

Empoderamento Negro como dispositivo político: Reflexões de uma Pesquisa-Ação

Empoderamiento Negro como dispositivo político: Reflexiones de una Investigación-Acción

Black empowerment as a political device: Reflections of an Action-Research

Joel Vinicius Soares Oliveira

Universidade de Pernambuco (UPE), Garanhuns - PE/Brasil

ORCID: 0009-0001-0653-6645

E-mail: joelviniciuspsi@gmail.com

Érika de Sousa Mendonça

Universidade de Pernambuco (UPE), Garanhuns - PE/Brasil

ORCID: 0000-0003-0031-3608

E-mail: erika.mendonca@upe.br

Resumo

Considerando-se que a população negra se encontra como uma das parcelas mais negligenciadas da sociedade brasileira em questões materiais, existenciais e de qualidade de vida e que, simultaneamente, o racismo continua a ser negado como prática social, sendo suas implicações produtoras de sofrimentos, realizou-se uma pesquisa-ação junto a jovens mulheres afrodescendentes do agreste meridional pernambucano. Foram realizados quatro encontros inspirados por conceitos da temática do empoderamento, cujo rememoração de vivências e discussões revelaram o quão engendrado o preconceito se situa em suas existências como pessoas pretas, interferindo em suas formas de lidar com a opressão que chega até elas através de uma intersecção de condições em que se encontram imersas como parte de suas pessoas, além de situar a importância de uma nova e afirmativa apresentação cotidiana do povo negro. Constatou-se, como promissor, o uso de encontros grupais na abordagem desta temática, incitando reflexões e possivelmente a compaixão e amor à negritude, colaborando a uma Psicologia negra, que inspire mudanças políticas e sociais a curto e longo prazo.

Palavras-chaves: Empoderamento; Racismo; Intervenção grupal; Pesquisa-ação; Psicologia negra.

Resumen

Considerando que la población negra es una de las partes más postergadas de la sociedad brasileña en cuestiones materiales, existenciales y de calidad de vida y que, simultáneamente, el racismo sigue siendo negado como práctica social, con sus implicaciones productoras de sufrimiento, se planteó una investigación-acción realizado con mujeres jóvenes afrodescendientes de la región agreste del sur de Pernambuco. Se realizaron cuatro encuentros inspirados en conceptos relacionados con el empoderamiento, cuyo recojo de experiencias y discusiones revelaron cómo los prejuicios engendrados se sitúan en su existencia como personas negras, interfiriendo en sus formas de enfrentar la opresión, que les llega a través de un cruce de condiciones que se encuentran inmersas como parte de sus personas, además de situar la importancia de una nueva y afirmativa presentación cotidiana de los negros. Se encontró que el uso de reuniones grupales para abordar este tema es prometedor, fomentando la reflexión y posiblemente la

compasión y el amor por la negritud, colaborando con una psicología negra que inspira cambios políticos y sociales a corto y largo plazo.

Palabras clave: Empoderamiento; Racismo; Intervención grupal; Investigación-acción; Psicología negra.

Abstract

Considering that the black population find itself as one of the most neglected installments of brazilian society in materialistic, existential and life standards matters and, simultaneously, the racism proceed being denied as social practice, being its implications producer of sufferings, it was performed an action-research with young afrodescendant women from the Pernambuco's agreste southern. Were realized four meetings inspired by empowerment-themes concepts, whose remembrance of experiences and discussions revealed how miscellaneous the prejudice lies in their existences as

black people, interfering in their ways of dealing with oppression that reaches them through an intersection of conditions in which they are immersed as part of their person, in addition to magnified the importance of a new and affirmative daily appearance of the black people. It was found promising the use of group meetings in this thematic approach, inciting thought and possibly

compassion and love towards blackness, collaborating to a black psychology, that inspire political and social changes in short and long terms.

Keywords: Racism; Group intervention; Action-research; Black psychology.

*Eu vejo de longe uma mulher preta de vestido florido
longo, azul.
Suas curvas o vento que faz.
Sua mão segura a mão do seu erê e na barriga vem
outro.
Ela é seu mundo.
Ele pega o mundo nas mãos antes de atravessar a rua.
Está seguro,
tudo faz sentido, e
essa sensação nunca volta.
(Joel Vinicius Soares Oliveira)*

Introdução

Esta pesquisa formulou e pôs em prática um grupo focado no empoderamento negro, junto a jovens mulheres afrodescendentes do agreste meridional pernambucano. Sendo este setor da sociedade sujeito a vários tipos de discriminação e desigualdades, o empoderamento atua como recurso que auxilia em uma tomada de controle da própria vida (Léon, 2001). Localiza-se, neste dispositivo, além de uma forma de melhorar a qualidade de vida individual, um alcance em nível coletivo tendo, portanto, uma natureza política, uma vez que interroga e incentiva o fim de uma institucionalização de desigualdades com esta parcela da população.

A literatura relata que negras/os tem seu bem-estar psíquico abalado pela discriminação, estando mais suscetíveis a transtornos depressivos, uso abusivo de substâncias, dentre outros desafios da ordem da saúde mental e equilíbrio emocional (Martins, Lima, & Santos, 2020). Também há concordância de que o modo como o indivíduo percebe a discriminação vivenciada pelo seu grupo étnico ou de gênero afeta a forma com que aquela agressão atinge sua autoestima individual e seu bem-estar biopsicossocial.

Acompanhando este viés, uma pessoa que não se autodeclara negra, mas possui traços fenotípicos negros, por exemplo, não sentiria uma situação de racismo provocada por alguém como um ataque direto a si; conseqüentemente, a ignorância ao tema se tornaria uma espécie de proteção local. No entanto, esta “proteção” só acontece ao que o sujeito capta. Não obstante, o preconceito pode estar lá de forma sutil, ditando limitações estruturais e subjetivas à vida deste sujeito, mesmo não estando ciente disto. Como desdobramento, o racismo segue se manifestando, se naturalizando e fazendo sofrer sujeitos individuais e coletivos. Sendo assim, a ignorância ao tema se apresenta de natureza não-política, por auxiliar a manter as desigualdades raciais e de gênero da sociedade.

Invertendo o exemplo, o indivíduo empoderado estaria mais sujeito a ataques ao seu eu e isso traz sofrimentos, contudo, em longo prazo, traz à luz possibilidades de luta e enfrentamento (Mccoy & Major, 2002). O sentimento de pertencimento a um grupo, a partilha de vivências e ressignificações de experiências, compõem possíveis formas de defesa a serem elaboradas, assim como o empoderamento de sujeitos e populações.

O empoderamento foi um conceito bastante utilizado em discursos de natureza política, pelo Banco Mundial e por outros grupos, por isso é apresentado na literatura e no senso comum com vasta gama de significados (Sardenberg, 2006). Utilizaremos o termo cunhado pelo movimento feminista, que foi aperfeiçoado a partir das contribuições do filósofo e educador Paulo Freire. Destarte, compreendemos que, para além de uma autoemancipação em um processo individual, o empoderamento é também uma transformação de cunho social (Freire & Shor, 1986). Ou seja,

é uma condição ser: “[...] uma ação coletiva que se dá na interação entre indivíduos, o qual envolve necessariamente um desequilíbrio nas relações de poder da sociedade” (Baquero, 2012, p. 9).

Para o movimento feminista, o empoderamento visa livrar as mulheres das amarras opressivas do patriarcado (Sardenberg, 2006). Racismo e sexismo, nesse cenário, se apresentam como problemas estruturais, simbolizando uma conjuntura que vai além de questões de caráter individual e institucional, mesmo que estas devam ser tocadas. Se instituições reproduzem agressões raciais e de gênero, significa que a própria estrutura da sociedade em que está imbricada também é racista e sexista e, para sua intervenção, deve-se entrar em combate aberto, por meio de práticas concretas (Almeida, 2020). Por isso, partiremos do pressuposto de que o empoderamento, para o movimento negro, seria também uma possibilidade de libertação de amarras opressoras, as do racismo.

A intenção ao apresentar esses temas - racismo e sexismo - em conjunto, se dá por questões de necessária reflexão psicossocial. É fundamental, sob uma perspectiva política de transformação de realidades, que o indivíduo se caracterize como antirracista, antissexista e contra qualquer tipo de preconceito e desigualdade (Hooks, 2018). Mesmo que a proposta de grupo que aqui se objetivou trabalhar não apresentasse delimitações de gênero como ponto de partida, configurando-se inicialmente como misto, nos temas e situações trabalhados ficou exposta a intersecção raça/gênero, isto para talvez aclarar aos participantes e leitores e estimular discussões e *insights* sobre como realidades se complexificam, afinal, há o racismo, o

patriarcado, a LGBTfobia¹, o capitalismo, etc (Kilomba, 2019).

Apesar do ato de empoderar-se ser individual, ele se espalha à coletividade:

O empoderamento como confiança e autoestima deve se integrar em um sentido de processo com a comunidade, a cooperação e a solidariedade. Ao ter em mente o processo histórico que cria a falta de poder, se faz necessário modificar as estruturas sociais vigentes, quer dizer, de reconhecer a necessidade de mudança (Léon, 2001, p. 4)²

A noção de processo é crucial, pois empoderamento não é uma ação pontual com um fim, mas sim um processo contínuo e subjetivo. Debater esse percurso possibilita levar a demanda de um grupo adiante, para que posteriormente sejam pensadas formas de intervenção. O debate tem, então, caráter prático e político, pois visa à mudança de uma realidade específica (Léon, 2001). Ademais, um grupo com esta temática intervém na qualidade de vida dos participantes, possibilitando mudanças sociais quando as ações do grupo são concluídas (Camasmie, 2014).

A questão abordada encontra inspiração, ainda, nos princípios da intervenção psicossocial, que se caracteriza em melhorar a qualidade de vida de um grupo e/ou comunidade, instituição e produzir conhecimento (Neiva, 2010). O pesquisador/interventor faz parte do grupo e não se apresenta como ser isento naquele meio grupal (Camasmie, 2014).

¹ “[...]a rejeição, o medo, o preconceito, a discriminação, a aversão ou o ódio, de conteúdo individual ou coletivo contra aquelas(es) que, supostamente, sentem desejo ou tem práticas sexuais com indivíduos do mesmo sexo biológico” (Secretaria Nacional de Assistência Social, 2016, p. 3). Além disso, tem a função de firmar uma forma de sexualidade, a heterossexual, como única ao desvalorizar ou atacar às demais.

² Tradução livre realizada pelo autores.

Buscou-se, nesse sentido, estimular o empoderamento junto a um grupo de afrodescendentes, por meio de uma pesquisa-ação, que incluiu o fomento de conhecimentos, reflexões e partilhas de vivências. E, especificamente: (1) investigar a potencialidade do uso de encontros grupais para a melhoria do bem-estar biopsicossocial da população negra; (2) analisar a perspectiva deste grupo em relação ao racismo; (3) promover reflexões de cunho individual, podendo estas ressoarem na coletividade e (4) estimular o debate acerca da racialidade na Psicologia.

Método

A pesquisa se caracterizou como qualitativa e afirmativamente não-neutra. Buscou explorar uma questão - o racismo - por meio da qual a(o) participante rememorou e refletiu suas experiências e posicionamentos no mundo, além de experiências coletivas, históricas e politicamente situadas. Para isto, requereu do pesquisador principal - que bem poderia ser um sujeito-participante pela negritude e vivências discriminatórias e inquietantes que traz tatuadas em si - um conhecimento profundo sobre os conceitos que planejou trabalhar, além da empatia, valorização do conteúdo partilhado, e a consciência de que as vivências construídas com as participantes estiveram inseridas em contextos específicos da história coletiva. O estudo se deu dialogado, partilhado, sentido, sem, portanto, uma coleta sistemática de informações com a utilização de testes ou tabelas (Minayo, 2012), realizado no ano de 2022.

O estudo se realizou como uma pesquisa-ação, consistindo em uma forma fluida de pesquisa, pois dependeu da dinâmica grupal dos(as) pesquisadores/organizadores e participantes envolvidos. Privilegiou o diálogo, a construção conjunta, as condições dessa interação e a literatura sobre o tema trabalhado, e cada etapa experienciada foi escolhida por ter, também no seu cerne, a ideia de promover/incitar mudanças (Gil, 2002).

Estivemos a trabalhar efeitos danosos do racismo, apostando na possibilidade do uso de encontros grupais para estimular melhorias na qualidade de vida de indivíduos, investindo na potencialidade dos conceitos do empoderamento para fundamentar a proposta. Para se caracterizar uma pesquisa-ação, por meio de um grupo de intervenção psicossocial, se fez necessária uma análise de antes e depois, mas tendo em mente a força potencial de uma ação em assuntos tão cristalizados em seus participantes. Não se sabe precisar, desse modo, o quanto foi possível suscitar, uma vez que, inclusive, é esperado que os debates e reflexões realizados sigam em reverberação.

Aqui foi feito um percurso com inspiração na análise das práticas discursivas (Spink & Frezza, 2013), pois pretendemos um caráter interpretativo e crítico na pesquisa, atentos às vozes outras que atravessaram as vozes que de fato escutamos. Tal inspiração perpassa a língua falada e entra no campo da linguagem, ou seja, as diferentes formas de comunicação. Isto posto, interroga a produção de sentidos, levando em consideração o contexto envolto no sujeito, para uma interpretação crítica com o intuito investigativo (Caregnato & Mutti, 2006). Foram feitas transcrições de trechos da fala, contendo colocações das(os) participantes durante a intervenção psicossocial.

As participantes foram quatro: negras, residentes no agreste meridional pernambucano e maiores de idade. A chamada para o grupo não teve distinção de gênero, porém, apenas compareceram mulheres. O convite ocorreu por meio de redes sociais privadas do pesquisador principal, expondo-se a ideia a quem poderia ter interesse, formando uma rede.

Sobre as participantes, seguem com nomes fictícios (inspirados em cantoras de

Jazz, R&B³ e Blues), assegurando-se o sigilo de suas identidades, como um dos critérios éticos de pesquisa com seres humanos. Nossas partilhas se deram com: (1) Nina, que é residente de uma área rural no agreste meridional pernambucano, tem graduação e mestrado, é mulher negra e vem de uma família miscigenada; (2) Etta é prima de Nina e compartilha suas raízes e formação; (3) Sade e (4) Aretha estão nas suas primeiras graduações e mudaram de cidade por causa da Universidade. As quatro tem entre 20 e 30 anos de idade. O pesquisador/interventor também compõe o grupo, não está isento de afetação, sendo um homem negro na mesma faixa etária.

Foram esquematizados encontros semanais de uma hora de duração, sendo estendido este tempo quando necessário. O que ditou foi o clima grupal, visto como percepção individual ou compartilhada com o grupo (Schneider, Ehrhart., & Macey, 2013, citado por Peduzzi, Agreli, Silva, & Souza, 2020). Teve a duração de um mês, constituindo-se de quatro encontros. O grupo ocorreu de forma remota, por meio da plataforma *Google meet*, com os encontros gravados para finalidade exclusiva de análise. Os grupos de natureza online/remota foram pensados levando em consideração a pandemia do Covid-19 e cuidados sanitários requeridos.

Notoriamente existem desafios em pesquisa, seja no formato presencial ou remoto. Imaginamos que mesmo na tentativa de suscitar um lugar favorável, a impessoalidade de não estar frente a frente poderia vir a limitar a interação, porém, provavelmente por haver um conhecimento prévio, mesmo que breve, entre as(os) participantes, o desconforto que poderia vir a ser experienciado não ocorreu. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade, sob CAAE número 54325621.3.0000.0128.

Partimos de que o empoderamento possui pilares (Stromquist, 2006), e cada um foi trabalhado em um encontro. O primeiro encontro foi para situar a situação da população

negra e as formas de opressão mais diretas na história; para tal, visitamos dados sobre o tráfico de escravos, o pós-abolição da escravatura e dados da população negra atual, relacionadas à vulnerabilidade social, primeiro sendo apresentados para posteriormente serem comentadas e complementadas pelas participantes. O segundo pretendeu trabalhar a imagem das pessoas negras e o desvio existencial causado pela ideologia de superioridade branca, que fora transmitida geracionalmente por séculos. No terceiro encontro, objetivou-se conceituar tipos de racismo, com ênfase no cotidiano. O quarto encontro debateu a importância das políticas de distribuição de renda e cotas raciais. Pelo grupo ter contido apenas participantes mulheres, como uma coberta, as questões apenas vivenciadas se sendo mulher e negra foram sendo sentidas e conversadas; a relação com o cabelo, com a solidão, com o temor pela sua segurança física. Trabalhar com as demandas que fossem aparecendo já estava em mente quando optamos por este tipo de pesquisa, a pesquisa-ação.

Achamos conveniente ressaltar que este grupo apresentou fluidez; então, apesar de haver sugestões de roteiros para os encontros, houve modificações, como parar a programação usual para ouvir a música que uma das participantes recomendou e que era relevante à discussão, ou quando foi passada uma “tarefa de casa” e essa foi discutida por tempo considerável no encontro seguinte.

Referencial teórico

A população negra ainda se encontra ligada às amarras do racismo, que sofreu mudanças com o tempo, a sociedade e suas leis. O tipo que está engendrado no nosso dia-a-dia é o intitulado racismo cotidiano, sendo “não apenas como a reencenação de um passado colonial, mas também como uma realidade traumática, que tem sido negligenciada” (Kilomba, 2019, p. 29).

³ Rhythm and Blues.

Isto parte de uma origem antiga, quando a pessoa negra foi o “bode expiatório” do errado, moralmente falando, e o branco tentava edificar sua imagem, como pura de ego e não racializada (Kilomba, 2019). Digo não racializada pelo próprio vocábulo instituído aos pretos e outros grupos como “pessoas de cor”. Se estes são de cor, os brancos são neutros? Essa invisibilização do branco intenta culpabilizar os próprios grupos estigmatizados pelas desventuras históricas que os puseram em uma posição desfavorecida (Schucman, 2012). É uma ferramenta do colonialismo, que visa manter àqueles que fazem a sua imagem em uma posição de privilégio. “Não basta ao colono limitar fisicamente, quer dizer, com a ajuda da sua polícia e dos seus soldados, o espaço do colonizado. Como para ilustrar o carácter totalitário da exploração colonial, o colono faz do colonizado uma espécie de quinta-essência do mal” (Fanon, 1961/2015, p. 37).

Não surpreende a população negra ter visto o branqueamento como uma forma de ascender em uma hierarquia racial. Apesar de a escravidão datar de muito antes, a realizada para com a população negra tinha/tem um carácter ideológico, não se tratava mais de: “o que fazer com o povo do território conquistado?”, mas sim a construção de uma noção predeterminada de inferioridade para com toda uma população, direcionada por questões fenotípicas e culturais. Ser da população negra foi entrelaçado à imagem do estar escravizado, o que resultou neste setor da população sendo normalmente localizado em uma posição inferior no imaginário coletivo (Souza, 1983).

A população negra que vive em uma sociedade racista se encontra, pois, em um desvio existencial (Fanon, 1952/2008). O povo que foi escravizado - e seus descendentes - após serem bombardeados por uma ideologia adoecedora de hierarquia racial, olharam para

si e para o colonizador e a primeira diferença vista era de ordem fenotípica. Consequentemente, a ideia de humanidade se relacionou à brancura. O desvio existencial explícita que, enquanto o branco tenta ser gente, o negro tenta ser branco (Fanon 1952/2008).

A tentativa de apagamento das pessoas negras, do povo negro saiu, pois, de estruturas sociais que visavam o privilégio de uns ao decair de outros, para se situar nos planos de governo, com a tentativa de branqueamento da população com a vinda em massa de europeus para o Brasil:

Apesar de ter fracassado o processo de branqueamento físico da sociedade, seu ideal inculcado através de mecanismos psicológicos ficou intacto no inconsciente coletivo brasileiro, rodando sempre nas cabeças dos negros e mestiços. Esse ideal prejudica qualquer busca de identidade baseada na "negritude" e na "mestiçagem", já que todos sonham ingressar um dia na identidade branca, por julgarem superior (Munanga, 1999, p. 16).

É assim que se instaurou/a o racismo, que persiste estruturalmente, e se manifesta na ausência de negras e negros nos espaços de poder e a preferência dos sujeitos que lá estão pelas figuras brancas. No racismo institucional, percebe-se o tratamento diferenciado de acordo com a raça/etnia⁴. Porém, o racismo cotidiano inclui: falas, imagens, estereótipos, formas de estar com o outro, preconceituosamente de uma forma não estritamente direta. São construções sociais passadas de geração para geração, um modo de operar que se aprende desde tenra idade e concebe crenças difíceis de abandonar (Kilomba, 2019).

⁴ Seguimos de que não há raças humanas, então incentivamos o uso do termo etnia. Mas para não haver confusão, utilizaremos os dois termos ligados por uma barra.

Quanto ao poder aquisitivo, as profissões e posições que realmente mobilizam o capital ainda estão concentradas nas pessoas brancas. As políticas públicas de distribuição de renda servem para mitigar a desigualdade e promovem uma melhora na qualidade de vida da população negra (Soares, 2008). Os homens negros estão mais sujeitos à violência policial, mulheres negras a estupros e solidão afetiva; além do racismo cotidiano e a violência, há o posicionamento nas classes sociais mais baixas. Como o racismo ainda é negado como prática social, as demandas provenientes do preconceito, denúncias ou mesmo o direito cotidiano da fala sobre etnicidade são escanteadas; pretos são constantemente silenciados e, nisso, o sujeito se encontra imerso na pluralidade de estigmas e dificuldades sociais (Martins et al, 2020).

Porém, engana-se quem pensa o povo negro apenas como vítima. A luta sempre esteve presente: nas fugas das fazendas, na quilombagem, na conservação da cultura ancestral, no teatro negro, nas produções acadêmicas, música, religião, arte, vestimentas, na capoeira, na transição capilar, no dizer “não” ao dito padrão.

Partiremos, neste estudo, da noção de que o empoderamento tem pilares, todos importantes e complementares: o cognitivo, o psicológico, o político e o econômico. Neles incluem-se, respectivamente: a visão da realidade, o estar como pessoa digna na sociedade, a consciência das formas de opressão e luta e a geração de renda (Stromquist, 2006). Para se elaborarem mudanças em questões raciais e de gênero, parte-se de que são necessárias ações de natureza que toquem nestes pontos. Daí a escolha de se realizar não apenas uma pesquisa voltada à compreensão de fenômenos, mas uma pesquisa-ação que se propõe a intervir junto a sujeitos, na intencionalidade ético-política de compreender, ampliar compreensões e, quiçá, transformar fenômenos e realidades.

Resultados e discussões

Nina, Aretha, Etta e Sade: entre convers(ações) e inquietações

Uma existência pelo escopo do racismo se faz demasiada sofrida, seja em questões individuais ou coletivas, familiares e afetivas, é ter uma ferida sem a possibilidade de cicatrização, por ser constantemente magoada pelo meio e até por nós, também sujeitos desse meio. As discussões, no grupo proposto, focaram em uma lógica didática de trazer conhecimentos e possibilitar discussões, conversar trajetórias e desejos, tudo isto centrado pelo que o racismo faz passar a pessoa preta e como nos cuidar ao fazer/caminhar este caminho.

Achamos interessante discorrer, já no primeiro encontro, sobre noções do que seria racismo e formas de lidar com a opressão trazidas pelas participantes, para iniciar a discussão. Eis algumas de suas discursividades:

Eu acho difícil conceituar, sabe? Eu nem sei diferenciar direito racismo de injúria racial. Mas é algo que fere a minha existência. Não só a minha. E por muito tempo o racismo fez eu me odiar. A não gostar de mim. E tipo, eu nem vivi experiências duras ou cheguei a ser agredida, mas machuca (Nina).

É preconceito/discriminação com algumas raças/etnias e isso muitas vezes acontece de forma camuflada, mas também acontece em outras, muitas vezes de forma escancarada e agressiva, de forma a privilegiar a branquitude e inferiorizar outras raças (Aretha).

Racismo pra mim, de maneira curta, é violência... é dor (Etta).

Todas as tomadas de ação violentas ou omissões de cuidado justificadas pelos nossos traços, cores e fé. Claro que o que afeta a diferença e impacta de primeira são as violências e nossos

direitos negados por sermos quem somos, mas essa omissão do cuidado, esse 'deixar morrer' que atravessa a gente aqui no Brasil, me pega demais (Sade).

No primeiro momento, quando questionadas a respeito das formas pessoais de lidar com a opressão, nenhuma das participantes soube - ou não se sentiu confortável para falar. Porém, após o pesquisador exemplificar como estratégia o próprio abrir-se ou falar para alguém de sua confiança e/ou que compartilha de seu contexto e história, o debate fluiu. Como enunciado por Hooks (2019a), a fala é um esforço político e que se inclui no processo de cura. A interação de uma pessoa com outra, ou com um grupo de pessoas, postula uma dialogia mútua, de todos para todos. No grupo, revelar suas estratégias pessoais pode ser visto como uma construção conjunta de sentidos, “é uma prática social e dialógica” (Spink & Medrado 2013, p. 23).

Sobre o lidar com situações de opressão e preconceito no dia a dia, a participante Sade comenta um dizer de sua família: “*Dar um tapa na cara sem mão*”, como se fosse um reprovar o comportamento alheio, mas sem se engajar em uma discussão. Já Etta diz o contrário, que assume discussões, principalmente com pessoas próximas a ela, afinal, não é seguro discutir episódios de racismo e misoginia “a fora”, afirmando que poderia “*apanhar no meio da rua*”, preocupação justificável. Segundo Corsino, Verceze e Cordeiro (2022), as mulheres negras são as que mais morrem. Os autores prosseguem ressaltando o significativo aumento do número de feminicídios de mulheres negras no Brasil, enquanto houve diminuição no caso de mulheres brancas, localizando a violência para além do patriarcado, adentrando na questão de raça/etnia.

Nina, por sua vez, localiza o grupo como um dispositivo para lidar com a opressão, e que seria interessante expandir para além daquelas cinco pessoas presentes. Algo comum em suas discursividades foi a concordância de

que lidar com o racismo, faz com que se sintam mal emocional e corporalmente, como se elas somatizassem o desconforto, como trazido por Martins et al (2020), quando relatam que o bem-estar do povo negro é ameaçado e diminuído pelo racismo. Racismo, de acordo com Almeida (2020, p. 32), seria: “[...] uma forma sistemática de discriminação que tem a raça como fundamento, e que se manifesta por meio de práticas conscientes ou inconscientes que culminam em desvantagens ou privilégios para indivíduos, a depender do grupo racial que pertençam”.

A história vai sendo escrita pelo grupo dominante, o padrão de beleza espelha o branco e seus traços, o bem-estar do povo negro é escanteado, e nisso: “Ser negro é tornar-se negro” (Souza, 1983, p. 77), pois carece negar o dito padrão e se impor tal como se identifica. Em termos de cor/tonalidade da pele, nos afrodescendentes não estão inclusos apenas os com traços negroides mais visíveis, estando também o pardo nesse meio, proposto para compor o grupo e população negra. Expondo mais desse raciocínio; a pessoa retinta (preta), ou a que se considera como tal por meio da auto identificação, e a pessoa parda, que possui um tom de pele mais claro, são ambos considerados como parte da população negra (Silva Jr & Silva, 2010). Ao utilizar os termos negro/preto existe essa diferença pelo termo negro simbolizar a comunidade em sua completude.

No decorrer dos encontros grupais, muitos foram os fenômenos trazidos por Nina: o fato de vir de uma família miscigenada e, por isso, estar inserida em “*uma família branca e uma preta*”, a marca. Ela lembra de um evento em que, na infância, precisou tomar um remédio e questionou se ele a deixaria branca. No mesmo movimento, o grupo mencionou acontecimentos da infância, como: rasgar fotos de si mesma por se achar feia, apelidos ouvidos na escola, ataques mais diretos também, sendo estes apenas alguns dos fenômenos quando se reside em um local/tempo/contexto em que suas características fenotípicas são apontadas e nomeadas como “*feias*” e “*inferiores*”.

Uma das participantes, inclusive, buscou-nos privativamente a relatar que estava interessada em um sujeito, que houvera declarado não querer relacionar-se no momento; porém, um mês depois ele apareceu namorando uma menina branca. Não iremos supor que a questão étnico/racial foi o motivo para a negativa, mas é sim uma possibilidade e não seria algo novo na experiência de vida de uma mulher preta. Santos (2020) nos relembra da dolorosa hierarquia criada pelo colonialismo em que, quanto mais retinta é a mulher, mais alvo de opressão ela se torna, e também mais sozinha afetivamente, o que vem hoje sendo estudado sob o nome de colorismo, que seria essa: “[...]segregação intrarracial baseada na tonalidade da pele” (Nascimento, 2015, p. 155). Ribeiro (2019), nos diz que mulheres negras são hipersexualizadas, porém são excluídas ao se pensar em um relacionamento sério, por exemplo. No caso, somando essa nuance do sexismo com o racismo “[...]as mulheres negras ficaram relegadas ao papel de servir: seja na cozinha, seja na cama” (p. 30).

Um dado relevante sobre o grupo é que todas as participantes usam seu cabelo de forma natural, passaram por transição capilar, e é um aspecto importantíssimo para elas no seu estar no mundo como mulheres negras, conforme afirmaram em relatos. Gomes (2019) partilha, em seu escrito sobre o cabelo, ter uma posição de destaque na identidade, sendo referência para a expressão do ser negro no Brasil. Aretha divide conosco que, mesmo não se sentindo empoderada, se sentiu mais “completa” após assumir seus cachos, porém, apesar disto, alisa seus cabelos antes de ir para a casa da mãe. No caso, não percebe um acolhimento, no cenário de sua vida que mais a mobiliza: a própria casa. Nina, em consonância, comunica: “*Me sinto acolhida e esbofeteada ao mesmo tempo com a família que eu me relaciono*”.

Não é apenas na autoestima que o preconceito faz extração da potência da pessoa preta. Foi relatado por Nina a sua participação, quando criança e adolescente, em um grupo de dança de samba de coco⁵, que fazia

apresentações em escolas da região. Certa vez ouviu de uma conhecida: “*Eu lembro de tu da escola dançando[...] Eu acho que era macumba, um monte de nêgo pulando e girando prum lado e pro outro*”.

Nina relata seu choque diante da naturalidade com que as pessoas acham que têm o direito de ofender uma cultura diferente da sua. Partilhou: “*Me fez muito mal, porque era algo que eu gostava, não pela representatividade negra como já falei, porque a gente não entendia disso. Foi um comentário tão forte, já tava deixando e acabei abandonando isso da minha vida*”. Este episódio da história de Nina nos ajuda a compreender mais profundamente como o preconceito segue para outros campos da vida das pessoas pretas, Silva (2017) diz que, no passado:

[...]a música, assim como outras manifestações artísticas, cumpria um papel específico na lógica social. A arte possuía um valor oculto, uma função atrelada à prática cotidiana e sua criação não pretendia ser pura expressão da subjetividade, mas a materialização de algo acima do próprio indivíduo, possuindo assim valor e significado coletivo que fundamentavam e eram substrato simbólico de práticas também coletivas. (p. 41).

O racismo desconecta a pessoa negra da sua potência individual, coletiva e até ancestral com o objetivo de absorver os pretos e pardos numa amálgama, no intuito de fazê-los crerem na branquitude como normalidade.

Os encontros tiveram seus pilares e, por isso, o empoderamento esteve presentificado nas convers(ações), na exposição, no acolhimento, em todo o processo de estar em um local seguro, mesmo que não físico, com pessoas do seu grupo étnico que compreendem profundamente o que é trazido, porque as histórias, vivências e indignações, se

⁵ Dança de origem afro-brasileira.

encontram. Quando escrevemos “pilar”, com certeza vem à mente construção, e foi justamente essa a intenção, pois, ao ir de pilar em pilar não se vê toda a edificação, tem de se tomar certa distância. O empoderamento é essa edificação que construímos ao estar nela. A complexidade do termo foi vista após compararmos também concepções, de forma “socrática⁶” em busca de um conhecimento autêntico, complexificando a noção trazida pelas participantes de que seria uma questão de poder e de auto aceitação, apenas.

Algo também relevante é que todas as participantes, com exceção de uma, revelarem fazer ou terem feito parte do projeto bolsa família⁷. Duas residem em área rural e apresentam que, a partir da agricultura, não dá para se sustentar o ano todo. Planta-se, colhe-se, gasta-se o dinheiro em algum tempo, no resto do ano todo mundo “se aperta”. As mulheres trabalham como domésticas ou como lavadeiras, os homens como pedreiros ou algo similar, o chamado “bico⁸”. Etta afirmou que, quando o bolsa família de sua mãe foi aprovado, “imagem de felicidade” foi a forma de descrever sua mãe com aquela carta de aprovação do benefício em mãos. Era pouco, era para o básico do básico, mas era algo. Mesmo adulta, até tempos recentes, ela sentia o choque da realidade no seu dia a dia. Estava na Academia lutando pelo seu título de mestre, mas ainda tinha que ir buscar água fora de casa, pois não havia água encanada.

Nina nos conta que sempre houve preocupação no utilizar o bolsa família em sua casa para coisas fundamentais, e que sua mãe guardou uma nota de cem reais “por tanto tempo que criou vinca⁹”, para pagar seu vestibular. No fim, ela conseguiu isenção e o dinheiro foi sendo usado para alimentação, vestimenta, contas. Etta relata que, apesar de

ser pouco, era também usado para ajudar outros membros da família, e que sua mãe recebeu o benefício até se aposentar.

Sade, por sua vez, nos diz que faz parte de uma família praticamente de mulheres negras e de que havia e há uma rede de apoio entre elas, que o benefício a auxiliou no tempo de Universidade, para a manutenção diária, e também para facilitar seu acesso a bolsas, como o PROUNI¹⁰. Ela descreve sua jornada acadêmica, economicamente falando, como um “desviar de obstáculos”. Ao tentar se manter e cursar o ensino superior, das poucas pessoas negras que compartilharam com ela as salas de aula, algumas foram saindo justamente por isso. Ter um ensino superior não é uma garantia de riqueza material futura, mas a sociedade racista dificulta a população negra de adentrar nesse meio e tenta enclausura-la em posições de trabalho servis. Quijano (2005) informa que, graças à classificação racial racista elaborada pelos europeus brancos, o trabalho pago era pensado como privilégio branco, e em continuação dessa percepção, até hoje populações que diferem de sua imagem e semelhança recebem de forma inferior, em comparação, o mesmo ocorre com as mulheres em relação aos homens, independentemente de sua raça/etnia. O grupo da intervenção psicossocial, então, compôs defensores das políticas sociais, fortificados pelo fato de terem desbravado adversidades e continuarem a fazê-lo.

Localizamos o racismo como estrutural e danoso à autoestima e, ao estar no mundo como pessoa preta, está o racismo em todas as instâncias da vida dessas pessoas. O ato de libertação e descolonização seria, desse modo, um ato político, necessário e constante. O pensamento decolonial diz que não estamos em uma realidade pós-colonial, e sim ainda em um

⁶ Pois tem como ponto de partida, o diálogo e questionamentos.

⁷ Programa de distribuição de renda orquestrado durante o governo Lula.

⁸ No senso comum, é um trabalho extra que se distancia da ocupação usual da pessoa, com fins de ampliar a renda.

⁹ De acordo com Nina, seriam dobras fortemente marcadas.

¹⁰ Programa Universidade Para Todos.

processo de deixar o colonialismo, pois este ainda dita muitas variáveis na realidade da América Latina, e de todo o mundo, que naturaliza a dominação e subserviência de grupos que diferem do grupo dominante (Quijano, 2005, citado por Dimenstein et al. 2020). Hooks (2019b) ressalta:

Uma vez que a descolonização como um processo político é sempre uma luta para nos definir internamente, e que vai além do ato de resistência à dominação, estamos sempre no processo de recordar o passado, mesmo enquanto criamos novas formas de imaginar e construir o futuro. (Hooks, 2019, p. 20).

Nessa direção, trabalhar o empoderamento e a descolonização encontra o seu pódio em grupo. Em grupo, dialoga-se uma interanimação dialógica, uma construção dos elementos éticos de si e de responsabilidade com o outro (Spink, 2000). Existem muitas teorias sobre o poder, e uma que achamos relevante é a defendida por Arendt (1969/2022). Quando a autora conceitua e diferencia poder de outros termos semelhantes no vocabulário popular, argumenta que o poder vem da coletividade, do movimento em prol de algo que um grupo de pessoas se junta para realizar. Tal afirmação é relevante, pois notamos, ao estar como grupo unido pela etnicidade, que estamos em processo de empoderamento quando juntos. Juntos temos a possibilidade de potencializar nosso amor à negritude e de nos renovar na luta contra o *status quo* da sociedade. Como negritude entendemos o processo de proclamação do que é ser negro e negar o que é imposto culturalmente pelo colonialismo, ou como explanado por Munanga (2009, p. 63) como sendo: “uma política de contra-aculturação, ou seja, desalienação autêntica”.

Assim é que a modalidade de trabalho em grupo, com foco no empoderamento da população negra, é potente e deve ser pensada em distintas faixas etárias. Ao lidar com adultos, trabalhamos crenças solidificadas e

traumas acumulados. O processo é necessário e custoso, pois existe a descrença do próprio indivíduo. Ao lidarmos com o adulto negro que cresceu em um país racista, a ideia de processo do empoderamento se torna relevante por ser uma luta diária e não uniforme e estaríamos possivelmente contribuindo para uma melhora da sua qualidade de vida. Poder iniciar tal trabalho na infância, seria ainda mais promissor, evitando sofrimentos.

É proveitoso mencionar, nesse âmbito, que o segundo encontro foi marcado por partilhas de relatos de vida, quase todos de cunho negativo. Quando finalizamos, apesar de termos vivenciado também um momento com o foco em enaltecer nossos traços, este não foi suficiente, e a impressão foi que saímos nos sentindo mal. A intenção no primeiro momento era a partilha seguida de um movimento de analisar a beleza na negritude. Contudo, na sequência deste segundo momento, retornamos à lembranças, carentes de uma escuta de fato acolhedora aos sentimentos expressos que talvez só pudessem ser tocadas na terapia, o que restringiu a possibilidade de uma intervenção que trouxesse/mantivesse positividade no final, na linha de um empoderamento de si.

Foi, então, solicitada uma “tarefa de casa”, para que cada participante recomendasse um conteúdo: livro, influenciador, filme, música, algum acontecimento da sua vida, absolutamente qualquer coisa relevante que contribuiu em sua auto aceitação como pessoas pretas e também no seu processo de olhar com olhos mais amorosos para si. Sade e Nina partilharam músicas, que ouvimos e discutimos durante o encontro, algo comum, pois a música foi constante nos encontros grupais e também fora. Também trocamos recomendações de livros de teóricas negras. Etta trouxe o seguinte relato:

Ana Maria foi minha professora do Ensino Fundamental II. Além da nossa relação em sala,, também nutrimos uma amizade fora dela, pois Aninha era bem próxima da minha tia, também professora. Aninha sempre foi aquela mulher que incentivava as

meninas a aceitarem sua negritude pelos cabelos. Pra ela, a maior representatividade de uma mulher negra eram seus cachos. E eu sempre questionava Aninha, pois pra mim a negritude sempre foi mais que isso. Eu só não entendia que ela queria afirmar um dos pontos que me faz me sentir mais representada hoje. Quando me vejo no espelho hoje me sinto mais empoderada, sabe? Não é só empoderamento, é me sentir bem comigo mesma. As vezes ele assanha, resseca e me deixa com a autoestima baixa? Sim. Mas essa sou eu. Não preciso dos padrões, não preciso me preocupar com eles. Eu penso muito em Aninha e em tudo que ela trazia, para além dos cachos. Ela foi um porto seguro para muitas alunas. Quando assumi meus cachos ela já havia partido, os males dessa pandemia, mas acredito muito que, assim como eu, muitas meninas lembram dela como essa mulher negra, forte e cheia de representatividade (Etta).

Hooks (2019b) reflete que o campo da representação é um campo de batalha para o povo negro: a mídia é racista, então para além de toda aspereza que nos toca e que internalizamos, há a necessidade de encontrarmos-nos como pessoas dignas e complexas e acharmos nossa própria representação. Então, se torna vital para esse grupo, todo o coletivo étnico, além de estar exercitando sua negritude, ser porto seguro para uns e outros e para a nova geração, uma representação cotidiana, um aquilombamento. Como é trazido por Souza (2008), aquilombar-se seria uma estratégia de resistência em comunidades compostas por pessoas negras, para resistirem e poderem exercer seu estar no mundo com completude, caracterizando uma luta por direitos, luta esta que se iniciou séculos atrás nos mocambos, quilombos e terras de pretos.

Esta pesquisa assume, no diálogo estreitado com a Psicologia Social, uma perspectiva epistemológica de inspiração construcionista, por ser esta resultante da negação à ideia de uma verdade única; atua, nessa via, como dispositivo político de empoderamento de populações marginalizadas (Spink & Medrado, 2013). O indivíduo, para o construcionismo, é resultante de uma construção social, então, compreende-se que existem distintas dinâmicas a serem consideradas e uma pessoa, grupo de pessoas ou conceitos, não terminam em si mesmos. Ao tensionar possibilidades entre o sujeito fluido e a representação cristalizada, busca-se desfamiliarizar conceitos nocivos que atacam o estar no mundo de populações marginalizadas, aqui particularmente identificadas como pessoas negras. Importante abordar a diferença entre o uso do termo pessoas pretas e negras, bem como, no escopo do trabalho, o que entendes por empoderamento negro?

Normalmente se vê o termo desconstrução sendo utilizado nesse sentido, porém, para a concepção construcionista, não se desconstrói o que foi posto de pé, nada some, mas se desfamiliariza de uma forma que se possa construir algo novo, não tendo mais aquela primeira “edificação” como referência. O processo de desfamiliarização passa por uma etapa de estranhamento (Spink & Medrado 2013). No caso do grupo de pesquisa aqui estudado: o tratar a negritude através de signos de força e beleza, o povo negro além de uma perspectiva politicamente instituída e preconceituosa, a possibilidade de relatos semelhantes e formas distintas de se lidar com a opressão, ou seja, trazer à consciência a noção de que não se está sozinho. Ao mesmo tempo em que se fornece uma rede de apoio, pode-se, nesse sentido, causar estranhamentos em participantes do grupo, porém espera-se (e acredita-se) que tenha sido um estranhamento bom, uma forma de estar norteado para um caminho do autocuidado e da implicação na transformação social.

Uma das participantes de forma privada, na véspera do retorno das “tarefas de

casa” engata uma conversa com o mediador e diz a respeito do aceitar a negritude: “*E quem disse que eu aceitei?*”, nos lembrando que não é simples deixar crenças/edificações já solidificadas.

No cotidiano de nossas vidas, somos, de fato, produtos de nossa época, e não escapamos das convenções, das ordens morais e das estruturas de legitimação. A pesquisa construcionista é, portanto, um convite a examinar essas convenções e entendê-las como regras socialmente construídas e historicamente localizadas. É um convite a aguçar a nossa imaginação e a participar ativamente dos processos de transformação social (Spink & Frezza, 2013, p. 15).

E o que a Psicologia tem a ver com isso? “O Psicólogo atuará com responsabilidade social, analisando crítica e historicamente a realidade política, econômica, social e cultural” (Conselho Federal de Psicologia, 2005, p. 7). Não separando a teoria da prática, tem-se uma profissão cujo fazer deve estar norteado na promoção da saúde, e nisso necessitam ser consideradas as vicissitudes do existir de cada um, e toda a sua complexidade. A Psicologia, como outras ciências, tem sido cooptada por um modo de produção de conhecimentos também colonizado: um saber ainda centrado em referências de homens brancos europeus, consumindo-se produções desconexas das realidades latino-americanas e suas lutas. Como exposto por Grosfoguel (2016, p. 25): “A inferiorização dos conhecimentos produzidos por homens e mulheres de todo o planeta (incluindo as mulheres ocidentais) tem dotado os homens ocidentais do privilégio epistêmico de definir o que é verdade, o que é a realidade e o que é melhor para os demais”.

A Psicologia foi, por muito tempo, um instrumento para a perpetuação do racismo e da exclusão de outras classes das sociedades, como os loucos. Silva e Oliveira (2021), em sua revisão, discorrem de forma abrangente sobre a

relação da Psicologia, racismo e saúde, e conversam com diversos autores sobre a importância do conteúdo decolonial nas escolas e Universidades, formação de professores, etc.

Siqueira e Ramos (2021) complementam, informando que ainda hoje a Universidade parece distante da realidade social da maioria da população brasileira, mas que mesmo assim, em decorrência das políticas de cotas e do aumento de negros no ensino superior, também pode se tornar, através de coletivos, um local de aquilombamento. Segundo os autores, seria uma ferramenta de promoção de saúde mental e elaboração de meios de lidar com a opressão, mas que ainda não é o suficiente, pois não é apenas a raça/etnia que fazem um indivíduo, quicá um coletivo, apresentando a complexidade que perpassa a raça/etnia, por meio das intersecções que podem ser de várias naturezas.

Berth (2019) faz alusão a um empoderamento “fértil”, que seria um estado de facilitação para uma coletividade vir experimenta-lo, e isso ocorre por meio de ações e do ato de empoderar a si mesmo. Ela diz ser uma característica do empoderamento desbravar novos conhecimentos e vivências desvinculadas do colonialismo. Acolher vivências de pessoas negras e produzir conhecimento autêntico é “semear esse terreno”. Nesse cenário, foi percebido o empoderamento negro como um dispositivo decolonial. Uma Psicologia do empoderamento não seria limitada por visões eurocentristas e generalizantes, estaria para além de um acolhimento para populações adoecidas também, se mostraria trajada de um direcionamento para uma realidade livre de amarras opressoras.

Considerações Finais

Vimos que o racismo nunca foi expurgado da sociedade brasileira, desmentindo a noção de democracia racial. Outrossim, persiste e se camufla sob roupagens mais sutis e indiretas, e/ou mais diretas e violentas, que por sua vez repercutem tanto na manutenção de privilégios de alguns, como na

negligência, provocação de sofrimentos e baixa qualidade de vida em outros, sob o mesmo cabedal das supostas diferenciações raciais. Cada vez mais parece ser necessário, ao indivíduo negro, afirmar-se na sua negritude, para não ser engolido pela lógica colonial de hierarquia racial.

Foi elaborado e executado um grupo de intervenção psicossocial com foco no empoderamento, junto a quatro mulheres pretas. Nele, discutiram-se o racismo e o próprio empoderamento, como reflexão teórica e como estratégia de resistência (ou re-existência). Através da partilha de vivências passadas e atuais das participantes, intencionou-se lançar luz sobre as raízes e ramificações do sofrimento subjetivo, e sobre como lidar com tais questões no dia a dia, fortalecendo-se mutuamente.

O manejo do grupo revelou-se favorável e potente para se trabalhar estas problemáticas. Pelo racismo e sexismo se mostrarem imbricados no cerne de todos os domínios da sociedade, percebeu-se serem necessárias ações desta natureza para localizar o colonialismo, dando possibilidades para combatê-lo. Os indivíduos da população negra se mostram adoecidos por essa luta diária contra práticas opressoras, então falar, se juntar, o aquilombar-se desta pesquisa, para a desfamiliarização destes conceitos adoecedores, se mostrou deveras promissor.

No entanto, também achamos relevante citar as limitações deste trabalho: (1) O caráter online, que restringiu a sua participação para quem tivesse acesso à internet e disponibilidade de tempo e dispositivos, o que também diminuiu a chamada para o grupo no espaço de conhecidos de conhecidos do pesquisador; (2) a faixa etária: lidar com adultos parece ser relevante para abrandar o sofrimento subjetivo das pessoas, mas também seria benéfico com pessoas mais jovens, com crenças mais maleáveis; (3) o número limitado de encontros: foram apenas quatro e foram identificadas demandas para muitos mais; e (4) o fato das participantes terem uma formação no tema, caracterizando um perfil único para o grupo, e

talvez promovendo/estimulando o empoderamento para quem, de algum modo, já trilha esse percurso.

Apesar de tais limitações, gostaríamos de enfatizar sua riqueza de provocações e potencialidade de transformações micropolíticas, inclusive ressaltadas pelas participantes. Apesar de conter uma temática epistemológica e interventiva tão ambiciosa, ficou circunscrito ao possível no momento, mas deixando-nos com sede de avançar. Espera-se, com o estudo realizado, contribuir a uma Psicologia negra, comentado por Veiga (2019), como possuinte da literatura antes silenciada, produções de negras e negros, latinas e latinos, indígenas, etc. E vai além propondo que o espaço do psicólogo também seja complementado pela figura negra, pois: “Há uma dimensão da subjetividade negra que só outro negro pode acolher” (p. 246). Para que possamos produzir para nós e por nós, e não que produzam sobre nós apenas, observando a dor que não sentem. No escrito, desde o início foram trazidas as perspectivas feminista e antirracista como irmãs e isso foi anterior a chamada dos grupos e de apenas mulheres comparecerem. A sociedade se apresenta como uma escada de desvantagens e privilégios, e para pensarmos na possibilidade de equidade racial tem de ser pensada também uma equidade de gênero. Quando se imaginam desigualdades para um indivíduo ou grupo quase que instantaneamente vêm à mente àquela jornada do herói, a pessoa desbravando desafios e chegando ao topo, porém, em nossa humilde opinião, uma coisa assim não pode ser feita com questões tão complexas e estruturadas como racismo e sexismo. Para alcançar qualquer equidade, a mudança deve ser geral e sistemática, deve-se pensar no deixar seus privilégios e não apenas na pessoa marginalizada sendo uma exceção. O homem deve ver a mulher como sua igual de direitos e oportunidades e não alguém que é predisposta a lhe servir, o branco deve notar seu lugar como o herdeiro de uma dívida histórica enorme para com o povo negro. Parafraseando Djamila Ribeiro (2019, p. 36), “Acordar para os privilégios que certos grupos sociais têm e

praticar pequenos exercícios de percepção pode transformar situações de violência que antes do processo de conscientização não seriam questionadas”.

Referências

- Almeida, S. (2020). *Racismo estrutural*. São Paulo, SP: Sueli Carneiro.
- Arendt, H. (2022). *Sobre a Violência* (15a. Ed.). Rio de Janeiro, RJ: Civilização brasileira. (Original publicado em 1969).
- Baquero, R. V. A. (2012). Empoderamento: Instrumento de emancipação social? Uma discussão conceitual. *Revista debates*, 6(1), 173-187. doi: <https://doi.org/10.22456/1982-5269.26722>
- Berth, J. (2019). *Empoderamento*. São Paulo, SP: Sueli Carneiro.
- Camasmie, A. T. (2014). *Psicoterapia de grupo na abordagem fenomenológico-existencial: Contribuições Heideggerianas*. Rio de Janeiro, RJ: VIAVÉRITA.
- Caregnato, R. C. A., & Mutti, R. (2006). Pesquisa qualitativa: Análise de discurso versus Análise de conteúdo. *Texto Contexto Enferm*, 15(4), 679-84. doi: <https://doi.org/10.1590/S0104-07072006000400017>
- Conselho Federal de Psicologia. (2005). Resolução CFP Nº 010/05 Nº 010/05, de 2005. *Código de Ética Profissional do Psicólogo*. Brasília, Brasil.
- Corsino, D. L. M., Verceze, F. A., & Cordeiro, S. N. (2022). “Minha cor não desbota, não deixe se abater por qualquer coisa”: O hiato entre força e sofrimento em histórias de mulheres negras. *Revista Subjetividades*, 22(1), e11777. doi.org/10.5020/23590777.rs.v22i1.e11777
- Dimenstein, M., Silva, G. M., Dantas, C., Macedo, J. P., Leite, J. F., & Filho, A. A. (2020). Gênero na perspectiva decolonial: revisão integrativa no cenário Latino-americano. *Revista Estudos Feministas*, 28(3), e61906. doi: 10.1590/1806-9584-2020v28n361905
- Fanon, F. (2015). *Os Condenados da terra*. Lisboa, PT: Editora ULISSEIA. (Originalmente publicado em 1961).
- Fanon, F. (2008). *Pele negra, máscaras brancas*. Salvador, BA: EDUFBA. (Originalmente publicado em 1952).
- Freire, P., & Shor, I. (1986). *Medo e ousadia: o cotidiano do professor*. Rio de Janeiro, RJ: Paz e Terra.
- Gil, A. C. (2002). *Como elaborar projetos de pesquisa* (4a. ed). São Paulo: Editora Atlas S.A.
- Gomes, N. L. (2019). *Sem perder a raiz: Corpo e Cabelo como símbolos da identidade negra* (3a. ed). Belo Horizonte, MG: Autêntica.
- Grosfoguel, R. (2016). A estrutura do conhecimento nas Universidades ocidentalizadas: racismo/sexismo epistêmico e os quatro genocídios/epistemicídios do longo século XVI. *Soc. estado*, 31(1), 25-49. doi: 10.1590/S0102-69922016000100003
- Hooks, B. *Erguer a voz*: (2019a). *Pensar como feminista, pensar como negra*. São Paulo, SP: Editora Elefante.
- Hooks, B. (2018). *O feminismo é para todo mundo: políticas arrebatadoras*. Rio de Janeiro, RJ: Rosa dos ventos.
- Hooks, B. (2019b). *Olhares negros: Raça e representação*. São Paulo, SP: Editora Elefante.

- Kilomba, G. (2019). *Memórias da plantação: Episódios de racismo cotidiano*. Rio de Janeiro, RJ: Cobogó.
- Léon, M. (2001). El empoderamento de las mujeres: encuentro del primer y tercer mundos en los estudios de género. *Revista Estudos de Género*, 2(13), 94-106. Recuperado de <http://148.202.18.157/sitios/publicacionesite/period/laventan/Ventana13/ventana13-4.pdf>
- McCooy, S. K., & Major, B. (2003). Group identification moderates emotional response to perceived prejudice. *Pers Soc Psychol Bull*, 29(8), 1005-1017. doi: <https://doi.org/10.1177/0146167203253466>
- Martins, T. V., Lima, T. J. S., Santos, W. S. (2020). O efeito das microagressões raciais de gênero na saúde mental de mulheres negras. *Temas Livres/Free Themes*, 25(7), 2793-2802 doi: 10.1590/1413-81232020257.29182018
- Minayo, M. C. S. (2012). Análise qualitativa: teoria, passos e fidedignidade. *Ciênc. saúde coletiva*, 17(3), 621-626. doi: <https://doi.org/10.1590/S1413-81232012000300007>
- Munanga, K. (1999). *Rediscutindo a mestiçagem no Brasil: Identidade nacional versus Identidade negra*. Petrópolis, BR: Editora Vozes.
- Munanga, K. (2009). *Negritude: usos e sentidos* (3a. ed). Belo Horizonte, MG: Autêntica.
- Nascimento, G. X. C. (2015). Os Perigos dos Negros Brancos: Cultura mulata, classe e beleza eugênica no pós- emancipação (EUA 1900-1920). *Revista Brasileira de História*, 35(69), 155-176. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/1806-93472015v35n69008>
- Neiva, K. M. (2010). *Intervenção Psicossocial: Aspectos teóricos, metodológicos e experiências práticas*. São Paulo, SP: Vetor Editora.
- Peduzzi, M., Agreli, H. L. F., Silva, J. A. M., & Souza, H. S. (2020). Trabalho em equipe: uma revisita ao conceito e a seus desdobramentos no trabalho interprofissional. *Trabalho Educação e Saúde*, 18(1), 1-20. doi: <http://dx.doi.org/10.1590/1981-7746-sol00246>.
- Quijano, A. (2005). Colonialidade do Poder: Eurocentrismo na América Latina. In A. Quijano, *A Colonialidade do Saber: Perspectivas latino-americanas* (pp. 117-142). Buenos Aires, Argentina: CLACSO, Consejo Latino-Americano de Ciências Sociais. Recuperado de http://bibliotecavirtual.clacso.org.ar/clacso/sur-sur/20100624103322/12_QUIJANO.pdf
- Ribeiro D. (2019). *Pequeno Manual Antirracista*. Recuperado de <http://www.stiueg.org.br/Documentos/7/582.pdf>
- Santos, G. S. (2020). Eu, Nega Fya e a solidão da mulher preta. *REVELL*, 1(24), 351-374. Recuperado em <https://periodicosonline.uems.br/index.php/REV/article/view/4985/pdf>
- Sardenberg, C. M. B. (2006). Conceituando “empoderamento” na perspectiva feminista. Transcrição revisada da comunicação oral apresentada ao I Seminário Internacional: Trilhas do Empoderamento de Mulheres – Projeto TEMPO, promovido pelo NEIM/UFBA, em Salvador, Bahia. Recuperado de <https://repositorio.ufba.br/ri/handle/ri/6848>
- Schucman, L. V. (2012). *Entre o “encardido”, o “branco” e o “branquíssimo”: raça, hierarquia e poder na construção da branquitude paulistana*. (Tese de Doutorado). Programa de pós-graduação em Psicologia, Área de concentração-

- Psicologia Social. Instituto de Psicologia da cidade de São Paulo. São Paulo.
- Secretaria Nacional de Assistência Social. (2016). *O dia 17 de maio e o papel do SUAS no combate à lgbtfobia no Brasil- a luta contra a lgbtfobia é de todas(os) nós!*. doi: <https://direito.mppr.mp.br/arquivos/File/1705SUSCombateLGBTfobia.pdf>
- Silva, M. A. B., & Oliveira, I. F. (2021). A relação entre racismo, saúde e saúde mental: Psicologia e educação antirracista. *Quaderns de Psicologia*, 23(3), 1-21. doi: <https://doi.org/10.5565/rev/qPsicologia.1753>
- Silva Junior, H., & Silva, M. R. (2010). Classificação racial: Marcos legais, conceitos, métodos e exemplos. In H. Silva Junior, *Políticas públicas de promoção de igualdade racial* (pp. 47-66). São Paulo, SP: CEERT.
- Silva, R. A. C. (2017). *Fela Kutí: Contracultura e (con)tradição na música popular africana*. São Paulo, São Paulo: Alameda Casa Editorial.
- Siqueira, J. P., & Ramos, R. M. (2021). As (re)configurações subjetivas e identitárias de negros na Universidade: Fricções epistêmicas e aquilombamento acadêmico. *Quaderns de Psicologia*, 23(3), 1-23. doi: <https://doi.org/10.5565/rev/qPsicologia.1766>
- Soares, S. (2008). A trajetória da desigualdade: A evolução da renda relativa dos negros no Brasil. In M. Theodoro, L. Jaccoud, R. G. Osório, & Soares, S. (Orgs.), *Políticas públicas e a desigualdade racial no Brasil: 120 anos após a abolição*. Brasília, BR: Instituto de Pesquisa econômica aplicada.
- Souza, B. O. (2008). *Aquilombar-se: Panorama histórico, identitário e político do movimento quilombola brasileiro*. (Dissertação de Mestrado). Programa de Pós-graduação em Antropologia Social. Universidade de Brasília. Brasil.
- Souza, N. S. (1983). *Tornar-se negro: as vicissitudes do negro brasileiro em ascensão social*. Rio de Janeiro, RJ: Edições Graal.
- Spink, M. J. (2000). A ética na pesquisa social: da perspectiva prescritiva à interanimação dialógica. *Revista Semestral da Faculdade de Psicologia da PUCRS*, 31(1), 7-22. Recuperado em https://www.academia.edu/192773/A_%C3%A9tica_na_pesquisa_social
- Spink, M. J., & Frezza, R. M. (2013). Práticas discursivas e Produção de sentido. In: SPINK, M. J. *Práticas Discursivas e produção de sentidos no cotidiano: Aproximações teóricas e metodológicas* (pp. 1-21). Recuperado de https://www.academia.edu/37485408/SPINK_Mary_Jane_Pr%C3%A1ticas_Discursivas_e_Produ%C3%A7%C3%A3o_de_Sentido_no_Cotidiano
- Spink, M. J., & Medrado, B. (2013). Produção de Sentido no cotidiano. In: SPINK, M. J. *Práticas Discursivas e produção de sentidos no cotidiano: Aproximações teóricas e metodológicas* (pp. 22-41) Recuperado de https://www.academia.edu/37485408/SPINK_Mary_Jane_Pr%C3%A1ticas_Discursivas_e_Produ%C3%A7%C3%A3o_de_Sentido_no_Cotidiano
- Stromquist, N. P. (2006). Gender, education and the possibility of transformative knowledge. *Compare: A Journal of Comparative and International Education*, 36(2), 145-161. doi: 10.1080/03057920600741131
- Veiga, L. M. (2019). Descolonizando a psicologia: notas para uma psicologia preta. *Fractal: Revista de Psicologia – Dossiê*, 31(esp), 244-248. doi: https://doi.org/10.22409/1984-0292/v31i_esp/29000

Dados sobre os autores:

- *Joel Vinicius Soares Oliveira*: Psicólogo graduado pela Universidade de Pernambuco (UPE).
- *Érika de Sousa Mendonça*: Doutora em Psicologia pela Universidade Federal de Pernambuco (UFPE). Professora adjunta do curso de Graduação em Psicologia da Universidade de Pernambuco (UPE). Professora do Mestrado Profissional em Culturas Africanas, da Diáspora e dos Povos Indígenas da UPE.

Declaração de Direito Autoral

A submissão de originais para este periódico implica na transferência, pelos autores, dos direitos de publicação impressa e digital. Os direitos autorais para os artigos publicados são do autor, com direitos do periódico sobre a primeira publicação. Os autores somente poderão utilizar os mesmos resultados em outras publicações indicando claramente este periódico como o meio da publicação original. Em virtude de sermos um periódico de acesso aberto, permite-se o uso gratuito dos artigos em aplicações educacionais e científicas desde que citada a fonte conforme a licença CC-BY da Creative Commons.



[Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).
