 03:29

Mas o cadastro é uma conta? Isso. Para já não tem, mas pode ser uma sugestão tua como melhoria, por exemplo.

Érica Marques - 03:43

Isso, quando eu vi o chat, que eu pensei talvez você possa ser membro, por exemplo, uma comunidade mesmo, né? Mas você... Achei bem bonito o layout.

Ok. Funcionaria como chat mesmo com mais pessoas. Eu gostei da música aqui. Não sei se vai funcionar, mas enfim, eu gostei da ideia de ter Obrigada.

Clara Alvelos - 04:29

Não há muita coisa que não está a funcionar ainda. Lá chegaremos.

Érica Marques - 04:35

Sim. Achei boa essa parte dos testemunhas. Talvez... Talvez quem visite, por exemplo, se eu estiver insegura de compartilhar talvez vendo outras histórias eu me sinta mais acolhida.

Clara Alvelos - 05:12

Pois aí problema que eu não posso sair. Eu já fiz esta avaliação antes e eu tenho que usar o mesmo protótipo, portanto eu não o posso melhorar.

Érica Marques - 05:25 Será que eu consigo voltar aqui?

Clara Alvelos - 05:27

Eu acho que se clicares na seta ou no restart, no R, se clicares no R ele volta. No R do teclado. Bom, bom. No final não. Não? Foi para a página errada, ou não. Ok, pera, agora você está a tentar clicar no link outra vez. Talvez tipo mandar abaixo e depois voltar ao mesmo link. Ok, boa. Este protótipo tem alguns erros e depois eu não posso mudar porque tenho que avaliar com toda a gente o mesmo. Então há alguns erros que eu já sei que vão aparecer.

Érica Marques - 06:08 Não tem problema.

Clara Alvelos - 06:10

Muito obrigada pela paciência.

Érica Marques - 06:15

Boa. Polícia, Associação da Proteção dos Vítimos, Socorro... Aqui seria, por exemplo, formato de texto, e-mail, algo assim? Ou opção de ligação?

Clara Alvelos - 06:33

É de ligação, ligar diretamente. Agora sim acho que dá para voltar para trás

com a seta. Será fazer assim no teu teclado com a seta da esquerda? Eu acho que dá para voltar para trás. Também posso com o instante. Isso, exato.

Érica Marques - 07:18

Eu gostei dessa parte. Podes vir e só ler, podes guardar coisas para mais tarde. Eu gostei porque, não sei, pode ser Talvez alguém não tenha algo para partilhar, mas é bom deixar aberto também, aberto. Que é espaço de consulta também, enfim, de apoio.

Clara Alvelos - 07:45

Só para esclarecer, aqui há bocado apareceu-te a página do Google porque o botão ficou sobreposto a este X que aparece aí. Ficou sobreposto e clicaste no sair rápido. Pronto. Tá. Clicares nessa parte.

Érica Marques - 08:04

Boas.

Clara Alvelos - 08:06

Mas há aí uma sobreposição dos botões que eu tenho que... Sim.

Érica Marques - 08:13

Vou sair dessa parte. Acho que o texto tá bem leve também. Se é que é possível, mas... A escrita tá bem leve. Gostei da parte dos artigos também. E aí E aí E aí. Eu não tinha percebido essa parte da primeira vez, mas agora entendi. Interessante, gostei.

Clara Alvelos - 09:42

E agora também aquele botão que clicaste em cima no quero explorar o meu ritmo já deve estar a funcionar, acho que ouve só aí algum tipo de refresh ou protótipo, ou não?

Érica Marques - 09:53 Será que eu tenho que voltar?

Clara Alvelos - 09:54

Não. Experimenta agora. Estranho. É porque ele dá como... Dá aí alguma coisa...

Não sei, acho que houve aqui erro qualquer, mas pronto, não há problema.

Érica Marques - 10:35

Gostei, tá bem Tumblr essa parte. Gostei.

Clara Alvelos - 10:40

Aqui dá pra explorar.

Érica Marques - 10:43 Que legal. Ai, adorei.

Clara Alvelos - 11:04

Isso ainda não funciona, é só mesmo a ideia de como seria. Pronto, depois podias adicionar uma música, alguma imagem e dar apoio, guardar ou dar apoio.

Érica Marques - 11:18

Acho que testemunhas eu já vi. Aqui seriam aqueles contatos.

Clara Alvelos - 11:39

Essa não está prototipada.

Érica Marques - 11:45 É só esse que não está...

Clara Alvelos - 11:48

Não, mas foi erro, isso não estava a acontecer, foi erro do protótipo, não sei porquê. Ele basicamente reencaminharia para a arte.

Érica Marques - 12:01

Ok.

Clara Alvelos - 12:04

Estou aqui a tentar pôr, corrigir, mas ele não assume, não sei porquê. Vou abrir aqui qualquer questão. Enfim, também já tenho tanta coisa com aquelas setinhas do Figma que tipo... Eu imagino! Não sei, já nem sei o que funciona e não funciona, por isso é que estamos a fazer este teste.

Érica Marques - 12:31

Mas eu acho que... Eu não sei se eu já olhei tudo, tem mais alguma coisa que eu precise agora?

Clara Alvelos - 12:36

Acho que já viste tudo, sim. A única coisa que não vai funcionar bem é então as cartinhas dos mitos que dão para clicar, eu acho que é óbvio, que quando clicas aparece a teclada, pronto. Não é óbvio essa interação, tem que haver qualquer signifier ou qualquer coisa que mostres.

Érica Marques - 13:06

Sim, eu acho que a minha primeira intuição é na seta e não na imagem.

Clara Alvelos - 13:12

Sim, sem dúvida. Pronto, depois no fundo, acho que a única que não vi isto foi mesmo aí, se puseres o rato para a esquerda, passares o rato para a esquerda, mais no último retângulo. Para mostrar que eles não estão todos prototipados, mas se passasses o rato com o over, elas vão abrindo nas diferentes partes. Estou confusa, não sei o que fazer. Pronto, vai levar à informação. Acho que já viste o prototipo todo. Sim, estava aqui a confirmar. Sim, é isso.

Érica Marques - 13:58

Boa.

Clara Alvelos - 13:59

Se houver algum apontamento, alguma coisa que alguma ideia que tenhas é super bem-vindo.

Érica Marques - 14:06

Sim, eu acho que essa parte aqui eu não percebi mesmo porque eu pensei que não fosse .. Pensei que fosse só a imagem, essa imagem aqui e o restante fosse só a arte. Mas também pode ter sido falta de explorar pouco mais.

Clara Alvelos - 14:24

É, o user tem sempre razão.

Érica Marques - 14:28

Mas eu gostei muito, achei bem intuitivo e bem bonito, assim. Acho que as cores, acho que a cor de fundo dá uma... São cores que relaxam. Acho que é uma escolha muito boa.

Clara Alvelos - 14:44

Boa, ok. Também era esse o objetivo. Alguma sugestão que tu farias diferente ou mesmo da tua experiência que acha que funcionaria melhor, seja nesta página, seja nas outras?

Érica Marques - 14:59

Eu acho que não, acho que talvez... Talvez aqui, talvez não precisaria das setas, se a intenção é clicar talvez, não sei, talvez algum efeito de poder arrastar, por exemplo, clicar na carta e arrastar para baixo ou algo assim, mas talvez não precisaria das setas.

Clara Alvelos - 15:21

Errei.

Érica Marques - 15:25

Mas, de resto, Eu acho que está tudo bem feitinho, não mudaria nada. Ok.

Clara Alvelos - 15:36

Obrigada. Obrigada pelo teu feedback, pelo input, é muito importante para mim essa tua perspectiva, portanto obrigada.

Érica Marques - 15:51

De nada.

Clara Alvelos - 15:57

Nos chats diz-me só se está a funcionar o questionário da avaliação, portanto depois respondo só depois da chamada ou quando tiveres tempo de tirar aqui o gravador.



