

MARCELO ROBERTO MONTEIRO
Universidade Estadual Paulista (UNESP)
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1369-5051>

"MULHER-essência": a construção da autoestima e autoimagem nas mulheres negras

Resumo:

O presente ensaio se trata de uma intersecção entre autoras consagradas do Feminismo Negro e pensadores da seara da Psicologia Social e Sociologia. A ênfase central deste estudo é a autoestima e a autoimagem, como construções psicossociais – ou seja – fortemente influenciadas por fatores socioculturais. Assim, compreende-se que a subjetividade, a saúde mental e a identidade pessoal não se tratam de elementos ‘individualistas’, mas sim de verve coletiva, social. Deste modo, usando-se de conceitos como o ‘Complexo de Inferioridade’, de Fanon, se explorou como questões sociais e históricas impactam a subjetividade dos grupos ditos ‘minoritários’ (no presente artigo, enfatizou a experiência das mulheres negras); bem como se exaltou posturas coletivas salutares de resiliência e resistência negra como, por exemplo, o *pretuguês* e a *escrivência*, de Gonzalez e Evaristo, respectivamente. Para tanto, recorreu-se à pensadoras negras e feministas, brasileiras e estadunidenses, e – através de seus estudos e narrativas autobiográficas – se desenvolveu este estudo.

Palavras-chave:

Psicologia Social; Racismo; Empoderamento; Saúde Mental; Subjetividade.

"Woman's essence": THE CONSTRUCTION OF SELF-ESTEEM AND SELF-IMAGE IN BLACK WOMEN

Abstract

This essay is an intersection between renowned authors of Black Feminism and thinkers in the field of Social Psychology and Sociology. The central emphasis of this study is self-esteem and self-image, as psychosocial constructions – that is, – strongly influenced by sociocultural factors. Thus, it is understood that subjectivity, mental health and personal identity are not ‘individualistic’ elements, but rather collective, social verve. In this way, using concepts such as Fanon’s ‘Inferiority Complex’, we explored how social and historical issues impact the subjectivity of the so-called ‘minority’ groups (in this article, she emphasized the experience of black women); as well as exalting healthy collective postures of resilience and black resistance, such as, for example, the ‘pretuguês’ and the ‘escrivência’, by Gonzalez and Evaristo, respectively. To this end, we resorted to black and feminist thinkers, Brazilian and American, and – through their studies and autobiographical narratives – this study was developed.

Keywords:

Social Psychology; Racism; Empowerment; Mental Health; Subjectivity.

“MUJER-esencia”: LA CONSTRUCCIÓN DE LA AUTOESTIMA Y LA AUTOIMAGEN EM LAS MUJERES NEGRAS

Resumen:

Este ensayo es una intersección entre reconocidas autoras del feminismo negro y pensadoras del campo de la Psicología Social y la Sociología. El énfasis central de este estudio está en la autoestima y la autoimagen, como construcciones psicosociales, es decir, fuertemente influenciadas por factores socioculturales. Así, se entiende que la subjetividad, la salud mental y la identidad personal no son elementos “individuales”, sino colectivos, de brío social. De esta manera, utilizando conceptos como el “Complejo de Inferioridad” de Fanon, se exploró cómo las cuestiones sociales e históricas impactan en la subjetividad de los grupos llamados “minoritarios” (en este artículo, enfatizó la experiencia de las mujeres negras); así como exaltadas posturas colectivas saludables de resiliencia y resistencia negra como, por ejemplo, el pretuguês y la escritavência, de González y Evaristo, respectivamente. Para eso, se utilizaron pensadoras negras y feministas, brasileñas y estadounidenses, y se desarrolló este estudio a través de sus estudios y narrativas autobiográficas.

Palabras-clave:

Psicología Social; Racismo; Empoderamiento; Salud Mental; Subjetividad.

Introdução

Recomendo às pessoas que se achem. Isso é um resgate da autoestima que nos é roubada o tempo inteiro. Não podemos nos enxergar apenas como miséria e sofrimento (*Erika Hilton*).

A Psicologia Social é uma área de interseccionalidade dos diferentes saberes científicos da Psicologia e Sociologia, principalmente. Dentre as várias temáticas na seara desta área, a construção da subjetividade humana, a partir da relação intersubjetiva, da socialização e do viver em comunidade, fez-se um dos maiores temas de interesse dos psicólogos sociais. Pensadores clássicos – e europeus – como Wilhelm Wundt (1832 – 1920), Sigmund Freud (1856 – 1939), Gustave Le Bon (1841 – 1931), Émile Durkheim (1858 – 1917) e Max Weber (1864 – 1920) foram seminais para o desenvolvimento do que hoje chamamos de Psicologia Social, mas que já fora cunhada de “Psicologia das Massas” e “Psicologia das Multidões” (Monteiro, 2023a).

Como comumente se presencia nas ciências humanas e sociais, vertentes variadas foram emergindo, oferecendo uma gama de explicações para fenômenos psicossociais. Apesar das discordâncias filosóficas, pensadores e pensadoras da Psicologia Social convergem atualmente com a tese de que a subjetividade humana está em constante (re)construção e que o ambiente sociocultural é de extrema importância na percepção que os sujeitos desenvolvem acerca de si próprios e do mundo, dos valores que carregam consigo e da forma como cognitivamente interpretam os fatos. Assim sendo, questões histórico-culturais, como os variados tipos de preconceitos, possuem um ‘protagonismo negativo’ no processo de subjetivação e identificação dos indivíduos tachados como indesejáveis, inadequados, inferiores (Mosquera; Stobäus; Jesus; Hermínio, 2006; Monteiro, 2023a; Oliveira; Ferreira, 2023).

Especificamente no que tange o racismo, países com histórico fortemente escravocrata, como os Estados Unidos e o Brasil, ainda carregam em seu imaginário cultural e em seus valores morais uma forte ojeriza e estereotipação da população negra. Tal discriminação, herança direta dos tempos de colonização/dominação europeia, foi um mecanismo eficiente para justificar e manter a opressão e violência dos colonizadores (europeus invasores) contra os colonos (nativos, no geral, e pessoas que vivessem nos territórios dominados – mesmo que a contragosto – como no caso dos escravizados trazidos à América), visando assim garantir a hegemonia política eurocêntrica e o controle social das sociedades por estes vilipendiadas Hill-Collins, 2019; Oliveira; Ferreira, 2023).

O psiquiatra e filósofo martinicano Frantz Omar Fanon (1925 – 1961), homem negro e oriundo de uma colônia europeia nas Américas – a Martinica – vivenciou empiricamente a experiência racista e dominadora

da colonização e, por isso, se atentou a como o racismo colonial influenciava na subjetividade dos povos subjugados pelos ‘colonizadores’. Fanon, em sua tese de doutorado rejeitada – mas futuramente revisitada e lançada por ele – desenvolveu o conceito do “Complexo de Inferioridade” dos povos colonizados, onde explicava como o racismo e a mentalidade binarista, dicotômica, eram fatores-chave no processo de dominação europeia mundo à fora. Segundo sua ótica, seria impossível que houvesse qualquer processo colonizador sem que os mecanismos racistas existissem (Oliveira; Ferreira, 2023).

O supracitado pensador vai demonstrando como a colonização necessita docilizar e diminuir as populações conquistadas, fazendo com que estas interiorizem sua posição inferior perante a suposta (e autor-referenciada) superioridade do europeu, portador de dita ‘racionalidade e civilidade’ e, por isso, digno de domesticar e extorquir povos entendidos como inferiores, selvagens etc (Oliveira; Ferreira, 2023). Em termos *durkheimianos*, pode – se dizer que o racismo consiste um Fato Social (FS), criado para manipular e adestrar as ‘massas colonizadas’, este mecanismo afeta os indivíduos de modo cognitivo, comportamental e emocional: “Estes tipos de comportamentos ou pensamentos [FS] são não só exteriores ao indivíduo, como dotados de um poder imperativo e coercitivo em virtude do qual se lhe impõe, quer queira, quer não” (Durkheim, 2004, p. 38 *apud* Monteiro; Guimarães, 2023, p. 91).

Portanto, e criação do racismo como FS objetiva um modelo opressor, que domine o indivíduo de fora para dentro. Convergindo com esta interpretação, as teses *fanonianas* demonstram como o peso da moral cultural é assimilada e introjetada pelos não – brancos colonizados, como os mesmos aprendem a aceitarem sua suposta inferioridade e seu status deficitário diante da supremacia do colono /dominador. Assim, o psiquiatra revoluciona a área da saúde mental, inserindo o aspecto sociocultural no âmago da medicina, o que se pode chamar de ‘Psiquiatria Social’, contemporaneamente, demonstrando como o bem-estar e a saúde das pessoas não se trata meramente de aspectos biológicos ou ambientais, mas de uma mescla de tais fatores com a conjectura sociohistórica e cultural em que tais indivíduos se encontram (Oliveira; Ferreira, 2023).

Criar uma autoimagem negativa e desenvolver uma baixa autoestima são peças basilares para a hierarquização social de sociedades racistas. Seguindo as ideias de Frantz Fanon, outros pensadores negros aprofundaram e aperfeiçoaram suas teorias. Neste intento, intelectuais negras entram em cena e começam a investigar e a teorizar como os mecanismos de controle social racistas afetam negativamente às mulheres negras, evidenciando como o ‘duplo peso’ do machismo e do racismo cobra das negras e pretas um preço muito elevado, abalando seriamente a percepção destas sobre si próprias. Segundo a filósofa brasileira Sueli Carneiro (1950 -), criticando o feminismo tradicional europeu/norte americano, o preconceito racial – dentre outros – possuem uma grande carga negativa na subjetividade das mulheres não-brancas: “Dessa forma, as vozes silenciadas e os corpos estigmatizados de mulheres vítimas de outras formas de opressão, além do sexismo, continuaram no silêncio e na invisibilidade” (Carneiro, 2019, p. 269).

Ainda de acordo com a mencionada pensadora, no Brasil comumente a ideia de ‘boa aparência’, usada como estratégia segregatória e impeditiva para que mulheres negras (bem como todas àquelas fora do padrão de beleza da branquitude), sejam discriminadas. Logicamente, essa não adequação à ‘boa aparência’ *per si* já é um fator importante para o desenvolvimento de baixa autoestima e de uma autoimagem deturpada para as mulheres negras e pretas. Exemplo disso vemos no relato autobiográfico de Djamila Ribeiro (1980-), filósofa brasileira, que narra as suas experiências com o racismo e como essas a fez detestar-se e, por anos, buscar se ajustar aos padrões de beleza eurocêtricos, com práticas agressivas como o alisamento de seus cabelos, processo descrito por ela como “torturante” e que evidencia, na prática, como a busca pela ‘boa aparência’ na subjetividade das mulheres negras (Ribeiro, 2018; Carneiro, 2019).

O presente ensaio, trata-se de uma singela contribuição – e até mesmo homenagem – de uma pessoa branca, cisgênero, à potência de pensadoras negras, brasileiras e estadunidenses, com o objetivo de ecoar suas ideias e aplicá-las em análises da seara da Psicologia Social, visando assim fomentar a discussão – ainda bastante empobrecida, na área da Psicologia (no geral) – acerca do Feminismo Negro e Saúde Mental/ Subjetividade, além de contribuir para um diálogo interdisciplinar entre as ciências psicológicas e sociais, especialmente a Sociologia. As análises aqui realizadas se embasaram fortemente em pressupostos teóricos e autobiográficos destas autoras negras/pretas, tratando-se, portanto, de recortes pontuais de suas ideias e relatos de vida e, por isso mesmo, podendo haver outras interpretações.

Dando-se voz: auscultando a própria identidade

Conforme já brevemente dito, o racismo é um mecanismo de controle e hierarquização social, que almeja manter o *status-quo*, onde a branquitude europeia (ou estadunidense, em termos mais contemporâneos), permaneçam em posições privilegiadas socialmente. O preço desse processo perverso é o silenciamento, o menosprezo e a inferiorização das pessoas não-brancas, fazendo com que essas internalizem tais valores negativos acerca de si e, deste modo, permaneçam docilizadas e subjugadas às elites dominantes. Logicamente, tal processo de apagamento gera um imensurável impacto negativo na subjetividade e saúde mental destes sujeitos silenciados e dominados (Hill-Collins, 2019; Hooks, 2019b; Oliveira; Ferreira, 2023).

O prognóstico para tal patologia social, conforme já sinalizava o próprio Doutor Fanon – como médico psiquiatra – seria o árduo processo de “descolonizar-se”, ou seja, buscar se esquivar e preterir tudo o que seja do “colonizador”, semelhantemente à conclusão de *bell hooks* [aqui, se grafará seu nome com letras minúsculas] (1952 – 2021), filósofa feminista estadunidense, que concluía ser igualmente necessária uma ruptura radical com os valores supremacistas, para se recuperar a autoestima (Hooks, 2019a; *ibidem*, 2019b). Acerca desse processo de libertação das amarras coloniais, Oliveira e Ferreira (2023), afirmam:

Nessa perspectiva, segundo Fanon, o processo de descolonizar-se, ou seja, desvencilhar-se dos sentimentos que amputam as possibilidades de atuação segura e produtiva no mundo, trata-se sobretudo de uma ruptura dos elementos que representam amarras no âmbito mental, cultural, assim como intelectual e cognitivo (p. 12).

Em sua obra *Olhares Negros: raça e representação*, *hooks* aborda a questão das representações sociais (RS), as imagens-controle, que a classe dominante (branca) e as instituições sociais (como a grande mídia) criam e propagam acerca das pessoas não-brancas. Segundo a referida pensadora, mudar as RS acerca dos negros é seminal para melhorar a autoestima e a autoimagem desta população acerca de si própria. Neste intento, a autora propõe o desenvolvimento de ‘olhares negros’, ou seja, o negro pelo negro, sendo ele a própria referência e narrador de si, sem intermédio da estética e linguagem da branquitude supremacista; para isso, *bell* ressalta a essencialidade da ocorrência de uma ruptura total, revolucionária, com as imagens-controle desenvolvidas pelos supremacistas (Hooks, 2019a).

A filósofa estadunidense comunga do diagnóstico e prognóstico de Fanon, no tangente à como a dominação branca prejudica a saúde mental dos não – brancos e da urgência em destruir tais estereótipos e construir novos referenciais – empoderados e antirracistas/ anticolonialistas – para tais populações discriminadas e subjugadas. Enquanto tais imagens-controle e valores imperarem, pessoas negras (dentre outras ‘minorias’) poderão introjetá-los e, deste modo, desenvolverem o ‘complexo de inferioridade’ (Hooks, 2019a; Oliveira; Ferreira, 2023). Segundo *hooks*:

Vivenciamos nossa crise coletiva como afro-americanos no domínio das imagens. Seja no rosto dos moradores de rua encontrados nas metrópoles ou nos becos de cidades pequenas, no olhar perdido dos desempregados, ao ver pessoas que amamos viciadas em drogas, ou alguma cena trágica de um filme que fica na cabeça, nós vemos que estamos com problemas (*Ibidem*, 2019a, p. 35).

O excerto acima demonstra como o racismo e a discriminação empurram a população negra para a ‘marginalidade’, a subalternidade, e como as mídias de comunicação e entretenimento, por meio de seus telejornais, filmes e afins, reforçam a estereotipação da população negra. Hooks escrevia acerca da realidade estadunidense, mas poderia perfeitamente estar referenciando a realidade brasileira. A música ‘A Carne’, lançada em 2002, pela consagrada cantora carioca Elza Soares (1930 – 2022), descreve um cenário igualmente racista e segregatório. Na letra da canção, lê-se:

A carne mais barata do mercado é a carne negra (4x)
 Que vai de graça pro presídio
 Que para debaixo do plástico
 Que vai de graça pro subemprego
 E pros hospitais psiquiátricos

O trecho supracitado da música evidencia como a realidade dos negros do Brasil também é, historicamente, opressora e estigmatizante. A falta de acesso às melhores possibilidades socioeconômicas, as RS negativas e discriminatórias, a escassez de oportunidades etc.; fazem com que a população negra se torne ‘massa’ presidiária, louca ou explorada mercantilmente (como nos tempos da escravidão, só que nos moldes atuais do subemprego), além de serem os maiores alvos da violência civil e militar, parando ‘debaixo do plástico’, ou seja, sendo exterminadas e massacradas em um verdadeiro holocausto. Assim sendo, constata-se que aqui, como lá na “América”, o complexo de inferioridade e a supremacia branca fazem vítimas em ambas as nações.

O psicólogo social polonês Kurt Lewin (1890 – 1947), foi judeu e viveu na Alemanha Nazista durante a ascensão do regime *hitlerista*. Percebendo a escalada das hostilidades e perseguição aos hebreus, Lewin e sua família se exilaram da Alemanha, emigrando para os Estados Unidos, a maior ‘Democracia do mundo’, na década de 1930. Para sua total surpresa, Kurt se deparou com um modelo segregatório bastante semelhante ao antissemitismo germânico, mas aplicada aos negros. Os guetos norte-americanos foram o que mais chamou a atenção, exatamente porque, na Europa Nazifascista, os judeus eram alocados em guetos (Melo; Filho; Chaves, 2016; Monteiro, 2023; Monteiro, 2024).

Suas vivências com a violência *hitleriana* impactaram profundamente Lewin, fazendo com que o mesmo passasse a dedicar-se, academicamente, aos estudos de grupos e coletivos, especialmente as ditas ‘minorias’. Inicialmente, ainda na Alemanha, o pensador começou a esboçar a sua “Psicologia dos Judeus”, almejando assim entender melhor acerca de seu próprio grupo étnico. Após sua ida aos EUA, ele expandiu sua seara intelectual, incluindo também os chamados grupos minoritários estadunidenses. Seu objetivo principal era entender as dinâmicas de pequenos coletivos, para assim ter uma amostragem da realidade macrosocial dos mesmos (Lewin, 1992; Pasqualini; Martins; Filho, 2021; Monteiro, 2024).

Com suas teses e estudos, Kurt queria entender como seria possível evitar novos ‘holocaustos’, nos moldes daquele promovido pelos seus compatriotas alemães (uma vez que Hitler havia anexado a Polônia). Para isso, Lewin julgava ser seminal compreender os motivos que levavam as ‘minorias’ a sucumbirem aos discursos odiosos contra si, o que muitas vezes facilitava o processo de banalização e dominação (e consequentemente extermínio), bem como entender os mecanismos psicossociais que propiciavam as condições do surgimento de movimentos como o Nazifascismo. O psicólogo nunca efetivou um diagnóstico específico acerca dessa questão, mas concluiu importantes pontos sobre o assunto (Lewin, 1992; Monteiro, 2024). Em suas próprias palavras, Kurt afirma:

Um dos obstáculos mais graves para a melhoria das relações intergrupais está na notória falta de confiança e autoestima dos grupos minoritários. Estes tendem a aceitar os valores daqueles que têm como superiores, mesmo que tais valores pesem contra eles próprios. Existem condicionantes imbuídos nas crianças, nos adolescentes e adultos pertencentes às minorias, que os fazem desenvolver postura hostil e antagonista à seus próprios grupos. Isto provoca uma submissão demasiada, culpabilidade emocional e outros comportamentos deficitários. Indivíduos ou grupos que estejam voltados contra si mesmos, não podem conviver feliz e harmonicamente com outros grupos diferentes [nossa tradução] (Lewin, 1992, p. 07).

Destarte, nota-se que o pensador polonês chega às conclusões bastante semelhantes às de Fanon e hooks, no tangente a uma interpretação inferiorizada acerca de si próprio, uma baixa autoestima introjetada e uma autoimagem negativa e deturpada acerca de si e dos seus pares grupais. Igualmente os autores negros, Lewin também julga ser basilar o empoderamento dos sujeitos e coletivos tachados como minoritários, além de um rompimento com essa postura subjugada e subserviente aos padrões e valores dos grupos dominantes.

A socióloga estadunidense Patrícia Hill Collins (1948-), desenvolveu o conceito de ‘imagem de controle’, que, no geral, consiste nos estereótipos e representações sociais em vigor na cultura. A função destas ‘imagens’ é criar e reforçar – simultaneamente – os preconceitos sociohistóricos e valores do grupo dominante. Para tanto, se faz necessário uma mentalidade dicotômica, onde dois polos opostos sempre existem (um para ser o referencial; outro para ser o preterido); como, por exemplo ‘branco/preto’, ‘bem/ mal’, ‘homem/ mulher’ etc. Assim, com um ‘jogo de contrastes’, para que uma ideologia e estética seja padrão e hegemônica, é preciso que o oposto seja vilipendiado e menosprezado (Hill-Collins, 2019). A pensadora afirma: “Retratar as afro-americanas com estereótipos da *mammy*, da matriarca, da mãe dependente do Estado e da gostosa

ajuda a justificar sua opressão. Desafiar essas imagens de controle é um dos temas principais do pensamento feminista negro” (*Ibidem*, p.150).

Por mais que as mulheres negras/pretas (e qualquer outro grupo ‘minoritário’) se esmerem para adaptarem-se aos padrões da branquitude, elas jamais conseguirão atingi-los, o que gerará uma constante sensação de fracasso e insuficiência. Tal frustração é propositalmente planejada pelos mecanismos racistas, para manterem pessoas não-brancas em posição de inferioridade. Invocando aqui – novamente – Sueli Carneiro, a dita ‘boa aparência’ nunca será aplicada aos negros, justamente devido aos moldes e parâmetros eurocêtricos (Carneiro, 2019; Hill-Collins, 2019).

Pode-se interpretar tal padronização estética e cognitiva, como capitais simbólicos ditados e valorados pela classe dominante; assim como, a impossibilidade de pessoas não-brancas alcançarem à tais requisitos, por mais que se esmerem, como um sinal de ‘distinção social’. Ao analisar por tal ótica, recorre-se as teses do sociólogo francês Pierre Bourdieu (1930 – 2002), considerado um dos grandes reorganizadores da Sociologia como ciência, o pensador estudou por anos as diferentes classes sociais na França, chegando à conclusão que, comumente, o consumo de bens culturais estava fortemente atrelados não a valores inerentes à classe social – como frequentemente se preconiza – mas também à questão de diferenciar-se socialmente das demais classes sociais (Bourdieu, 1983). Segundo ele:

O mais importante das diferenças na ordem do estado de vida e, mais ainda, da “estilização da vida”, reside nas variações da distância com o mundo – suas pressões materiais e suas urgências temporais – distância que depende, ao mesmo tempo, da urgência objetiva da situação no momento considerado e da disposição para tomar suas distancias em relação a essa situação (*Ibidem*, 1983, p.03).

Em suma, a ‘distinção social’, de acordo com a tese *bourdieusiana* é exatamente um fator-chave na diferenciação dentre as classes sociais, servindo assim de demarcador social, ou seja, hierarquizando os indivíduos e suas classes socioeconômicas e culturais. Deste modo, dialogando com Collins, os padrões estéticos, sociais e culturais da classe dominante branca jamais devem ser tangíveis às classes “inferiores” (no referente à etnias e raças, seriam todos os não – brancos); portanto, nenhuma mulher negra, por mais que tente, será ‘loira dos olhos azuis’. Conforme já dito, tal frustração e incapacidade gera – frequentemente – um impacto negativo na autoestima das mesmas; assim como distorce a autoimagem dessas mulheres, que aprendem a se odiarem e a se verem como deficitárias (Hill-Collins, 2019; Hooks, 2019a). Em *Olhares Negros, bell hooks* aponta:

Enquanto as mulheres negras forem ensinadas a rejeitar nossa negritude, nossa história e nossa cultura como única maneira de alcançar qualquer grau de autossuficiência econômica, ou ser privilegiado materialmente, então sempre haverá uma crise na identidade negra. O racismo internalizado continuará a erodir a luta coletiva por autodefinição. Massas de crianças negras vão continuar a sofrer baixa autoestima. E, ainda que sejam motivados a se empenharem ainda mais para alcançar o sucesso, porque desejam superar os sentimentos de inadequação e falta, esses sucessos serão minados pela persistência da baixa autoestima (*Ibidem*, 2019a, p. 51).

Portanto, conforme experiências relatadas pelas próprias pensadoras – como as de *hooks*, com seu processo de autocura e sua experiência com o auto-ódio e o amor próprio (que a fez despertar para a importância dos “olhares negros”, da urgência das pessoas negras se autorreferenciarem) e de Ribeiro, que vivenciou desde o *bullying* na escola, por seu cabelo ‘crespo’, onde os colegas escondiam objetos; pela estereotipação histórica das figuras negras, fazendo com que ela, Djamilá, sempre fosse vítima de zombaria quando se estudava escravidão brasileira; e da própria distinção social, quando a realidade socioeconômica dela a distanciava imensamente das vivências de outros colegas de sala, brancos e de ‘classe alta’; ou quando ela se intrigava e revoltava com a proibição paterna de alisar os cabelos – se conclui que as mulheres não-brancas tem suas personalidades e saúde mental abaladas por ideais socioculturais e históricos vetados à elas (Ribeiro, 2018; Hooks, 2019a).

Como já preconizado por Fanon, e endossado por Collins, *hooks*, Ribeiro e até mesmo Lewin, os grupos ‘minoritários’ precisam parar com o auto-ódio e as cisões internas (imbuídos pelas representações sociais opressoras) e começarem a trabalhar uma maior e melhor coesão e identificação, individual e coletivamente.

Referente à população negra, o estudo de Júlio (2011), sobre uma perspectiva psicossocial em tal população, propõe uma revisão dos estereótipos, enfocando na resistência histórica dos negros, como forma de exaltação, orgulho e reação às opressões da branquitude e abandonando a visão estigmatizante dos escravizados subalternos, por exemplo.

Na mesma linha de Collins e *hooks*, Júlio exalta a importância da construção de uma identidade negra coletiva, construída de modo positivo e empoderado, onde negros referenciam e amparam negros. Exemplo disto seria o lema da campanha vitoriosa de Barack Obama à presidência dos EUA, em 2008; “*Yes, we can*” (sim, nós podemos), que exalta a potência da negritude como coletivo que, agora pode, age e pensa por si, sem intermediações alheias. Entretanto, a autora reconhece que desenvolver uma boa autoestima em uma sociedade racista é algo difícil e, por isso, valorar a resistência negra é uma forma de afrontar e combater os preconceitos, de fazer ouvir a própria voz, a voz negra (Júlio, 2011). Em suas palavras:

A autoestima se torna assim um recurso para aplacar o racismo. É, necessariamente, um ato de poder, na verdade, um contrapoder hegemônico, instituído pelo negro empoderado. Para tanto, faz-se necessário desconstruir a supremacia branca que forja os ditos valores dados como universais (Júlio, 2011, p. 66).

A linguagem da identificação e da autoaceitação

Em sua obra clássica *Quem tem medo do feminismo negro?*; Djamila Ribeiro faz uma breve retrospectiva de sua própria vida, narrando episódios marcantes tanto de discriminação, quanto de empoderamento. Nestas lembranças, a filósofa brasileira salienta as diferentes ‘personalidades’ que possuía, a pública e a privada. Em casa, ela se descrevia como ativa, cantante e confiante; na escola – devido ao preconceito – ela se dizia tímida, recatada e silenciada. Diferença maior havia quando Djamila ia visitar a casa da avó, uma benzedeira negra, no interior paulista. Em suas palavras: “Com a vovó, toda a dor e qualquer sentimento de inadequação ou medo passavam. Parecia que lá, com ela, minha vida ganhava sentido” (Ribeiro, 2018, p. 08).

Relatando mais profundamente suas vivências com a avó, a pensadora relembra como a matriarca a acolhia e incentivava, fazendo-se sentir segura. Os saberes populares trazidos pela avó, como rezadeira e raizeira encantavam Djamila, que percebia nela uma mulher empoderada (mesmo sem, na época, ter consciência disso) e afirma que até hoje traz consigo ensinamentos dessa sabedoria ancestral, como por exemplo o preparo de chás para enfermidades (Ribeiro, 2018). Para além disso, foi ela quem ensinou à jovem neta a desenvolver autoestima e uma melhor autoimagem, se orgulhando de seus cabelos cacheados (Djamila afirmava desejar alisar os cabelos, mas gostava dos momentos em que sua avó os trançava e de como ficavam):

Minha avó gostava de trançar meus cabelos. Diferente da minha mãe, que não tinha muita paciência, com ela o processo podia levar gostosas horas. Cuidadosamente, ela separava meus cabelos em mechas, passava Yamasterol, cujo cheiro eu amava e foi familiar por décadas, penteava gentilmente cada mecha e só depois trançava. Desconfio que desfazia algumas, alegando que não tinham ficado boas, só para prolongar aqueles momentos (Ribeiro, 2018, p. 07).

Totalmente diferente eram as lembranças de Djamila no extenuante e perigoso processo de alisamento de seus cabelos, já na adolescência (e após a morte da avó), para assim tentar ajustar – se aos padrões, inutilmente (como já abordado acima). A autora recorda: “Era um ritual de tortura, no qual ela [a mãe] acendia uma boca do fogão, deixava o pente de ferro ali até ficar pelando e passava nos fios. Aquilo era comum, mas inúmeras vezes o cabelo queimava” (Ribeiro, 2018, p. 10). Ainda neste relato, a escritora termina afirmando: “A vontade de ser aceita nesse mundo de padrões eurocêtricos é tanta que você literalmente se machuca para não ser a neguinha do cabelo duro que ninguém quer” (*Ibidem*).

Gradativamente, a filósofa afirma que fora percebendo que suas tentativas de se ajustar aos parâmetros brancos não passavam de uma maquiagem social, ou – como genialmente Fanon intitulou sua obra-prima [*Pele Negra, Máscaras Brancas*] – uma máscara branca para ser aceita, devido a seu ‘complexo de inferioridade’. Nesta jornada de conscientização, a filósofa, já adulta, atribui ao feminismo negro um papel basilar em seu processo de empoderamento; que a ensinou a questionar os olhares e a linguagem predominante e racista, assim como a fez valorizar saberes outros, como os de sua avó, os dos Babalorixás e das Yalorixás, das religi-

ões afrobrasileiras: “Devemos pensar uma configuração do mundo a partir de outros olhares, questionar o que foi criado a partir de uma linguagem eurocêntrica” (Ribeiro, 2018, p. 15).

Lendo o excerto autobiográfico de Djamila Ribeiro, aqui demasiadamente sintetizado e recortado (recomenda-se leitura na íntegra), muitas de suas falas e memórias comungam com os escritos de *bell hooks* em suas obras *Olhares Negros: raça e representações* (2019a) e

“Erguer a voz: pensar como feminista, pensar como negra” (2019b), como quando, por exemplo, a pensadora estadunidense fala de seu ‘não – pertencimento’ ao ambiente acadêmico, sua não identificação com o feminismo branco e etnocêntrico e a recuperação dos saberes dos ‘negros do sul’, valorizando conhecimentos variados, para além daqueles que a branquitude valora (Hooks, 2019b).

Somente com um árduo processo de conscientização e autocura, *hooks* afirma que fora recuperando a ‘sua voz’, ou seja, aprendendo a se reconhecer e valorizar, bem como ressignificar e priorizar as vozes do povo negro, portanto, sua cultura e sabedoria, tão discriminadas pela supremacia branca dominante (Hooks, 2019b). Neste sentido, aprender a ressignificar os saberes e as ‘verdades’ dialoga diretamente com as teses *bourdieianas* de ‘capitais simbólicos’ e distinção social; como também com as ideias *foucaultianas* acerca do poder e da dita ‘verdade’.

Retomando nova – e brevemente – Pierre Bourdieu, as diferenças existentes em sociedades heterogêneas complexas, como as contemporâneas, gera uma gama de saberes e verdades, o que ele chama de ‘capitais simbólicos’: “Estes diferentes contextos sociais possuem capitais simbólicos variados e formam-se campos de poder e disputas simbólicas na sociedade, onde diferentes interpretações e valorações acerca dos fenômenos sociais entram em embate, em choque” (Monteiro; Guimarães, 2023, p.97). Assim, a sociologia *bourdieiana* considera normal haver ‘fricções’ entre as diferentes classes sociais e seus agentes, exatamente devido a variedade e dissonância de seus valores socioculturais. O pensador francês chamou de ‘poder simbólico’ exatamente esses capitais diversos que formam uma sociedade complexa (Bourdieu, 1989).

Em sua obra clássica *A Distinção: crítica social do julgamento* (Bourdieu, 2006) faz uma vasta análise socio-cultural sobre os *habitus* das diferentes classes socioeconômicas, dos capitais simbólicos diversos e sobre a cultura dominante. A tese central de tal livro reside justamente no conceito de diferenciação e hierarquização social, aqui já abordados. Dialogando com as ideias de Ribeiro e *hooks*, à pouco mencionadas, pode-se interpretar essa recuperação das origens, essa valorização dos saberes socioculturais e históricos dos negros (preteridos pela hegemonia branca racista), como uma criação de novos capitais simbólicos e, consequentemente, *habitus* diferentes (mais ‘empoderados’) e novos demarcadores da distinção social, exaltando a negritude e seu histórico e identidades. Nesta chave de leitura, portanto, assumir os cabelos crespos e a recusa por alisá-los seria um novo marcador de distinção, onde a vergonha dá lugar ao orgulho e ao pertencimento (Bourdieu, 1983; *Idem*, 2006; Ribeiro, 2018; Hooks, 2019b).

O supracitado processo de conscientização, empoderamento e identificação positiva com a cultura e capitais simbólicos afro-americanos e/ou afro-brasileiros também conversa diretamente com algumas ideias do filósofo francês Michel Foucault (1926 – 1984), trazidas principalmente em seu livro *Microfísica do Poder* (Monteiro, 2023). Nesta clássica obra, o filósofo francês dissecou a construção dos discursos médico-científicos, explicitando com tais narrativas foram construídas a fim de modelar comportamentos, classificar e normatizar as pessoas. Simultaneamente, Foucault evidencia como o “poder” não se trata de uma entidade soberana, ou algum tipo de magia, mas sim que o poder se manifesta nas ações cotidianas de todas as pessoas; assim, de modos variados, todos possuem poder e este perpassa à tudo e todos na vida social, o que o pensador cunha de “microfísica do poder”, justamente o título do supracitado livro (Foucault, 2023; Monteiro; Guimarães, 2023).

Deste modo, Foucault desnuda o processo da construção dos discursos sociais vigentes, e como se “constrói” as ditas verdades e as mentiras, em um contexto sócio-histórico. Sua premissa é que o discurso (que não se resume à narrativa, mas as ações sociais também) – seja ele qual for – é poder. Assim, quem fala e como fala; quem possui ou não o direito à fala (dentro desta ou daquela ótica discursiva); quem é o portador da verdade ou da mentira, são elaborações sociais e culturais que – assim como Bourdieu defende na distinção – objetiva manter o *status-quo* e, portanto, hierarquizar e domesticar a sociedade (Foucault, 2023).

Conversando tais pressupostos *foucaultianos* com os excertos das pensadoras feministas negras, aqui abordados, se nota a importância desse processo de elaborar narrativas favoráveis à população negra (e à todas as tidas como ‘minoritárias’). Ao questionar a verdade sobreposta acerca da negritude e, especificamente, das mulheres negras, as autoras confrontam o ‘regime da verdade’ supremacista e racista, bem como elaborar discursos outros, alternativos e autorreferenciados pelos negros e para os negros, ou seja, uma linguagem pró-

pria, consciente e empoderada. Como afirma *bell hooks* (2019b); “A linguagem também é lugar de luta. O oprimido luta na linguagem para recuperar a si mesmo – para reescrever, reconciliar, renovar. Nossas palavras não são sem sentido. Elas são uma ação – uma resistência. A linguagem é também um lugar de luta” (p.68).

A pensadora negra ainda afirma que, no sistema opressor, aprende-se a expressar na linguagem da opressão e dos dominadores e, assim, se introjetam valores e significados difamatórios e vexatórios. Em linguagem *foucaultiana*, pode-se analisar que o discurso do opressor reverbera nos diferentes atores sociais – ecoado pelas instituições sociais [como a academia, por exemplo] – e, através da ação microfísica intrapessoal, as populações marginalizadas vão interiorizando a subjugação, sendo gradativamente e ostensivamente docilizadas e ‘localizadas’ em áreas periféricas da hierarquia social. Leitura semelhante se pode fazer na lógica *bourdiesiana*, onde se pode compreender tais discursos preconceituosos como oriundos de *habitus* diferentes e carregados de capitais simbólicos racistas (da classe dominante) que delinham o “mapa social” e assim, distinguem os diferentes indivíduos e marca, socialmente falando, os seus lugares devidos na sociedade – no caso dos negros, nas realidades estadunidense e brasileira, um lugar de inferioridade, servidão e menosprezo (Bourdieu, 1989; *Ibidem*, 2006; Hooks, 2019b; Foucault, 2023).

O filósofo e antropólogo hispano-colombiano Jesús Martín Barbero (1937-2021), profundo estudioso da comunicação social, das mídias e das culturas de massas e populares – fortemente influenciado pela sociologia de Bourdieu e a psicanálise de Freud – é categórico ao afirmar que a linguagem nunca é neutra e que esta é dotada de valores e intenções em suas entrelinhas, jamais sendo totalmente “objetiva”, sempre havendo uma base simbólica e inconsciente (Monteiro; Guimarães, 2023). Desta maneira, tanto a linguagem ‘oficial’ traz consigo seus signos, significados e significantes da classe dominante; tanto as linguagens outras, as ditas erradas, as não-formais, também carregam seus próprios valores, signos e significados, sendo assim – toda linguagem – tem função estruturante e simbólica.

Neste intento, a antropóloga de filósofa brasileira Lélia Gonzalez (1935-1994) defende o *pretuguês* como uma legítima linguagem negra e brasileira. Ela afirma que este se trata de “uma espécie de africanização ou crioulação do idioma falado no Brasil” (Gonzalez, 2020, p.06). Igualmente à *hooks*, a pensadora mineira afirmava que a linguagem é um campo de luta e resistência, sendo o *pretuguês* – termo cunhado por ela – um dos exemplos máximos disso, onde os negros escravizados adaptaram-se à língua do colonizador (o português) e, trazendo consigo a sua fonética e vocabulário africanos, criaram este outro idioma (*Ibidem*, 2020).

Fortemente influenciada pela psicanálise, Gonzalez ressalta o entendimento lacanianiano de linguagem, onde esta é um fenômeno de inserção cultural e estruturante, sendo o principal diferencial humano perante os demais animais, o *pretuguês* ganha uma importância ainda maior e reconhecê-lo como igualmente válido faz-se imprescindível para a valorização dos negros brasileiros. Gonzalez (2020) diz; “E se levamos em conta a teoria lacanianiana, que considera a linguagem como um fator de humanização ou de entrada na ordem da cultura do pequeno animal humano, constatamos que é por essa razão que a cultura brasileira é eminentemente negra” (p. 47).

Aqui, comungam-se as teses da antropóloga brasileira e de *hooks*, acerca da importância de se desvincular da linguagem do opressor e de fortalecer, valorizar e criar uma linguagem própria (Hooks, 2019b). A obra *hookiana Erguer a Voz* é, em sua essência, um manifesto da pensadora sobre a importância de fazer-se ouvida e escutar a própria voz, conscientizando do histórico processo de apagamento, repressão e silenciamento que a supremacia branca promoveu – e promove – na população negra. Em suas memórias, *bell* se recorda deste árduo processo de despertar e bradar a própria voz, quando começou a escrever sobre as suas vivências:

Na época, foi algo experimentado, e sentido, como uma alegria íntima – naquele momento eu não tinha linguagem para falar dessa alegria em termos políticos. Ao escrever aquele livro [*Ain't I a Woman*], fui compelida a confrontar a realidade das mulheres negras, nossa história negada e enterrada, nossas circunstâncias presentes. O pensamento, a escrita, foi um ato de restauração, permitindo que me recuperasse, que fosse completa (*Ibidem*, 2019b, p. 71).

Invoca-se aqui uma outra escritora negra, também brasileira, tida como uma das maiores potências e vozes da negritude nacional contemporânea: Conceição Evaristo (1946-) e seu conceito de *escrevivência*, um neologismo composto pela junção das palavras ‘escrever’ e ‘vivência’. Segundo a pensadora, essa modalidade de escrita não se trata de algo individual, pessoal, que se resume e encerra na pessoa do escritor (como convencionalmente), mas sim um escrever coletivo, que contemple aspectos da etnicidade e do gênero. Evaristo

afirma: “o ponto nuclear da ideia de *escrevivência* é que ele traz a força motriz das mulheres negras escravizadas que nos antecederam” (Evaristo, 2022 *apud* Hermínio, 2022).

A ideia de *escrevivência* é uma continuidade do *pretuguês*, de Gonzalez, de acordo com a própria Conceição. A importância e a potência deste conceito é ímpar e, pode-se afirmar seguramente que, todas as pensadoras aqui referenciadas fizeram e fazem uso de tal modalidade de escrita. A partir da *escrevivência*, Evaristo batiza um estilo epistemológico já existente dentro do movimento negro; como, por exemplo, as obras de hooks, Ribeiro, Carneiro, Hill Collins e do próprio Fanon, que mais de meio século atrás já ‘escrevia’ de forma analítica a realidade negra e os impactos subjetivos, como já exposto acima.

E, exatamente pela essencialidade de tais conceitos (*pretuguês* e *escrevivência*), optou-se por encerrar o presente ensaio enfatizando-os como meios seguros de garantir aos negros uma linguagem não – racista (melhor dizendo: antirracista) e autorreferenciada. Esses conceitos sintetizam e incorporam todas as teses e pensadores aqui abordados, de certa forma, representando um resgate da memória esquecida por causa da opressão, uma resistência ao silenciamento racista, uma linguagem feita por negros e para negros e, consequentemente, fornecendo importantes elementos simbólicos (assim como objetivos) para empoderamento de tal população historicamente subjugada e humilhada pelos dominadores. O *pretuguês* em conjunto com a *escrevivência* indicam a ‘ruptura revolucionária’ com os ideais supremacistas e consistindo em meios fundamentais para o desenvolvimento de uma autoestima negra positiva e, consequentemente, uma melhor autoimagem, reverberando diretamente em um maior bem-estar e saúde mental.

Considerações finais

O presente ensaio almejou a construção de um diálogo entre pressupostos sociológicos e psicológicos com teorias e biografias de pensadoras feministas negras, buscando evidenciar como os aspectos históricos e socioculturais afetam diretamente a subjetividade e a saúde mental das mulheres negras, uma vez que a personalidade humana é uma construção psicossocial e, portanto, desenvolvida à partir da relação interpessoal, da socialização e da convivência coletiva. Obviamente, em sociedades racistas (e com mentalidade colonial), como a brasileira e a estadunidense, as pessoas negras têm sua autoestima e autoimagem profundamente abaladas, devido às representações sociais e as imagens-controle negativas em vigor nas culturas dessas nações.

Tais estereótipos, como aqui foi demonstrado, não são meras ‘coincidências’, mas possuem uma finalidade de docilizar e dominar politicamente essas populações que, desprovidas de autoconfiança e de amor-próprio e nutridas por auto-ódio e menosprezo as próprias origens identitárias, tornam-se mais maleáveis e facilmente manipuladas, além de alinharem-se aos opressores, pois internalizam seus valores e linguagem. Diante de um cenário macrossocial tão hostil e aversivo, recuperar o orgulho e assumir postura resistente e resiliente continua sendo – há séculos – a forma como os negros mais conscientes de si sobrevivem e se mantêm em tais culturas supremacistas.

Infelizmente, não há um meio termo nessas conjecturas socioculturais, sendo imprescindível haver uma ruptura total com essas ideologias racistas, que ensinam os negros (e demais ‘minorias’) a se interpretarem como inferiores, sem valor e subjugados. Aqui, ideias como as de Collins, hooks, Ribeiro, Evaristo e Gonzalez mostram sua importância seminal neste processo de conscientização e empoderamento das mulheres negras/pretas, consistindo tais autoras como autorreferência à elas. Conscientizar desta opressão é aspecto basilar para que as negras comecem um longo e árduo processo de autorrecuperação, autocura, fazendo as pazes consigo mesmas e com suas origens identitárias e, consequentemente, desenvolvam uma autoestima mais elevada e uma autoimagem mais salutar, tendo assim uma maior e melhor saúde mental.

Ressalta-se a compreensão de que, em populações marginalizadas e desprezadas, somente um processo de ‘psicoeducação’ não basta para a melhoria das condições psíquicas dos indivíduos nelas inseridos. Como já dito, o preconceito se faz um fato social e suas consequências são bem reais, como a falta de oportunidades de estudos, o subemprego, a miséria financeira e a fome. Portanto, uma melhor saúde mental nestas populações significa, inexoravelmente, a implementação de políticas públicas eficazes, que garantam a melhoria na qualidade de vida de tais pessoas e propiciem condições mais saudáveis, no âmbito biopsicossocial.

Por fim, reitera-se, que a autoria do presente estudo é uma pessoa branca e cisgênera, que se entende como aliada das causas feministas e negras, mas reconhece não ter o seu ‘lugar de fala’ nessas realidades. Esse ensaio, então, se trata – primordialmente – de uma homenagem e ode às pensadoras do Feminismo Negro e, em seguida, deseja cooperar (humildemente) com as discussões acadêmicas referentes à temática sem, no

entanto, querer competir, em par de igualdade, com àquelas que possuem experiência empírica e formação acadêmica/intelectual para discorrer sobre às vivências das mulheres negras. Ser branco antirracista é saber se colocar em seu ‘lugar’, entendendo que por mais empático que sejamos, jamais compreenderemos perfeitamente a realidade das pessoas negras em culturas ainda tão preconceituosas.

O importante não é ser o primeiro ou primeira, o importante é abrir caminhos
(Conceição Evaristo).

Referências bibliográficas

- BOURDIEU, P. **O poder simbólico**. Rio de Janeiro: Editora Bertrand Brasil, 1989.
- BOURDIEU, P. **A distinção: crítica social do julgamento**. Porto Alegre: Editora Zouk, 2006.
- BOURDIEU, P. Gostos de classe e estilo de vida. **Moodle USP: e-Disciplinas**, 1983. Disponível em: [<https://edisciplinas.usp.br/mod/resource/view.php?id=4955156>]. Acesso em 17 de agosto de 2024.
- CARNEIRO, S. Mulheres em movimento: contribuições do feminismo negro. In HOLLANDA, Heloísa Buarque (Org). **Pensamento feminista brasileiro: formação e contexto**. Rio de Janeiro: Bazar do Tempo, 2019, p. 257 – 273.
- FOUCAULT, M. **Microfísica do poder**. São Paulo: Editora Paz & Terra, 2023.
- GONZALEZ, L. **Por um feminismo afro – latino-americano: ensaios, intervenções e diálogos**. Rio de Janeiro: Editora Zahar, 2020.
- HERMÍNIO, Beatriz. A escrevivência carrega a escrita da coletividade, afirma Conceição Evaristo. **Instituto de Estudos Avançados da Universidade de São Paulo**, 2022. Disponível em: [<http://www.iea.usp.br/noticias/a-escrevivencia-carrega-a-escrita-da-coletividade-afirma-conceicao-evaristo>]. Acesso em: 19 de agosto de 2024.
- HILL-COLLINS, P. **Pensamento feminista negro: conhecimento, consciência e a política do empoderamento**. São Paulo: Boitempo, 2019.
- HOOKS, B. **Olhares negros: raça e representação**. São Paulo: Editora Elefante, 2019a.
- HOOKS, B. **Erguer a voz: pensar como feminista, pensar como negra**. São Paulo: Editora Elefante, 2019b.
- JULIO, A.L. Por uma visão psicossocial da autoestima de negros e negras. **Protestantismo em Revista: São Leopoldo**, v. 24, p. 62 – 69, 2011.
- LEWIN, K. La investigación-acción participativa y los problemas de las minorías. In SALAZAR, Maria Cristina (Org). **La investigación – acción participativa: inicios y desarrollos**. Madrid: Editora Popular, 1992, p. 15-26.
- MELO, A. S. E., FILHO, O. N. M., & CHAVES, H. V. Lewin e a pesquisa-ação: gênese, aplicação e finalidade. **Fractal: Revista de Psicologia**, v. 28, n. 1, p. 153-159, 2016.
- MONTEIRO, M.R. Psicologia Social e a Ciência: um breve recorte histórico acerca do surgimento e a consolidação como área do saber científico. *Revista Áquila*, v. 14, n. 28, p. 253-270, 2023. MONTEIRO, M.R. Revisitando Kurt Lewin: recuperando a trajetória e teses de um vanguardista da Psicologia Social. *Revista Áquila*, n.15, v.30, p. 165 – 180, 2024.
- MONTEIRO, M.R., GUIMARÃES, C.A. ConversAÇÃO: dialogando diferentes pensadores acerca da sociedade, cultura, intermediações e subjetividade. In SILVA, João Roberto de Souza (Org.). **Temas Contemporâneos de Psicologia: Ensino, Ciência e Profissão**. 3 ed. Curitiba: Bagai, 2023, p. 87-100. Disponível em: *Temas contemporâneos em Psicologia – vol. 3 – Google Drive*. Acesso em 17 de agosto de 2024.
- MOSQUERA, J.J.M., STOBAÜS, C.D., JESUS, S.N., & HERMÍNIO, C.I. Universidade: Auto-imagem, auto-estima e auto-realização. **UNIrevista**, v. 1, n. 2, p. 1 – 13, 2006.
- OLIVEIRA, M.B., & FERREIRA, L.T.G. “Com ciência negra”: saberes, práticas e filosofias africanas e afro-descendentes reflexões sobre a autoestima de adolescentes negros e negras no âmbito do projeto afrocientistas. **Revista da ABPN**, v. 15, p. 195 – 212, 2023.
- PASQUALINI, J. C., MARTINS, F. R., & FILHO, A. E. A “Dinâmica de Grupo” de Kurt Lewin: proposições, contexto e crítica. **Estudos de Psicologia**, v. 26, n. 2, p. 161-173, 2021.
- RIBEIRO, D. **Quem tem medo do feminismo negro?**. São Paulo: Companhia das Letras, 2018.
- SOARES, E. **A carne**. Salvador: Maianga, 2002. Disponível em: [<https://www.letras.mus.br/elza-soares/281242/>]. Acesso em 17 de agosto de 2024.