

**ARTIGO****Reflexões gestálticas sobre autorreconhecimento como mulher negra na Amazônia****Gestalt reflections on self-recognition as black women in the Amazon**

**Livia Cristinne Arrelias Costa**

---

## RESUMO

Sem perder de vista suas contribuições teóricas e metodológicas, a Gestalt-terapia inclui, no setting terapêutico, uma visão social e politicamente engajada do encontro clínico. A própria base teórica desenvolvida inicialmente por Fritz e Laura Perls e Paul Goodman mostra a impossibilidade de retirar as problematizações contraculturais da clínica psicológica, as quais estão presentes desde as primeiras reflexões de Fritz e Laura. Os conceitos gestálticos de campo, contato, fronteira de contato e self não podem ser compreendidos retirando-se cliente e psicoterapeuta de seu meio relacional, o qual inclui os aspectos sociais, culturais, históricos, espirituais e emocionais. A partir destes conceitos-chave foi realizada, neste trabalho, uma reflexão teórica de base fenomenológico-existencial, a fim de identificar como esta abordagem pode favorecer a compreensão dos modos de construção identitária de mulheres negras da Amazônia paraense, descritos em forma de depoimentos publicados na página do coletivo das crespadas no Facebook. Metodologicamente, este trabalho se caracteriza como qualitativo, descritivo e compreensivo, tendo sido construído segundo o método da pesquisa bibliográfica e a utilização de documento público. Os relatos foram transcritos na íntegra e, posteriormente, foi realizada a redução fenomenológica. Falar de mulheres negras da Amazônia paraense é científica e socialmente relevante por tornar possível uma visibilidade positiva deste grupo populacional específico, em um lugar geográfico que tradicionalmente nega de forma contundente a presença e, em consequência, as contribuições destas mulheres para a construção da sociedade amazônica. Sendo o Brasil um país que se estrutura, desde o período colonial, a partir do racismo, trazer estas mulheres falando de si em suas experiências de reconhecimento identitário racial se torna mais uma forma de luta contra o racismo contemporâneo. A população negra nunca foi passiva diante da escravidão, e seus modos de luta e resistência vêm ganhando contornos específicos de acordo com as possibilidades identificadas em cada período histórico-social, inclusive neste utilizado pelas crespadas. Nos relatos são descritas experiências infantis como potencializadoras da construção de uma identidade racial estereotipada, segundo um padrão estético europeu. Isto lhes retirou a possibilidade de construção de uma autoimagem positiva, devido não receberem o heterossuporte necessário, naquele momento da vida, para se sentirem seguras, construírem vínculos saudáveis e estabelecerem contatos mais fluidos no seu campo vivencial, conforme iam crescendo. O sentimento de inadequação corporal as levou, por algum tempo, a adotar estratégias de branqueamento, como o alisamento dos cabelos crespos, para se sentirem incluídas. Desenvolveram uma relação mais positiva com seus cabelos, incentivadas por experiências compartilhadas nas redes sociais por outras mulheres, pela dedicação aos estudos teóricos com recortes de gênero, a participação em movimentos sociais, entre outras. A construção de uma identidade positiva passa pelo encontro intersubjetivo, que é sempre corporal, com outras pessoas, especialmente, mas não exclusivamente, mulheres negras. Estes encontros, quando confirmam a pessoa a partir dela própria, possibilitam o estabelecimento de contatos que levam ao crescimento inter-humano das pessoas que se encontram. Estas utilizam suas bagagens de vivências históricas pessoais – ou fundo de vividos – a fim de se autorregular, no momento presente, em direção a um horizonte de

futuro mais integrado. O desafio da clínica gestáltica é se responsabilizar pela acolhida e intervenção empáticas das mulheres negras que tem chegado aos diferentes settings psicoterapêuticos com esta demanda específica. Eis um desafio ético e político imposto pelas formas atuais de estabelecimento de contatos em um país estruturalmente racista e misógino.

**Palavras-chave:** Clínica Gestáltica; Mulheres negras; Amazônia; Intersubjetividade.

---

## ABSTRACT

Without losing the focus in their theoretic and methodological contributions, the Gestalt-therapy include at the therapeutic setting a social and politically engaged vision of the clinic appointment. The theoretic basis firstly developed for Fritz and Laura Perls and Paul Goodman shows the impossibility in removing the countercultural problematizations of the psychological clinic, which exists since the first reflections of Fritz and Laura. The gestalts concepts of the field, contact, contact boundary and self, can not be understood when client and psychotherapist are removed from their relational environment which includes the social, cultural, historical, spiritual and emotional aspects. Based on this key concepts it was carried out in this work a theoretic reflexion on the existential-phenomenological basis in order to identify how this approach can to foster the understanding of the identity construction modes of the black woman in the Brazilian Amazon specifically at the Pará State, reported as a testimony on the facebook in a "coletivo das crespadas" page. Methodologically this work can be classified as qualitative, descriptive and comprehensive and it was developed based on bibliographic search and public documents. Firstly, the woman reports were transcribed in their integral form and posteriorly the phenomenological reduction was executed. Talking about black woman from Pará State in the Brazilian Amazon, it is scientific and socially relevant in the sense of to potentiate the positive visibility of this specific populational group that has they presence traditionally denied in your own geographic region and as a consequence, the contribution of this women in constructing the Amazon society is denied as well. How Brazil is a country structured since the colonial period in a racist thinking, it is really important to show the reports where the women talks about themselves on their racial identity recognition experiences, it becomes one more way to fight against the contemporary racism. The black population was never passive face the racism and they struggle and resistance has gained strength according to the possibilities identified in each one of the social-histórico periods including this lived by the "crespadas". It is possible to identify in the reports, child experiences that can enforce a stereotyped racial identity according to the European aesthetic standard. This thinking denied the possibility of developing a construction of a positive self-image for the reason that these children did not receive the hetero-support enough to feel safe, to build healthy relationships and to make fluid contacts while they were growing up. the corporal inadequacy feeling led them, over the time, to adopt a whitening strategy like straightening their curly hair in order to feel included. Developed a more positive relationship with their hair encouraged by the others shared experiences woman on the social networks, as well as, through the dedication to the gender theoretic studies and by the participations in social movements, and so on. The positive identity construction goes through the intersubjective meeting, that is corporal ever, between

others people especially, but it is not exclusively, with black women. These meeting, when they confirm people by yourself, provide contacts that lead to the inter human growing to these people who meet and use they personal experiences along the life in order to self-regulate at the present moment toward a more integrated future. The gestalt clinic challenge focuses on a commitment to the reception and empathic intervention for the black women that have reached out different psychoterapeutics settings in this specific demand. This is an ethical and political challenge imposed by the current way to establish contacts in a misogynist and structurally racist country.

**Key-words:** Gestalt clinic; Black women; Amazonia; Racial relationships; Intersubjectivity.

Este texto surge de uma inquietação construída a partir da atuação frequente com mulheres negras e indígenas, aliada a leituras e discussões teóricas sobre relações raciais, as quais me fazem reconhecer a importância de criar condições de fala, acolhimento e escuta para estas mulheres, a fim de que possam se tornar protagonistas de suas próprias histórias e experiências de vida. Entendo que, em uma compreensão gestáltica, a relação acontece e se estrutura no campo vivencial, a partir da noção de corporeidade, em que as pessoas envolvidas são entendidas como organismos únicos e exclusivos em suas estéticas e nos seus modos de ser e estar na relação no momento atual.

O questionamento que serviu de mote para este texto foi a necessidade de compreender como a Gestalt-terapia pode favorecer a compreensão sobre o processo de subjetivação de um grupo de mulheres negras da Amazônia paraense, apresentado na forma de depoimentos pessoais na página do coletivo “crespadas” do Facebook. A invisibilidade imposta à população negra na Amazônia tem dificultado o reconhecimento das necessidades específicas deste grupo, fortalecendo o racismo estruturante da sociedade brasileira e impedindo a oferta de serviços para esta população segundo suas especificidades, mantendo-a ainda pouco visível por diversos campos científicos, entre eles a Psicologia.

Em seu desenvolvimento técnico e científico, a Psicologia apresenta diversos modos de compreender as subjetividades humanas, apresentados como escolas ou abordagens teóricas. Dentre estas abordagens encontra-se a Gestalt-terapia, definida como *“uma síntese coerente de várias correntes filosóficas, metodológicas e terapêuticas, [...] uma forma particular de conceber as relações do ser vivo com o mundo”* (FERRAZ, 2012, p. 137).

A Gestalt-terapia apresenta um caráter fenomenológico-existencial, com consideração organísmica e integral da pessoa que se constrói como ser humano no encontro com outras pessoas, em seu campo vivencial. Trata-se de uma abordagem que vem crescendo em termos de contribuições para a área da Psicologia e, desde seu surgimento, se caracteriza, segundo Perls, como *“uma das forças rebeldes, humanistas e existenciais da psicologia, que procura resistir à avalanche de forças autodestrutivas [...] existentes entre alguns membros de nossa sociedade”* (PERLS, 1977, p. 19). O contexto histórico, político e cultural em que ela surgiu e se desenvolveu pedia novas concepções psicológicas que dispusessem a compreender e intervir em relações interpessoais que priorizassem o viver autêntico, bastante defendido por Perls.

A Psicologia de modo geral, e a Gestalt-terapia em particular, podem contribuir com uma visão diferenciada dos modos de produção intersubjetiva nas relações interpessoais a partir de uma perspectiva étnico-racial e de gênero<sup>1</sup>, uma vez que é

---

1 Neste texto gênero está sendo discutido apenas no grupo cisgênero, uma vez que os relatos analisados são exclusivamente de mulheres cisgênero. Entendo, de toda forma, que a diversidade de gênero como possibilidades de vivências envolve pessoas trans, não binárias, a-gênero e outras identificações possíveis, cujas discussões e reflexões a partir do foco na raça exigem relatos de vida específicos.

campo científico por excelência do estudo e compreensão de como se constroem as singularidades humanas.

A utilização de redes e mídias sociais como fonte de coleta de dados científicos tem sido uma forma recente de se realizar pesquisas na área das ciências humanas e sociais, duas grandes áreas de produção do conhecimento voltadas para as relações das pessoas entre si e com a sociedade. Entende-se que lançar um olhar criterioso para as formas de uso das redes e mídias sociais ajuda a compreender as formas de subjetivação específicas das pessoas na contemporaneidade, sendo impossível ignorar a sua presença como ferramentas de relacionamentos virtuais e trocas de informações na vida de uma parcela cada vez maior da população mundial, especialmente a juventude (MISKOLCI, 2013).

Segundo Castells (2009) as redes e mídias sociais permitem estabelecer um tipo de conectividade que ele denomina de perpétua, ofertando a oportunidade de as pessoas se expressarem livre e criativamente, não dependendo mais, unicamente, das informações ou modelos fornecidos pelos meios de comunicação tradicionais para se constituírem intersubjetivamente. Esta liberdade oferecida pelo mundo virtual torna possível a criação de redes de relações específicas a cada indivíduo ou grupo de pertencimento, inclusive criando tensões nas formas tradicionais de estabelecimento de relações próximas e, em consequência, de produção de intersubjetividades (MISKOLCI, 2013). Para a Psicologia, trata-se de um lugar ainda não – ou pouco – explorado, mas que surge como uma demanda real, uma vez que as formas de relações explicitadas nas redes e mídias sociais, provavelmente, extrapolam a virtualidade, uma vez que *“nossa existência é, antes de tudo, engajada no mundo como um organismo, ou seja, uma totalidade mente-corpo”* (ALVIM, 2017, p. 51).

Como recurso metodológico, foram utilizados os depoimentos disponíveis na página do coletivo “crespadas” no “Facebook”, a partir dos quais foi realizada a compreensão fenomenológica com base na Gestalt-terapia, seguindo os passos de análise de uma pesquisa fenomenológica descritos por Gil (2016), Baptista e Campos (2010) e Lima (2008):

- A – Descrição do fenômeno;
- B – Busca do “núcleo essencial do fenômeno” (BAPTISTA, CAMPOS, 2010, p. 211), sem alteração da linguagem utilizada nos depoimentos;
- C – Transformação das unidades de significado em linguagem técnico-científica;
- D – Organização dos significados em grupos temáticos, o que faz com que o fenômeno emerja, revelando tendências – redução fenomenológica;
- E – Elaboração das vivências de cada depoente em uma síntese integradora de significados, que ajuda a encontrar aspectos característicos das experiências pessoais.

Este percurso metodológico tornou possível estabelecer um processo de aproximação e afastamento do fenômeno embasado em uma estrutura científica coerente com a perspectiva gestáltica. Assim, não se perde de vista o fenômeno

estudado, tal como se apresenta, além de ser possível estabelecer uma reflexão técnica e teórica em que a pesquisadora não é neutra, uma vez que também se identifica como mulher negra da Amazônia.

## 1. O RACISMO COMO ESTRUTURANTE DA SOCIEDADE BRASILEIRA

As relações étnico-raciais no Brasil têm se desenvolvido de forma a estigmatizar as populações não brancas (negras<sup>2</sup> e povos originários<sup>3</sup>), elevando o padrão estético europeu a um patamar de superioridade racial a ser alcançado e, portanto, inatingível sem uma morte simbólica de pessoas negras e indígenas. Estas relações se originam se fortalecem através da internalização do ideal de branquitude a ser alcançado em termos de características fenotípicas individuais. Para Munanga (2012),

O corpo humano com suas características perceptíveis [...] fornece a matéria-prima a partir da qual foi formulada a teoria racista, [...] definida pela hierarquização das chamadas raças branca, amarela e negra. No pensamento dos racistas, a cor preta é tida como uma essência que escurece, tingindo negativamente a mente, o espírito, as qualidades morais, intelectuais e estéticas das populações não brancas, em especial as negras (p. 15).

As vivências de racismo, tal como acontecem em uma sociedade estruturalmente racista como a brasileira, provocam auto-ódio em pessoas não brancas por causa da imagem refletida no espelho, a qual não condiz com o padrão de beleza, inteligência, cultura, educação e aceitação atribuído naturalmente às pessoas brancas. Isto se refere às formas como as relações sociais, de maneira mais ampla, são construídas no dia a dia, incluindo e mantendo as pessoas em determinados lugares sociais por questões fenotípicas. Inclusive, as próprias vivências de pessoas tanto negras quanto indígenas possuem uma série de diferenças, em geral, pouco ou mal relatadas, o que se apresenta como uma lacuna científica importante quando se trata de território amazônico.

A base teórica sobre relações raciais vem afirmando a existência de “um contrato racial” no Brasil, o qual se configura a partir de uma espécie de acordo tácito que exclui, quando não invisibiliza, as pessoas negras e indígenas de todos os lugares de privilégio social. Nesta lógica, *“o epistemicídio cumpre função estratégica em*

- 
- 2 População negra se refere ao conjunto de pessoas auto declaradas pretas e pardas, segundo classificação do IBGE. Trata-se de um termo que revela discrepâncias sociais nos lugares ocupados e nas vivências de pessoas descendentes de africanas/os escravizados no período do Brasil colônia, cujas características fenotípicas as coloca em lugares de desvantagem social, em comparação com pessoas fenotipicamente brancas. Atualmente, há uma discussão a respeito das pessoas chamadas pardas, especialmente na Amazônia, uma vez que pessoas de ascendência indígena tem requerido legitimamente esta identidade racial. Neste trabalho será mantida a classificação do IBGE devido, nos relatos, aparecer como forma de auto identificação de algumas mulheres.
  - 3 Povos Originários são aqueles denominados de “indígenas” pelo colonizador português. Há uma discussão referente a esta nomenclatura, a qual alerta para a existência de grande diversidade entre estes povos, o que, segundo eles, precisa de visibilidade a fim de que se compreenda suas complexidades culturais, sociais, territoriais, etc

*conexão com a tecnologia do biopoder*” (CARNEIRO, 2011, p. 91), em que a negação e o apagamento de relatos legítimos a partir de uma perspectiva não branca atuam como forma de manter um discurso branco ocidental como único possível. Para Carneiro, esta supremacia pouco questionada é

um sistema político não nomeado [...] que estrutura uma sociedade organizada racialmente [...] A branquitude como sistema de poder fundado no contrato racial, da qual todos os brancos (sic) são beneficiários, embora nem todos sejam signatários (se apresenta) no fato de que há absoluta prevalência da branquitude em todas as instâncias de poder (concretizado como dominação) da sociedade (CARNEIRO, 2011, p. 91).

Com a emergência do movimento feminista no Brasil a partir dos anos 1920, em um discurso universalista de luta pelos direitos das mulheres, foi levantada, sem grande sucesso, a pauta das necessidades específicas das mulheres negras, a partir de 1960. Então, incluir a pauta de gênero nas reflexões dos movimentos negros se apresentou como a forma mais eficaz de se reconhecer as especificidades das mulheres negras, nos quais são acolhidas de maneira mais sistemática do que a inclusão da questão racial no movimento feminista.

As feministas brancas com orientação progressista e, aparentemente de esquerda negaram o significado da raça e seu impacto nas vidas de mulheres negras, além de que as brancas eram hesitantes em relação à discussão sobre raça por causa da sua própria cumplicidade com a dominação racial (RAIMUNDO, GEHLEN, ALMEIDA, 2013, p. 04).

Para Lélia Gonzalez, *“o racismo, enquanto discurso, situa-se entre os discursos de exclusão; o grupo por ele excluído é tratado como objeto e não como sujeito. Consequentemente é infantilizado, não tem direito a voz própria, é falado por ele”* (2011, p. 54). Ela entendia que a fala das mulheres negras não tem sido validada, mesmo dentro do movimento feminista, ainda que seja legítima a sua vivência de opressão dupla: racismo e sexismo. Neste sentido, não há encontro possível entre opressoras e oprimidas, uma vez que não existe escuta e acolhimento autênticos e empáticos possíveis.

Bell hooks (2019) fala da necessidade e importância de mulheres negras erguerem suas vozes, sistematicamente silenciadas por séculos de opressões e violências racistas e sexistas. Segundo ela, *“... nossa luta não tem sido para emergir do silêncio para a fala, mas mudar a natureza e a direção da nossa fala, para fazer uma fala que atraia ouvintes, que seja ouvida”* (p. 32-33). Portanto,

fazer a transição do silêncio à fala é, para o oprimido, o colonizado, o explorado e para aqueles que se levantam e lutam lado a lado, um gesto de desafio que cura, que possibilita uma vida nova e um novo crescimento. Esse ato de fala, de “erguer a voz” [...] é uma expressão de nossa transição de objeto para sujeito – a voz liberta (BELL HOOKS<sup>4</sup>, 2019, p. 39).

---

4- Gloria Jean Watkins (*Hopkinsville, Kentucky, 25 de setembro de 1952*) ficou mais conhecida sob o pseudônimo bell hooks – nome inspirado em sua bisavó Bell Blair Hooks, o qual escolheu grafar em letras minúsculas para que dar mais importância à essência de seus livros e não a ela (<http://nomespesquisacomunicacao.com.br/verbetes/bell-hooks/>)



No histórico do desenvolvimento do Brasil como nação, o lugar das mulheres negras vem se mantendo como pejorativo e negativo, inclusive no interior dos movimentos feministas ou de emancipação feminina, oriundos de construções eurocêntricas. As lutas destes movimentos jamais consideraram as demandas específicas das mulheres negras, que nunca foram tratadas como delicadas e frágeis<sup>5</sup>, por assim não serem jamais reconhecidas social ou individualmente. As mulheres negras também nunca tiveram reconhecidas suas reivindicações a respeito do trabalho assalariado, uma vez que sempre trabalharam para garantir o próprio sustento e de suas famílias: a princípio como escravizadas nas casas-grandes, nas lavouras ou em trabalhos de ganho e, posteriormente, como empregadas domésticas e babás, sem garantias trabalhistas e de condições de trabalho dignas. Aliás, postura essa mantida com o aval de mulheres brancas. As mulheres negras sempre tiveram e ainda continuam tendo seus corpos com identidades de objeto, seja para a satisfação sexual dos senhores de engenho, seja para a manutenção do estereótipo da “mulata tipo exportação”. São, ainda, consideradas “anti musas” da sociedade brasileira, com negação de uma estética natural positiva em detrimento dos cabelos loiros e pele branca como ideal de beleza (CARNEIRO, 2003), o que tem deixado pessoas brancas – inclusive mulheres brancas – a vontade para todo tipo de discurso racista nas redes e mídias sociais, com a certeza da impunidade.

Reconhecer as lutas das mulheres negras por uma identidade humanizada as coloca em um lugar há muito tempo reivindicado, que é falar de si e por si, tal como indica Bell Hooks (2019), e a partir de linguagens múltiplas e de demandas próprias que surgem e são sentidas como urgentes. Estas lutas não são constituídas no momento atual. Elas acompanham as mulheres negras em formas diversas de resistência à escravidão (XAVIER, FARIAS, GOMES, 2012). Com o passar do tempo, estas formas de resistência e de luta contra o racismo sexista vem ganhando novos formatos, possíveis devido o contexto social, histórico e cultural em que as mulheres negras vivem. Assim é que as discussões a respeito das identidades étnico-raciais e de gênero têm ganhado notoriedade e força, seja nas redes e mídias sociais atuais (como o “Facebook”, o “WhatsApp”, o “Twitter”, o “Instagram” e o “Youtube”), seja em programas de TV e páginas de jornais e revistas.

A despeito das intensas lutas de diferentes setores do movimento negro contra o racismo desde antes da abolição da escravidão no Brasil, o desenvolvimento tecnológico tem possibilitado o crescimento da visibilidade de diferentes frentes de luta contra o racismo em suas várias manifestações. Apesar disso, por ser institucionalizado no Brasil, o racismo leva, por outro lado, a reações igualmente recriadas por parcela população historicamente privilegiadas racialmente, como forma de manutenção de seus lugares de dominação e pouco ou nunca questionando sua participação na manutenção de ações racialmente opressoras que mantêm desigualdades (CARNEIRO, 2003; TOKITA, 2013).

As mulheres negras mostram, então, “*uma potência subjetiva imensa*” (TOKITA, 2013, p. 123) de se reinventar subjetivamente, a fim de não se submeterem aos padrões raciais de uma sociedade que enxerga como positivas apenas as

---

5- A este respeito, o discurso de Sojourner Truth “Não sou eu uma mulher”? É bastante elucidativo. Disponível em: <https://www.geledes.org.br/e-nao-sou-uma-mulher-sojourner-truth/>

características brancas europeias. Neste sentido, ressaltam-se as diversas formas de enfrentamento ao racismo pelas mulheres negras, partindo da concepção estética negra como positiva, ainda que não cheguem a formar um grupo homogêneo. Há diferentes identidades negras, vivenciadas segundo as relações que cada mulher estabelece no seu dia a dia e as diferentes formas como elas se veem. Reconhecer esta diversidade, seguramente, pode ampliar horizontes sobre a compreensão da constituição das subjetividades de mulheres negras contemporâneas.

A literatura tradicional sobre a escravidão no Brasil e seus enfrentamentos apresenta poucos dados referentes à Amazônia, cuja população tradicional é caracterizada primordialmente como descendente dos povos originários desta região. Contudo, a presença de comunidades quilombolas espalhadas por quase toda a Amazônia e, em especial no Pará e Amapá, além da forte presença de manifestações culturais negras nas ruralidades e nas periferias urbanas (ACEVEDO, CASTRO, 1999; ALBUQUERQUE, 2013; VIDEIRA, 2013; BENTES, 2013; CAMPELO, JESUS, DEUS, 2014; IPHAN, 2018; VIDEIRA, FERREIRA, FONSÊCA, 2019) vem contestar estes dados oficiais.

A organização da sociedade brasileira segue uma lógica racial e sexista que submete as mulheres negras às mais diversas situações de violências, tanto concretas quanto simbólicas. Como exemplos, podemos citar situações de violência doméstica, das quais são as principais vítimas; perda de filhos e companheiros – quando estes estão presentes – para as violências urbana e policial e o encarceramento em massa da população negra, jovem e masculina; são a maioria das vítimas de abortos clandestinos por não possuírem recursos para este tipo de procedimento em clínicas particulares (o que confere maior segurança às mulheres brancas que também abortam); são as que recebem os piores atendimentos em serviços de saúde; as principais vítimas de feminicídio e violência obstétrica; a maioria da população feminina encontra-se em situação de subempregos e vivem nas mais precárias situações de saneamento básico, etc. (CERQUEIRA, 2018).

Portanto, questionar o racismo e o sexismo da sociedade em que vivemos envolve o reconhecimento de uma diversidade racial e de gênero com respeito às formas próprias de sua manifestação e à garantia de condições de vida que afirmem a humanidade inerente a cada pessoa, situações negadas de forma velada e concreta às mulheres negras. A atuação em Psicologia de base gestáltica afirma a necessidade de maneiras específicas e contextualizadas de estabelecimento de encontro e intervenção clínica. Algumas considerações teóricas gerais a respeito da construção do fazer clínico da Gestalt-terapia serão descritas a seguir, a fim de incitar reflexões que considerem o racismo e o sexismo presentes na sociedade brasileira.

## **2. INTERSUBJETIVIDADE NA CLINICA GESTÁLTICA**

O surgimento da Gestalt-terapia como sistema psicoterápico tem sido descrito diretamente atrelado à história de vida de Fritz Perls, seu principal, mas não único

mentor. Ribeiro (1993) e Belmino (2015) afirmam que a Gestalt-terapia foi constituída pelo empenho teórico de Fritz e Laura Perls e Paul Goodman, com contribuições específicas que, unidas, oferecem coerência teórico-metodológica-instrumental para a abordagem psicoterápica. Ribeiro (1993) caracteriza Fritz como possuidor de um “*gênio inovador, irreverente e irrequieto*”. Laura é apresentada como uma pessoa paciente, “*com capacidade de construir e cultivar amizades duradouras, de solidificar ideias, construtora de ninhos*”. Já Paul Goodman é descrito como um “*homem de vasta cultura geral, verdadeiro homem da Renascença*” (RIBEIRO, 1993, s/p). Este “*encontro direto entre os modos de fazer e pensar a psicoterapia em solo americano e europeu*” (BELMINO, 2015, p. 21) foi diretamente influenciado por uma série de situações políticas, contra culturais e sociais dos idos de 1950.

A Gestalt-terapia é entendida, hoje, como uma forma de conceber a pessoa em estabelecimento e manutenção de contatos em seu campo vivencial, percebido a partir das possibilidades organísmicas que envolvem os aspectos históricos, culturais, sociais, espirituais, emocionais de sua vida. Por seu caráter sistêmico e dinâmico, é possível traçar teoricamente a compreensão do ser humano que chega até nós, na clínica gestáltica, a partir de qualquer definição conceitual desenvolvida em mais de setenta (70) anos de estudo e aplicação prática da proposta inicial concebida por Laura, Fritz e Goodman entre outros (DE LUCCA, 2012). Os seus próprios contextos de vida tornaram possível a construção de percepções de mundo específicas, com forte base política e cultural. Além disso, a visão holística da Gestalt-terapia possibilita a compreensão de construção intersubjetiva das identidades individuais, estabelecidas em tempo histórico-social específico, de forma integral, enquanto totalidade organísmica situado no contexto mais amplo do qual participa (AGUIAR, 2015).

A noção de intersubjetividade leva em consideração a noção de encontro “eu-outro” que ancora o viver humano. Esta compreensão respalda o conceito gestáltico de totalidade, segundo o qual “*não existimos como um ‘eu’ dentro de um corpo. Experimentamos nosso estar vivo como seres humanos inteiros, sempre numa relação com o outro e numa situação concreta*” (RIBEIRO, 2007, p. 3). Esta convivência se apresenta tanto em ações quanto na forma de estabelecimento de contatos com outras pessoas, apresentando-se em duas possibilidades distintas:

Aquela que não reconhece o outro (sic) em suas possibilidades existenciárias (inautenticidade) e aquela que afirma e observa tal condição (autenticidade) [...] Para a Gestalt-terapia, ocorre uma interdependência inalienável ‘eu-outro’, ‘eu-mundo’, ‘eu-sociedade’, ‘eu-cultura’, sendo que este ‘eu’ [...] só pode ser tomado ao modo (de) um ‘eu’ aberto sempre referido ao outro e as suas condições [...] o relacionar-se, seja de uma forma autêntica ou inautêntica, fundamenta o existir humano (RIBEIRO, 2007, p. 4-5).

O conceito de autorregulação organísmica permite ter uma noção mais explícita das formas de ajustamento criativo que se externalizam nas atitudes das pessoas em relação, sempre que percebe algo no campo que a afeta, perturbando o equilíbrio em que se encontrava. A pessoa utiliza-se, assim, de mecanismos complexos para se defender do que lhe incomoda, podendo se tornar, para ela, uma verdade inquestionável e cristalizar-se. Então, para manter este falso equilíbrio, mantém

contatos estereotipados e sem autenticidade, minando possibilidades de estabelecimento de contatos saudáveis que permitem tanto o seu crescimento quanto o das pessoas com quem se relaciona (DE LUCCA, 2012).

Polster e Polster (2001) afirmam que, desde a vida intra uterina já se estabelece um vínculo intersubjetivo, geralmente carregado de fantasias que favorecem um tipo muito próprio de relação entre o bebê e as pessoas cuidadoras em potencial. O desenvolvimento saudável do bebê depende primordialmente, neste momento, da qualidade da nutrição psicológica que receberá. A nutrição psicológica pode ser definida como o *“provimento de alimentos afetivos indispensáveis para a formação da autoestima (sic) e do autoconceito saudáveis, além da capacidade de reconhecimento do outro”* (PIMENTEL, 2005, p. 23).

Quanto mais consistente e positiva for a nutrição psicológica oferecida à criança, maior a possibilidade de desenvolvimento emocional saudável, percebida enquanto capacidade de ajustamentos criativos que permitam a ela *“cortar, rasgar e triturar as orientações e informações contidas nos padrões de socialização da cultura em que [...] vive – e que orientam as formas de expressividade e reconhecimento do outro”* (PIMENTEL, 2005, p. 26). Desta forma, ela pode desenvolver habilidades que lhe ajudem a compreender e dar conta dos limites e normas sociais existentes na cultura da qual participa, expressando-se livremente (PIMENTEL, 2005).

O desenvolvimento humano é processual, segundo a concepção gestáltica. Isto significa que há relação de reciprocidade entre o contexto no qual a pessoa vive e todos os sistemas que compõem o ser humano: emocional, cognitivo, linguístico, orgânico, comportamental, social, histórico, geográfico, psicológico e espiritual (PIMENTEL, 2005; AGUIAR, 2015). *“A organização desses elementos interdependentes é regida por uma força que visa sempre à busca de equilíbrio”* (AGUIAR, 2015, p. 28), e acontece ininterruptamente até o fim da vida. Na infância, a partir do momento em que inicia a socialização escolar, a criança tem a chance de se espelhar em seus pares etários, o que contribui para seu crescimento integral. A presença de outras pessoas além do núcleo familiar que confirmem positivamente a criança e as suas potencialidades é importante para o seu fortalecimento subjetivo e seu senso de pertencimento a um contexto específico (PIMENTEL, 2005).

Pessoas adultas significativas são responsáveis por fornecer um refinamento relacional que possibilite à criança aprendizados socioemocionais a ser colocados em prática como meio de autorregulação, à medida que desenvolve sua consciência intencional. O estabelecimento de relações interpessoais, então, é condição importante para o desenvolvimento emocional infantil de maneira saudável. Este aspecto *“diz respeito ao universo intrapessoal da estruturação e dinâmica da subjetividade, árbitro do autoconceito por meio da aquisição da consciência intencional e da relação com o mundo e com o outro”* (PIMENTEL, 2005, p. 39).

O que permite as transformações constantes da pessoa em seu percurso vital são as diversas trocas relacionais estabelecidas no presente, nos acontecimentos percebidos como novidade no campo. A cada instante, uma nova situação poderá se tornar figura – despertar o interesse imediato da pessoa de modo intenso –

emergindo de um fundo de possibilidades – experiências anteriores que permanecem afetivamente ativas e potencialmente influenciadoras das relações estabelecidas no presente. A maneira como a pessoa lida com estas situações em constante intercâmbio é que dará a noção real e atual das maneiras de estabelecimento de contato possíveis para ela, em situações específicas (AGUIAR, 2015).

A teoria de campo fundamenta *“nossa compreensão sobre como o sentido das ações de uma pessoa é algo que se coaduna à relação dela com seu meio”*. A percepção individual produz determinado significado da experiência em lugar e tempo específicos. A unidade temporal se refere ao presente imediato, articulando-se *“com os dados a ele anteriores e aponta para possibilidades futuras”*, não perdendo, assim, o seu caráter dinâmico e de totalidade (RODRIGUES, 2013, p. 114-115).

O campo só ganha um sentido específico para a pessoa a partir das interações que estabelece, seja com outras pessoas, seja com objetos aí presentes. Contato, portanto, pode ser compreendido a partir de uma noção de totalidade em que existe intercâmbio entre a pessoa e o ambiente, o que se dá sempre no momento presente. Ele é seletivo, uma vez que a pessoa escolhe aquilo que pode ou não ser assimilado nesta experiência, e o que é difuso ou indiferente vai ser sempre rejeitado, o que configura uma ação de aproximação e afastamento constantes nos episódios interacionais. Este movimento é imprescindível para que a pessoa mantenha sua integridade individual, sem perder de vista sua participação na vida social da qual faz parte (POLSTER & POLSTER, 2001). Assim, *“O contato é implicitamente incompatível com permanecer o mesmo. A pessoa não precisa tentar mudar por meio do contato; a mudança simplesmente acontece”* (POLSTER, POLSTER, 2001, p. 113-114, grifo no original).

Há necessidades que emergem constantemente, por toda a vida da pessoa, em decorrência dos contatos estabelecidos com o mundo. Estes se apresentam como demandas do organismo em interação, e só podem ser satisfeitas a partir do desenvolvimento da *“awareness”*, entendida como a *“possibilidade de aperceber-se do que se passa dentro de si e fora de si no momento presente, tanto a nível corporal quanto a nível mental e emocional”* (FRAZÃO, 1997, p. 65).

O contato, portanto, acontece na fronteira entre a pessoa e o mundo do qual ela faz parte, sendo vital para a sua constituição enquanto ser humano. Para Perls, Hefferline e Goodman (1997) toda experiência humana acontece na fronteira de contato, caracterizada como algo semipermeável que possibilita trocas com o meio, com a assimilação das experiências percebidas como nutritivas e a negação daquelas percebidas como nocivas, a fim de integrá-las após terem sido transformadas em algo assimilável. Esta manutenção de um limite ótimo entre eu e o outro ou eu e mundo é o que garante a integridade individual, sem retirar ou isolar a pessoa do meio em que vive. Mantêm-se, assim, inclusive as responsabilidades crescentes – ou cada vez mais complexas – da pessoa consigo mesma e com o seu campo vivencial.

Segundo Perls, Hefferline e Goodman (1997) não é possível considerar apenas fatores históricos e culturais como influenciadores das trocas relacionais entre organismo e ambiente. Se assim fosse, se retirariam as responsabilidades da pessoa no seu próprio processo de crescimento, o que caracteriza uma abordagem determinista do crescimento humano. É preciso, acima de tudo, considerar aspectos socioculturais, animais e físicos, além das especificidades da pessoa em relação, *“como intrínsecos à maneira pela qual todo problema se apresenta”* (PERLS, HEFFERLINE, GOODMAN, 1997, p. 43).

O caráter dinâmico da fronteira de contato se apresenta na percepção dos riscos e das possibilidades de engajamento da pessoa em seu campo vivencial. Por outro lado, ela não pode perder de vista as consequências de suas ações, que a levarão a tomar novas decisões sobre seu engajamento. Para Polster e Polster (2001) só é possível haver contato quando há o encontro entre dois seres separados e, ainda assim, interdependentes. Ao se arriscar neste processo de união, correm o risco de ser capturados, a menos que se engajem rapidamente na criação de formas novas, criativas, de contato neste tipo de situação.

Paradoxalmente, a fronteira se torna o lugar inseguro de estabelecimento de relações. Por outro lado, fora dela, não existe possibilidade de contato e, portanto, de crescimento. Isto explicita o seu caráter permanentemente arriscado e que pode criar formas rígidas de estabelecimento de relações (POLSTER, POLSTER, 2001). Quando isto acontece, *“O indivíduo teme a expansão da fronteira do eu, pois sente que poderia explodir se houver sensação ou ativação demasiadas para serem contidas; ele se sente correndo o risco de sobrecarga”* (POLSTER, POLSTER, 2001, p. 123).

Ajustar-se criativamente a circunstâncias vivenciadas como novidade *“compreende sempre uma fase de agressão e destruição, porque é abordando, apoderando-se de velhas estruturas e alterando-as que o dessemelhante torna-se semelhante”* (PERLS, HEFFERLINE, GOODMAN, 1997, p. 47). Quando algo novo emerge no campo como percepção de maior interesse, o hábito antigo, para dar conta desta novidade, precisa se reconfigurar, gerando novas figuras – novas percepções – que exigem formas renovadas de estabelecimento de contato neste campo, que também se reconfigura como novo.

Neste processo se reconhece a força agressiva em ação e a destruição da figura antiga, o que *“pode provocar medo, interrupção e ansiedade”* crescentes, *“à medida que sejamos neuroticamente inflexíveis; mas o processo vem acompanhado da segurança da nova invenção que passa a existir experimentalmente”* (PERLS, HEFFERLINE, GOODMAN, 1997, p. 47). Este movimento foi descrito como sistema *“self”*, sendo reconhecido como a novidade e contribuição específica da Gestalt-terapia para a clínica psicológica.

Perls, Hefferline e Goodman definiram o termo *“self”* como *“o sistema de contatos em qualquer momento”* (1997, p. 49), que tem como função *“contatar o presente transiente concreto”* (1997, p. 177). O *“self”* assume um caráter flexível e variado, sendo definido, ainda, como o sistema de ações complexas e necessárias ao

ajustamento do organismo no campo, no momento presente (PERLS, HEFFERLINE, GOODMAN, 1997; MÜLLER-GRANZOTTO, MÜLLER-GRANZOTTO, 2012).

Enquanto sistema, o “self” gestáltico só pode ser percebido em funcionamento na relação que se estabelece em um determinado campo. Perls, Hefferline e Goodman (1997) afirmam que a compreensão gestáltica de sistema “self” considera que *“toda percepção e todo pensamento são mais que uma mera resposta, e dirigem-se ao ambiente, assim como provem dele”* (1997, P. 178). Para estes autores, o foco da Psicologia é “a classificação, descrição e análise exaustivas das estruturas possíveis do “self” (p. 184) e, para compreender seu funcionamento, é preciso conhecer e identificar as estruturas parciais da experiência vivida que o compõem, não devendo estas ser confundidas com o sistema “self” total. Esta é uma forma de organização dos processos intencionais dos ajustamentos criativos (MÜLLER-GRANZOTTO, MÜLLER-GRANZOTTO, 2012).

A primeira destas estruturas é a função Id, que configura uma forma de funcionamento não deliberada, não reflexiva. É a função que *“se sobrepõe ao nosso controle judicativo, como se fosse um excesso que nunca conseguimos deter ou controlar”*, uma vez que ele é pura intencionalidade manifestada corporalmente através de afetos, na fronteira de contato (MÜLLER-GRANZOTTO, MÜLLER-GRANZOTTO, 2012, p. 46). Neste sentido, *“o corpo é, também, todo o potencial de inatualidades (o passado e o futuro; a cultura herdada e as expectativas; as satisfações e os desejos) que atravessa nossa experiência sem que, necessariamente, sejamos capazes de nos dar conta dele”*. Porém, sem esse conjunto complexo e dinâmico de experiências, seria impossível desenvolvermos nossa capacidade criativa (BELMINO, 2014, p. 102).

Segundo Perls, Hefferline e Goodman (1997), a função Id possui como características a passividade – não possui controle sobre a emoção que se doa espontaneamente – a dispersão – a pessoa desvia a atenção do que acontece objetivamente no momento presente – a irracionalidade – as reações corporais são todas emocionalmente afetivas – e a presença de conteúdos alucinatorios – a pessoa não consegue se certificar se a situação que a afetou emocionalmente é real ou imaginária, apesar da reação corporal.

Estas características se mantêm enquanto hábitos sensório-motores e languageiros, que se instalam de forma autônoma como fundo de vividos e sobrevivem, enquanto tais, nas realidades atuais de contato estabelecidas no campo, ainda que não se limitem a estas realidades. Eles se expressam de maneira original em cada novo episódio de contato, trazendo explicitamente *“a ‘impossibilidade’ de eu me desligar do mundo, a manifestação ‘invisível’ do mundo em mim, a ‘generalidade’ de minha inserção na vida dos semelhantes e das coisas, a ‘ambiguidade’ permanente da minha existência”* (MÜLLER-GRANZOTTO, MÜLLER-GRANZOTTO, 2012, p. 51).

De forma alguma, isto significa inércia. Tampouco retira a responsabilidade tácita de cada pessoa por sua existência. Pelo contrário: é a função Id que justamente proporciona as bases vivenciais afetivas, em forma de experiência de vida, que possibilitam a ação e a tomada de decisões a respeito dos contatos atuais no campo

(MÜLLER-GRANZOTTO, MÜLLER-GRANZOTTO, 2012). Estas decisões se apresentam em forma de comportamentos e ações que, na teoria do “self” gestáltica, são denominadas de função Ego por Perls, Hefferline e Goodman (1997) e renomeadas de ato por Müller-Granzotto, Müller-Granzotto (2012) e utilizado desta forma neste artigo.

Segundo Belmino (2014, p. 103), a função Ato *“diz respeito ao próprio ato e, por isso, ao processo de identificação e alienação do contato. [...] Goodman vai entendê-lo como o ato integrador e criativo que se constitui na fronteira entre o organismo e o ambiente”*. Sendo assim, o corpo é compreendido como “uma construção carregada de símbolos, valores, investimentos e demandas coletivamente vividos e apropriados” (TÁVORA, 2014, p. 73).

É a partir da função Ato que se pode perceber as produções pessoais, as quais se manifestam comportamentalmente em um corpo estruturado social e historicamente. Isto exige implicação ativa da pessoa no seu campo vivencial. As produções do campo, assim como a *“tese de uma substância pensante ou psicológica”* são chamadas de *outro social*, que convoca a pessoa em interação a agir. E é justamente esta ação deliberada que comparece e pode ser definida como função Ato (MÜLLER-GRANZOTTO, MÜLLER-GRANZOTTO, 2012, p. 57). A ação que comparece nesta função não se resume a comportamentos motores, mas são também os modos languageiros *“por meio dos quais ligamos os hábitos, assim como os pensamentos disponíveis às expectativas futuras”* (PERLS, HEFFERLINE, GOODMAN, 1997, p. 154).

A função Personalidade é a terceira das três funções parciais do “self” gestáltico. Ela *“corresponde à nossa capacidade para representar nossas próprias vivências de contato”* (MÜLLER-GRANZOTTO, MÜLLER-GRANZOTTO, 2012, p. 57). É ela que nos possibilita o autorreconhecimento identitário, de forma objetiva e temporariamente estabilizada, a partir do qual entramos em contato com nosso campo vivencial de modo único. Ela é, segundo Perls, Hefferline e Goodman (1997, p. 184), *“a figura criada na qual o self se transforma e assimila ao organismo, unindo-o com os resultados de um crescimento anterior”*. O histórico de contatos, no movimento incessante de aproximação e afastamento no campo, encontra sua síntese na maneira atual como a pessoa se autodefine e se apresenta corporalmente.

Neste sentido, pode-se entender a função Personalidade como a forma adotada esteticamente pela pessoa, a partir das vivências pessoais incorporadas em sua história de vida. Trata-se do *“corpo como expressão de identidade e memória”* (LIMA, 2009, p. 9). De acordo com Belmino,

Goodman encontra, na função personalidade, um modo de integrar, na dinâmica do contato, o modo como a experiência carrega em si as formas da contratualidade social [...] ele entende a ideia de função personalidade como a terceira estrutura parcial do self, que diz respeito às produções culturais e sociais explícitas nas situações de contato (2014, p. 104).



Para Perls, Hefferline e Goodman (1997, p. 188), a função personalidade ainda pode ser definida como *“o sistema de atitudes adotadas nas relações interpessoais; é a admissão do que somos, que serve de fundamento pelo qual poderíamos explicar nosso comportamento, se nos pedissem uma explicação. [...] É essencialmente a réplica verbal do ‘self’”*. É no modo personalidade de funcionamento que conseguimos identificar qual o nosso lugar no mundo, lembrando que este não é imutável, uma vez que as experiências assimiladas continuam a ser influenciadas pelos e a influenciar os processos de contato mantidos até o fim da vida. Müller-Granzotto e Müller-Granzotto (2012) afirmam que é a partir da função personalidade que adquirimos o status “humano”, uma vez que as representações sociais instituídas nos permitem ocupar um lugar em que somos, também, reconhecidos.

Perls, Hefferline e Goodman afirmam que:

Empenhado espontaneamente num interesse atual e aceitando-o à medida que se desenvolve, o self não tem consciência de si próprio abstratamente, mas como estando em contato com alguma coisa. Seu “Eu” é polar com relação a um “Tu” e a um “Isso”. O Isso é a sensação dos materiais, dos anseios e do fundo; o TU é o caráter direcionado do interesse; o Eu é tomar as providências e fazer as identificações e as alienações progressivas (1997, p. 183).

Este posicionamento radical apresenta o desenvolvimento intersubjetivo inerente ao crescimento humano. O corpo é o que estrutura e dá sentido à noção de pessoa (LE BRETON, 2016). É o corpo que confere identidade à pessoa. A existência humana é corporal e as suas formas de existir variam segundo *“o tratamento social e cultural de que o corpo é objeto. [...] Viver consiste em reduzir continuamente o mundo ao seu corpo, a partir do simbólico que ele encarna”* (LE BRETON, 2016, p. 07). Cada sociedade, em tempos distintos, confere sentido e valor específicos ao corpo, delineando, *“um saber singular sobre o corpo: seus elementos constitutivos, suas performances, suas correspondências, etc.”* (LE BRETON, 2016, p. 8).

O corpo também pode ser entendido *“como expressão de identidades, lugar de memórias e sensibilidades, ou suporte de estéticas e linguagens as mais diversas”* (VELLOSO, ROUCHOU & OLIVEIRA, 2009, p. 15). Isto lhe confere um lugar social, histórico e político, sem desvinculá-lo da experiência pessoal. A corporeidade só pode ser compreendida a partir da ação da pessoa, na experiência corporal, no mundo. A experiência é *“uma totalidade imbricada no mundo”* e *“o poder expressivo e criador está na corporeidade, nessa experiência no mundo”* (ALVIM, 2012a, p. 61-62).

Sem o corpo, simplesmente não há possibilidade de contato. Além disso, *“discorrer sobre a corporeidade é discorrer sobre a Pessoa, sobre aquilo que a promove, exalta e sublima – ou, ao invés, a pouca e diminui”* (SOARES, 2014, p. 12). Para Merleau-Ponty, o mundo é o que nos dá consciência do nosso corpo e este *“é, no centro do mundo, o termo não percebido para o qual todos os objetos voltam a sua face”*, assim como é o pivô deste mundo, uma vez que apenas se pode ter consciência do mundo por meio do corpo (MERLEAU-PONTY, 1999, p. 122).

Aqui está presente, de modo indiscutível, o caráter intersubjetivo da corporeidade: mundo e corpo se reconhecem mutuamente, um não podendo existir sem o outro – é preciso uma consciência para reconhecer um objeto e este objeto precisa ser reconhecido por uma consciência. Do contrário, nem uma nem outro existem objetivamente. Ainda para Merleau-Ponty, *“no conjunto de meu corpo se delimitam regiões de silêncio”* a partir do momento em que *“meu mundo costumeiro suscita em mim intenções habituais”* as quais não podem ser acessadas por não serem reconhecidas (1999, p. 122). É como se a pessoa agisse mecanicamente, respondendo às situações presentes de forma costumeira em seu mundo. Então, estes hábitos alardeiam uma ação possível na realidade do mundo objetivo. Ignorar estas situações provoca ações impensadas, por não serem reconhecidas dentro das exigências do mundo concreto. Para Laura Perls, *“quando você se experiencia totalmente como corpo, então você é alguém. A linguagem sabe sobre o que se está falando. E quando você não tem isso, você facilmente se experimenta como ninguém”* (apud ALVIM, 2011, p. 229).

Estas breves linhas teóricas serão base para refletir sobre as experiências das crespadas com seus processos de transição capilar e autorreconhecimento enquanto mulheres negras, tal como expostos nos depoimentos transcritos da página do coletivo no *“Facebook”*.

### **3. REFLEXÃO AFETIVAMENTE TEORIZADA SOBRE AS EXPERIÊNCIAS DAS CRESPADAS COM SEUS CABELOS**

Nesta seção serão apresentados alguns trechos dos depoimentos das crespadas, descritos enquanto núcleos essenciais do fenômeno da constituição intersubjetiva de suas identidades negras. Seguiu-se a proposta de Gil (2016), Baptista e Campos (2010) e Lima (2008) para dados qualitativos de pesquisas fenomenológicas, e os depoimentos foram organizados em categorias<sup>6</sup>:

A) Do que vivi: descreve as relações familiares e nos grupos de pares na infância e adolescência, seja na escola ou mesmo nas formas como as mídias televisivas e de propaganda apresentam os ideais de beleza socialmente estipulados.

B) Do que senti: relata as experiências que embasam e fortalecem a decisão de parar de alisar ou de soltar os cachos, cuidados aprendidos para dar conta das novas exigências sociais.

C) Do que pari: as vivências com os cabelos naturais são ressignificadas a partir de novas formas de se enxergar e das trocas com outras mulheres e movimentos sociais.

#### **3.1 - Do que vivi**

---

6 - Os títulos das categorias foram inspirados nos capítulos de Santana (2015), com exceção do núcleo “do que senti” tendo sido adaptada a partir desta autora.

As vivências com os cabelos crespos ou cacheados seguem uma trajetória histórica que se inicia ainda na infância, dentro de casa ou no ambiente escolar. A aprendizagem sobre como usar um tipo de cabelo julgado socialmente como negativo leva as mulheres negras a experimentar diferentes formas de estabelecimento de relações, intra e extrafamiliares, no intuito de se sentirem adequadas ao grupo e ao contexto social, histórico e político em que vivem. Quando recebem cuidados, desde a infância, que respeitam e valorizam suas características fenotípicas, provavelmente estas mulheres terão melhores condições de construir relações que também as qualifiquem positivamente fora de casa e oferece recursos cognitivos e afetivos para lidar com situações de racismo em qualquer momento de suas vidas.

*“Então, foi assim que cresci, pensando sempre que era só um cabelo [...] a convivência com as crianças e adolescentes na escola, da rua onde moro e em outros lugares, só reforçou o que já estava instalado: a falta de apreço por cachos”* (CRESPADA 1 – 20 anos).

As experiências relatadas indicam o quanto a força midiática oprime e enfraquece até mesmo vivências iniciais positivas. Então, o alisamento dos cabelos crespos, ou a adoção de estratégias para “domar” os fios rebeldes dos cacheados são as armas utilizadas para tentar fugir das experiências negativas com seu próprio corpo. Na escola ou nos grupos de pares desde a infância, estas experiências se expressam de forma explícita, mesmo em grupos de crianças muito pequenas.

*“Achava meu fuá lindo quando era criança, mas todos os dias eram uma luta para pentear e a solução que minha mãe achou foi mandar alisar”* (CRESPADA 2 – 23 anos).

*“lembro bem das “brincadeiras” racistas que sofria ao pisar na rua, e que algumas pessoas diziam ‘alisa teu cabelo, que vai ficar bonito’”* (CRESPADA 3 – 34 anos).

Conforme vão crescendo, o desejo de se adequar às normas sociais impostas para a estética feminina aumenta as estratégias para dominação dos fios. Com a aproximação da adolescência e a possibilidade do uso da química, cresce o sentimento de pertencimento ao padrão dominante dos grupos de pares. E as experiências com os cabelos, apesar de dolorosas nos relatos das lembranças, ajudam a entrar e permanecer de maneira mais tranquila nos diversos grupos sociais, aparentemente mantendo estas mulheres distantes de situações estigmatizadoras.

*“As lembranças que tenho da minha infância era minha mãe sempre fazendo penteados lindos com nossos cabelos crespos! Eu e minha irmã nos sentíamos maravilhosas com todos dizendo lindas! Mas, na adolescência isso mudou”* (CRESPADA 4 – 35 anos).

*“sempre fui julgada por ter meu cabelo crespo [...] Eu amava, mas os outros não [...] tudo que as pessoas falavam sobre cabelo perto de mim, me afetava. Cresci com*

*peças que até hoje falam que existe "cabelo bom" e "cabelo ruim", e eu teria de alisar o cabelo" (CRESPADA 7 – 17 anos).*

Contudo, este não foi vivenciado como um processo simples, uma vez que envolvia gastos, tanto financeiros quanto físicos e mesmo emocionais. Os relatos de dores, cansaço, queimaduras no couro cabeludo e vergonha demonstram explicitamente o alto investimento emocional por que passaram as crespadas durante os anos de alisamento para domar os cabelos crespos/cacheados. O relato de que amava seu cabelo, mas sentia-se afetada pela situação de violência ilustra a afirmação de que *"o id é da situação, e não do sujeito"* (ALVIM, 2018, p. 336), demonstrando a importância do campo vivencial nas construções do modo como cada pessoa se vê e se percebe no mundo, *"carregando em si as marcas de sua própria história"* (ALVIM, 2018, p. 337).

O padrão de alisamento também chegou a ser visto como necessário em algumas experiências relatadas. A forte influência das mídias televisiva, de propaganda e da internet tem grande responsabilidade nesta situação.

*"Lembro-me, quando criança, de ver mulheres felizes com seus cabelos lisos na mídia televisiva [...] olhar-se no espelho para tentar domar o volume era um exercício diário e muito cansativo, além do sentimento de inferioridade com repressões advindas de todos os lados. Sair de casa com o meu cabelo, tornava-se um momento de apreensão, pois eu fazia de tudo para que cada fio ficasse no seu devido lugar. Para isso acontecer, eu o amarrava constantemente e ainda usava de um gel para 'sentar' os rebeldes que ficavam. Durante anos, essa foi a minha primeira fase de ir contra as minhas raízes" (CRESPADA 8 – 20 anos).*

A negação do racismo como estruturante das relações na sociedade brasileira, provoca desenvolvimento distorcido da identidade de mulheres negras. Estas para se sentirem aceitas, acolhidas e confirmadas nos grupos dos quais fazem parte, se veem obrigadas a negar suas características fenotípicas, assumindo o branqueamento como regra. Este movimento gera um tipo de sofrimento, decorrente do estabelecimento de formas de contato comprometidas, que começa a aparecer como demanda crescente na clínica psicológica, a qual não tem se voltado para ele por causa da forte negação de sua existência como forma de sofrimento de um grupo específico.

Este ciclo acontece da seguinte maneira: para ser aceita socialmente, é preciso seguir as regras do branqueamento, entranhadas social e historicamente no corpo negro desde a sua ancestralidade africana em diáspora. Há um sentimento de estranheza com o corpo visto no espelho, que não corresponde ao ideal social. A manifestação afetiva desta norma social não questionada, vista gestalticamente pela perspectiva do *"Self"* como modo de funcionamento *"Id"*, aparece nos relatos de incômodo, medo e inseguranças ao sair de casa com o cabelo "bagunçado" ou "fora do lugar".

*"Via as meninas da escola passeando com seus cabelos lisos e longos, mudando-os de um lado para o outro, enquanto que eu me contentava com o meu preso, afinal o*

*meu não era tão bonito, não tinha o mesmo 'balanço'. Amigas mais íntimas sempre me pediam e incentivavam a soltar meu cabelo, mas elas tinham seus cabelos lisos e 'comportados', era complicado, como me dar forças, se não sabiam o quanto era difícil. Afinal, incentivo não é o mesmo que representatividade e era isso que sentia falta" (CRESPADA 12 – 22 anos).*

É o corpo apresentando-se esteticamente inadequado a uma realidade que inscreve de forma cristalizada e inflexível o que julga correto ou melhor esteticamente. Estas mulheres, então, estabelecem formas inautênticas de contato, a fim de se defender do que lhes incomoda: o próprio corpo.

Resta, então, a assimilação da norma do branqueamento, ainda que ela não faça sentido em termos de intencionalidade da consciência. O corpo que vejo no espelho não é o meu, duplamente: pelo branqueamento, não me reconheço; assumindo os cabelos naturais, não sou confirmada socialmente. Se a sua humanidade não é reconhecida, estas mulheres crescem com um forte sentimento de inadequação, de não-lugar social, devido possuir um corpo que não condiz com o padrão estético socialmente aceito. Elas, então, desenvolvem formas não saudáveis no lidar com o próprio corpo, na tentativa de alcançar a aceitação e a validação, que nunca chegam.

*"Não havia representatividade ao meu redor, no meu colégio os inúmeros cabelos lisos eram a grande maioria. E sempre a mesma pergunta 'Por que tu não alisa?'" (CRESPADA 13 – 24 anos).*

Ao entender o corpo como "experiência, modo de ser-no-mundo, corporeidade" (ALVIM, 2012b, p. 61), a função "*Id*" é o fundo indeterminado que possibilita a emergência do excitamento, e este pode ser entendido como a energia integrativa da experiência. Porém, o *Id* não é dizível ou interpretável, ele é a base para que o "*self*" possa criar e agir (função ato) e para somente depois transformar a experiência em um significado social (função personalidade). Por isso, o "*Id*" aparece a partir do relaxamento do "*self*" e sempre se manifesta como "*passivo, disperso e irracional*" (PERLS, HEFFERLINE, GOODMAN, 1997, p. 186). O modo de funcionamento "*Id*", nos relatos das crespadas, aparece concretamente, já enquanto função ato, nos relatos de incômodos e dores vivenciados corporalmente em decorrência das estratégias para manter os fios "rebeldes" sempre "arrumados". Eram afetadas constantemente de forma emocionalmente negativa, por mais que se esforçassem para estar dentro da norma vigente para os cabelos femininos.

### **3.2 – Do que senti**

Cada crespada apresenta sua experiência a partir do que foi possível nas suas próprias relações, familiares ou extrafamiliares. As dores – físicas ou emocionais –, parecem ter se tornado insuportáveis e insustentáveis. Enxergar no espelho a beleza em potencial de seus cabelos naturais e soltos – com sua textura e volume originais – foi um processo difícil de ser vivenciado, uma vez que não havia representatividade positiva ao seu redor.

Daí apareceram histórias e exemplos inspiradores e fortalecedores, dentro da própria família – tataravó ou esposo –, no movimento feminista, nos estudos teóricos, na participação em movimentos sociais, mas também apareceram histórias mais dolorosas, cuja decisão de parar de alisar se deu após experiências de dor física com o uso da química.

*“Aos 11 anos ‘a menina do cabelo duro’ tentava se tornar igual as outras da escola [...] Mas não é fácil empoderar-se numa sociedade sem referências. Foi aí que minha tataravó apareceu. A história de Úrsula me ajudou a me aceitar como negra e a entender a necessidade de buscar minha verdadeira identidade, porque aquele cabelo liso não me representava mais, não tinha mais vida, não balançava como no início” (CRESPADA 2).*

*“pra ficar bonita, tinha que sofrer’ [...] mesmo assim ainda faltava algo nessa caminhada (ainda alisava o cabelo), precisava me libertar [...] “chegou dezembro e não quis alisar pro final de ano, caramba, foi um choque de realidade, depois de tantos anos usando química, não me via sem ela. Quando enfim resolvi cortá-los em 2015. Nesse momento o apoio do Bruno (meu esposo) fez toda a diferença, (pois ele raspou a cabeça, pra me provar que os cabelos nasceriam crespos ou cacheados novamente)” (CRESPADA 3).*

O alisamento, utilizado como uma forma de modificação estrutural no próprio corpo está diretamente relacionado com uma identificação negativa com as próprias raízes ancestrais negras. O uso do cabelo natural, portanto, deve ser visto “como ato de libertação da imposição de padrões de beleza ao longo de um processo sócio-histórico [...] No Brasil, a transição capilar [...] compreende a (re) descoberta das características físicas e identitárias da mulher negra” (DALTRO, 2016, p. 35), reiteradamente negada.

*“Insatisfeita com a minha aparência, dei sequência aos processos químicos, optando por fórmulas mais fortes que mantivessem meus cabelos com o aspecto liso [...] mas eu saía daquele lugar de acordo com uma beleza adequada [...] estar nessa fase de não aceitação do crespo, fazia-me pensar na possibilidade de voltar às raízes, pois ter o cabelo liso não me permitia sentir uma identificação comigo mesma. Mas depois eu levantava todos os possíveis apelidos, olhares, risadinhas, que poderiam surgir caso eu passasse com um cabelo mais cheio pelas ruas. Esse pensamento continuou até os meus 19 anos, quando percebi que a necessidade de ser eu mesma estava aumentando e que, para isso, libertar os meus cachos era algo essencial” (CRESPADA 8).*

*“e eu me sentia linda sim! Fui feliz com os cabelos alisados, eu me sentia bem [...] chegou o período em que eu comecei a sofrer com as dores e com a energia mental gasta para ‘ficar linda’. Nesse período comecei a perceber as cacheadas ao meu redor, conheci mulheres lindas que usavam os seus cabelos naturais, me identifiquei e me empoderei como mulher negra, algo que sempre me foi dito desde criança [...] continuei a construção do amor e em 2012 resolvi fazer um permanente, mas o profissional que fez não se atentou que eu ainda tinha Química no cabelo e o*

*procedimento queimou ele todinho. O amor enfraqueceu! Ao final de 2012 resolvi me libertar”* (CRESPADA 11).

Na tentativa de sair deste padrão incômodo, as mulheres negras recriam outras maneiras de se autoafirmar positivamente. O uso das tecnologias é uma destas estratégias, através da qual estas mulheres têm a chance de vivenciar suas identidades de gênero e racial a partir de espelhos mais condizentes consigo mesmas. Então, abrem novos caminhos possíveis para sua reestruturação intersubjetiva, experienciando um contato vigilante com o evento mais importante do seu campo vivencial: a própria identidade racial, neste caso. E este caminho é sofrido, em uma sociedade que teima em se manter em uma estrutura racial implícita, porque negada explicitamente.

Ainda que reconheçam a presença deste sofrimento, não podem fugir de um mundo que se manifesta invisivelmente nos seus corpos, o que exige ação neste campo. Está aí explícita a noção de contato, como desenvolvida por Perls, Hefferline e Goodman (1997). O branqueamento, então, torna-se a forma ideal para as pessoas negras que introjetam este aspecto visual como o único possível capaz de lhe retirar do lugar imposto de subjugação. Eis um ciclo difícil de quebrar. A decisão de assumir os cabelos naturais envolve contato ressignificado com a identidade étnico-racial negra enquanto fenômeno. A mudança na autoimagem se dá, necessariamente, no estabelecimento de contato em uma relação intersubjetiva afetivamente significativa. E este fato foi destacado em alguns relatos que apresentaram a família, o círculo de amigas e grupos feministas enquanto importantes fontes de confirmação das escolhas de assumir os cabelos naturais.

*“Aos 11 alisei. Foi uma euforia sem tamanho acordar, olhar no espelho e não ter aquele enorme volume na cabeça. Enfim, todo o sofrimento de horas tinha seu valor [...] No feminismo eu me vi, me empoderei e me dei conta de que eu, como mulher, não viveria mais refém do sistema que nos objetifica”* (CRESPADA 10).

*“Por várias vezes senti dores na cabeça por conta da amarração, era um alívio chegar em casa. Quando não, ia inúmeras vezes no banheiro para molhá-lo. Era uma lida cansativa [...] Meu processo de aceitação começou quando me identifiquei como negra e me empoderei como tal, quando entendi que meu cabelo volumoso e armado era um traço da minha ancestralidade. Aos poucos fui soltando meus cabelos sem precisar molhar, nesse processo me descobri e me construí feminista, me libertei. Aliás, o volume virou aliado”* (CRESPADA 12).

### **3.3 – Do que pari**

Deixar de alisar e soltar os crespos ou cacheados traz inúmeras consequências, tanto para quem decide assumir os cabelos naturais quanto para quem convive, direta ou indiretamente, com esta pessoa. Se trata de uma situação em que padrões sociais naturalizados são colocados em xeque, criando a possibilidade de questionamentos do padrão de beleza vigente e das demais questões relacionadas a ele, como o racismo, por exemplo. Importante frisar que a decisão de assumir os cabelos naturais não parte exclusivamente das crespadas, como aparece nos

depoimentos, mas tem relação com um conjunto de fatores que regem as vidas públicas e privadas destas mulheres.

Por outro lado, assim como elas receberam apoio de muitas pessoas, se tornam também modelos ou inspiração para outras mulheres que desejam ou estejam passando pela transição. Portanto, trata-se de um processo que inicia em algum momento da história, mas é impossível dimensionar quais suas consequências, mesmo que em curto prazo, nas vidas destas mulheres e de quem convive com elas.

*“e senti na pele o estranhamento e o olhar de reprovação de algumas pessoas [...] Mas depois que assumi o meu cabelo, aprendi a me ver como uma mulher que não precisa se prender a nenhum estereótipo, eu estava satisfeita, feliz, livre”* (CRESPADA 2).

*“Ele (esposo), com todo amor e respeito disse ‘Minha princesa raspe sua cabeça, que seus cachos nascerão lindos’ [...] A Auto afirmação é um ato político. Sair de casa todos os dias já é ato de RESISTÊNCIA [...] foi linda a minha LIBERTAÇÃO”* (CRESPADA 3).

*“o que estava em jogo era a minha identidade negra. Este foi um processo longo e difícil [...] tem sempre alguém que te sugere que você vai ficar linda se alisar”* (CRESPADA 4).

*“E hoje meu cabelo é um dos principais motivos da minha auto estima e de muitos elogios que recebo com frequência. Então me olhei no espelho e descobri a beleza que a natureza me ofereceu”* (CRESPADA 5).

As experiências relatadas nos depoimentos apresentam relações de cunho étnico-racial construídas a partir de uma concepção negativa, seja no ambiente familiar, seja no ambiente escolar ou no contexto social das amizades. Estas vivências, declaradamente negativas, assim se construíram tomando por base o conhecimento alheio - “de fora” - a respeito de quem são essas mulheres que compartilham seus depoimentos.

A partir do momento em que elas começam a dizer explicitamente quem são – por meio de palavras orais ou escritas e da estética corporal – as relações se modificam, possibilitando grande diversidade de novas formas de estabelecimentos relacionais. Destas, algumas se apresentam através do racismo, manifestadas como preconceitos, discriminações ou estigmas. Outras, no entanto, se apresentam como convivência grupal específica, em uma unidade que fortalece a própria visão de si, ou constrói novas possibilidades de ressignificação identitária.

*“tenho uma cabeleira que amo, cuido e faço questão de deixá-la livre. Dei alforria ao meu cabelo e isso é incrível!”* (CRESPADA 6).

*“e eu posso dizer que nunca me senti tão bem com ele [...] Hoje vejo que isso não é só sobre cabelo, é a história de meu povo [...] É um presente!”* (CRESPADA 7).



Na experiência de auto identificar-se como negra, a presença e o encontro com outras mulheres negras que confirmem a identidade étnico-racial recém “descoberta” se apresenta como uma possibilidade temporária – e por vezes ilusória – de que é suficiente assumir os cabelos crespos e que a própria sociedade, nas relações estabelecidas diariamente, irá confirmá-la positivamente. Intersubjetivamente, esta atitude das mulheres negras influencia o meio onde estão inseridas, uma vez que a experiência vivida por elas também atravessa a experiência corporal de mulheres não negras.

Então, a inclusão de mulheres brancas nas discussões no campo teórico das relações étnico-raciais se torna visível, por começar a haver o questionamento desta suposta superioridade estética ainda naturalizada. Quando as mulheres negras assumem seus cabelos naturais, provocam, nas mulheres brancas, reações corporais não deliberadas, emoções, às vezes de insegurança, que emergem espontaneamente e, até o momento, ainda não levadas em consideração pela própria ciência psicológica.

A importância de assumir os crespos como ato político – no sentido de forçar a transformação da visão estética de mulheres negras no meio social – é um ponto identificado como fazendo parte desta redescoberta identitária. Portanto, temporalmente falando, não é suficiente deixar de alisar e assumir os fios naturais, partindo do encontro com outras mulheres crespas. O racismo sexista não deixará de existir, nem irá diminuir apenas por este motivo. A liberdade de aproximação com estudos e movimentos sociais é, portanto, um primeiro passo importante, ainda que insuficiente, mas já identificado nos relatos das crespadas.

*“Ao me ver no espelho, com o meu crespo, a felicidade se tornou tão grande que voltei para casa sem fechar os meus sorrisos [...] a coragem de sair as ruas com a minha juba está ajudando a construir uma representatividade para mulheres que só precisam de um incentivo e se sentirem felizes do jeito que são”* (CRESPADA 8).

*“...porém depois comecei a perceber que seu volume e o crespo eram propositais para combinar comigo, vi o quanto era lindo e importante deixá-lo brilhar [...] descobri também o quanto são lindas as mulheres negras e como é difícil se manter nessa posição”* (CRESPADA 9).

*“e o sentimento de quando me olhei no espelho a primeira vez foi de me reconhecer como mulher negra e feminista [...] Me senti linda e me amei [...] Eu lembrei das inúmeras companheiras feministas, negras e empoderadas que serviram de apoio e representatividade”* (CRESPADA 13).

O modo Ato de funcionamento do “self” possibilita a ação deliberada de acordo com as possibilidades, dificuldades e potencialidades percebidas no campo, enquanto interação na fronteira de contato (ALVIM, 2012b). A decisão de parar de alisar envolve o reconhecimento da necessidade de autoafirmação a partir de outro lugar racialmente identitário, agora construído a partir do encontro intersubjetivo com quem é esteticamente semelhante a mim. Este é movimento de mudança da percepção do campo. Enxergar-se na outra é importante. Diferenciar-se dela é

imprescindível. Se esta outra se parece fisicamente comigo e estou “pronta” para abandonar uma identidade racial que sinto que me aprisiona, então o caminho para a ressignificação identitária está aberto. Do contrário, continuo assumindo um lugar que, para mim, é inatingível, pois se refere a uma história – inclusive vivida corporalmente – em que não caibo.

O medo do “desconhecido” – historicamente necessário enquanto objeto de dominação – leva as pessoas brancas à sujeição simbólica das pessoas negras, manifestada a partir da invisibilidade, da negação e da estigmatização do corpo negro. Isto é demonstrado através das formas individuais e institucionalizada do racismo. O branqueamento é, aparentemente, “seguro” e ‘protetor”. Assumir as consequências da autoaceitação identitária negra e mostrar-se explicitamente é sentido como libertador, porém não livra automaticamente as mulheres negras das consequências do racismo que estrutura a sociedade brasileira e se apresenta nas relações diárias.

Abandonar o branqueamento como estratégia para aceitação social pode levar as mulheres negras a questionar quais as suas possibilidades corporais daqui para frente. Reconhecer-se negra nas relações atuais é aprender a recontar sua história, assumindo um posicionamento mais ativo nesta construção, sem almejar um retorno mítico ou romantizado às formas ancestrais de vivências de sua identidade racial. Segundo a compreensão gestáltica do modo de funcionamento personalidade, o autorreconhecimento e as novas formas de estabelecimento de contato possíveis só podem acontecer considerando os hábitos assimilados e as criações na fronteira de contato. Então, o campo atual possibilita ao sistema *self* replicar, reescrever a si mesmo, sem uma pura e simples imitação do passado.

## **REFLEXÕES QUE PEDEM CONTINUIDADE...**

As reflexões realizadas aqui partem de uma compreensão de raça como uma construção social em que as pessoas são tratadas segundo as percepções construídas a partir de suas características fenotípicas e leis históricas do campo mais amplo. No Brasil, esta consideração fenotípica se sobrepõe à ascendência, ou seja, não basta ter avó negra para ser reconhecida como negra, por exemplo. É preciso carregar visualmente as características dessa negritude ascendente e socialmente ser tratada segundo estas características para estar neste lugar. E isto significa carregar muitas dores e violências em seu histórico de vida, presentes de forma mais ou menos velada, em todos os seus contextos de relacionamento, tal como indicado nos relatos das crespadas.

Assim, raça pode ser entendida como um fenômeno coletivo que se mantém, fortalece e renova temporalmente, tomando as corporeidades política e afetivamente enquanto sua concretude relacional mais imediata. As diversas instituições sociais funcionam de forma a manter esta configuração racial, alocando as pessoas em lugares e situações socialmente estruturadas segundo estas características visualizadas. É que o corpo sempre chega primeiro, indicando o tipo de tratamento que cada pessoa irá receber. Se for uma pessoa branca, o tratamento é um. Se for

negra, outro. Portanto, não é suficiente uma pessoa se reconhecer explicitamente em um grupo racial para ser tratada como pertencente a este grupo: é necessário, igualmente, que a estrutura social a coloque e valide este lugar. São os dois aspectos: auto e hétero reconhecimento que possibilitam ser e estar no mundo a partir de um lugar racial contextualizado.

Tomar como base de reflexão as experiências das participantes do coletivo das crespadas permitiu a realização de reflexão teórico-prática de base gestáltica que pode ser útil para a clínica psicológica exercida em qualquer “*setting*”. Os depoimentos publicados no “*Facebook*” foram compreendidos aqui como maneiras particulares de vivenciar as identidades de gênero e étnico-racial dessas mulheres, relatadas a partir do momento histórico em que elas vivem e em trocas relacionais com as pessoas que fazem parte de suas vidas, desde a infância. Fazer os relatos no momento atual privilegia uma expressão reflexiva destas vivências, que passam a ser compreendidas na realidade presente, onde a dor existencial está sendo vivenciada e pode ser ressignificada. As dores, os incômodos, as sensações de estranhamento com o corpo visto no espelho puderam ser nomeadas a partir de experiências de contato e trocas vivenciados no momento presente, em que encontraram espaço de acolhimento para isto.

As temáticas em comum possibilitaram realizar a redução fenomenológica, destacando pontos nevrálgicos deste tipo de construção intersubjetiva, sem perder de vista as singularidades afetivas e políticas apresentadas por cada uma delas. As vivências pessoais de seus reconhecimentos como mulheres negras a partir das experiências com seus cabelos apresentam algumas situações que são comuns a muitas mulheres negras, uma vez que são experiências de um campo vivencial fortemente marcado e estruturado por situações de racismo como construção histórica da sociedade brasileira. As particularidades amazônicas da região em que elas residem incluem uma invisibilização justificada oficialmente pela presença dos povos originários, como se não houvessem possibilidades de coexistência de diferentes povos neste território, sem os apagamentos uniformizantes característicos de construções científicas coloniais, que, em geral, se pretendem universalistas. Por serem imediatamente visíveis, os cabelos crespos e cacheados apresentam a marca de uma existência local que se contrapõe aos relatos oficiais – inclusive históricos – de apagamento das experiências da escravidão e negritudes na região amazônica, gerando um tensionamento que possibilita olhar sob outro prisma para a realidade local, compreendendo-a a partir de epistemologias não-coloniais.

A identidade negra, em um Brasil estruturalmente racista, se constrói em corporeidades políticas, com diversas características fenotípicas, das quais o cabelo é apenas um dos elementos. Estas características são, além do cabelo, a cor da pele – com mais ou menos melanina – o formato do nariz, da boca e quadril femininos. Quanto mais características próximas daquelas colonialmente estereotipadas como pertencentes a pessoas do grupo racial negro, maiores as possibilidades destas mulheres serem alocadas em lugares de estigmatização e violências diversas. Inclusive, as justificativas racistas se utilizam com muita frequência de argumentos fenotípicos para deslegitimar a negritude de pessoas não retintas ou com traços negroides não tão marcados. Ao mesmo tempo, há pessoas

socialmente lidas e tratadas como brancas que se apropriam de traços negros apresentando a genética como argumento, a fim de justificar seu racismo ou seu pseudo pertencimento a um grupo racial socialmente estigmatizado, requerendo os bônus e rejeitando ou não reconhecendo os ônus desta mesma negritude.

Assim, é importante realizar uma reflexão mais abrangente a respeito deste corpo negro – reconhecido ou não como tal – já que ele manifesta, incontestavelmente, um lugar racializado específico para cada pessoa. Neste caso, os desafios para a clínica política psicológica se colocam desde a construção de uma percepção mais apurada a respeito das formas como as relações raciais se estabelecem e alocam as pessoas socialmente a partir de seus pertencimento raciais, reconhecidos a partir do olhar “de fora”. É preciso entender, de uma vez por todas, que a Psicologia como ciência e nossas intervenções profissionais em qualquer setting são naturalmente racializadas a partir do olhar branco. As formas civilizatórias não brancas – negras e indígenas – são frequente desconsideradas e deslegitimadas enquanto processos de vida, o que leva estas pessoas a negarem a si mesmas a fim de se adequarem de forma estereotipada a práticas civilizatórias que as violentam. Estas vivências tem comparecido cada vez mais de diferentes formas como expressões do vivido, mas, por não encontrarem morada adequada, continuam passando despercebidas por uma Psicologia brancocêntrica.

A autopercepção de pertencimento a determinado lugar passa também pelas concepções pessoais de como este campo se configura para si, na sua história de vida e nas pretensões de onde quer chegar. As mudanças na maneira de enxergar o mundo ao seu redor tornou possível às crespadas reconfigurarem a si mesmas desde a maneira como se apresentam socialmente – mudanças na forma de uso dos cabelos – até a maneira como encaram o mundo ao seu redor, assumindo posturas menos submissas e de mais enfrentamento às violências com que se deparavam. Estabeleceram, assim, formas diferenciadas de contato que ora as fortaleceram, ora se mostraram dolorosas. As crespadas trazem em seus relatos reflexões de que, no processo de tornar-se negras, elas, assim como a maior parte das pessoas negras, passam a utilizar estratégias muito mais para se livrar ou fugir das dores do racismo do que para viver e aproveitar momentos felizes. Esta é uma estratégia que as prepara, em tese, para a luta constante, mantendo uma rigidez corporal relatada, na escuta clínica, como cansaço exacerbado.

Reunir-se com quem passava por realidades semelhantes e dedicar-se a estudos teóricos decoloniais foram estratégias de sobrevivência e fortalecimento de si, em grupos de pertencimento e acolhida. Contar com o apoio de outras mulheres negras tornou-se um facilitador no seguimento de seus desejos a respeito da autoidentificação e do lugar social que almejavam ocupar. Procurar e encontrar esta representatividade visual favorece a criação de vínculos acolhedores, uma vez que tende a diminuir a necessidade de rigidez e prontidão para uma batalha que ainda é invisível para pessoas brancas. Configuração relacional semelhante acontece no encontro clínico: profissionais brancos/os tendem a ter mais dificuldade de compreender as nuances específicas das vivências dolorosas de pessoas negras por diversos motivos. Uma clínica política e afetivamente racializada, então, se caracteriza como ética e responsável no acolhimento, cuidados e intervenções

específicas para a pluriversidade da população brasileira. E é importante reconhecer que ainda temos muito o que caminhar nesta direção, se, de fato, pretendemos trabalhar com saúde integral. Esta sé é possível se consideramos e validamos as existências tais como se apresentam a nós, por quem passa por elas. E, em uma compreensão fenomenológica e existencial, existência é contato no campo. E campo vivencial é sempre uma integração de fatores múltiplos, dinâmicos, complexos e inter relacionados. Em uma clínica racializada política e afetivamente, estes fatores são reconhecidos e explicitados.

Historicamente, as formas de luta e resistência de mulheres negras no Brasil assumem diversos formatos, de acordo com o que está disponível no campo. Na sociedade tecnológica em que vivemos a utilização da internet e das redes sociais se configura como mais um espaço de luta e resistência por uma existência que se caracterize como positiva. As trocas e visibilidades positivas possibilitadas pela internet e pelas redes e mídias sociais potencializam a decisão de assumir-se e fortalecer-se a partir de seus traços fenotípicos naturais. As redes e mídias sociais se configuram, portanto, como espaços de troca e de constituição intersubjetiva potenciais para a reflexão e compreensão de uma clínica gestáltica político-afetiva que priorize as vivências específicas de fenômenos como raça e gênero territorialmente constituídos. Entendo, assim, que a instrumentalização é importante para construir ações e conhecimentos sobre si e sua realidade, além de organizar enfrentamentos a violências estruturais, ainda que não consigam evitá-las.

Quando se trata de Amazônia, ainda há estranhamento a respeito da população negra que tradicionalmente habita este espaço geográfico. Em parte devido o desconhecimento de que a colonização portuguesa nesta região também utilizou intensamente mão de obra negra como escrava, que se rebelou, que fugiu do cativo e se aliou às populações indígenas locais, em alguns casos. A miscigenação, propagada eficientemente pelo mito da democracia racial que perdura no Brasil até os dias atuais, tem conseguido criar a “morenidade” amazônica a partir da adoção de termos invisibilizadores das muitas experiências de vida possíveis na região. Este trata-se de um aspecto da vida social na região que ainda necessita de olhares mais aprofundados da Psicologia.

Na clínica gestáltica, que prima pela validação, confirmação e acolhimento do fenômeno humano manifestado pela pessoa que o vivencia, este tipo de experiência ainda não tem tido a atenção devida e merecida, contribuindo para a manutenção da produção de um sofrimento emocional que ultrapassa a ação individual para dar conta dele. Enquanto fenômeno formador e deformador de contatos, o racismo não comparece na clínica gestáltica por uma série de fatores, mas provavelmente todos derivados da estrutura racista em que se baseia a sociedade brasileira, a qual comparece na clínica, paradoxalmente, de maneira invisível – ou invisibilizada, porque negada e deslegitimada. Uma clínica colonial e colonizadora favorece formas desajustadas de contato, sendo disfuncional. Suas intervenções se pautam em práticas psicopatologizantes e psicologizantes, priorizando a medicalização e a privatização da vida e dos afetos.

Numa concepção de construção intersubjetiva dos lugares sociais tanto de clientes quanto de psicoterapeutas, a implicação empática destas/es últimas/os neste campo relacional a partir de um olhar mais acurado para a questão racial se faz urgente e necessária. Do contrário, corre-se o risco de se perder de vista uma das principais contribuições da clínica gestáltica: o encontro genuíno inter humano, que possibilita o crescimento saudável de cliente e terapeuta, em um trabalho a serviço do (a) cliente. Trazendo a afirmativa dos Polster de que “o terapeuta é seu principal instrumento”, faz diferença quando, no trabalho psicoterapêutico, cliente e profissional conseguem construir um vínculo ético-afetivo fluido e criativo, em que as experiências e percepções pessoais de terapeutas não se sobreponham às experiências de dor de clientes.

Vivemos em um tempo histórico e social repleto de tensões que facilmente se espalham, inclusive de forma deturpada. As vivências dolorosas estruturais construídas no tempo social em que vivemos estão abertamente disponíveis e podem ser facilmente acessadas pelos meios tecnológicos. Estar em paz, estar tranqüile é, de alguma forma, ser irresponsável, no sentido de não enxergar e considerar as inúmeras situações de dor e violências estruturais que perpassam as vidas de grupos populacionais específicos. Ter a chance de não se preocupar com sobrevivência é algo que, por si só, apresenta privilégios ou vantagens. O racismo, o sexismo, a norma heterocis, o classismo, o capacitismo, a gordofobia, a xenofobia são formas de violências que organizam as vidas das pessoas de maneira tão intensa que é impossível não ser afetada por todas elas. Óbvio que em lugares existenciais diferentes: sofrendo ou potencialmente praticando as violências. Daí a importância de abandonarmos os discursos privilegiados da falsa igualdade e começarmos a exercitar ações que priorizem a diversidade e a complexa dinâmica dos encontros da vida.

As reflexões iniciadas aqui podem ajudar a levar adiante outras possibilidades de enxergar e intervir com uma população complexa e dinâmica, que se ajusta criativa e constantemente de acordo com as demandas do seu campo vivencial e das suas próprias percepções. Aqui, a proposta foi questionar a Gestalt-terapia no que se refere a estas formas muito próprias e ainda mal ou pouco reconhecidas de ser e estar no mundo, a partir de afetos dolorosos ou amorosos e todas as possibilidades existentes entre estes polos. Desse modo, reafirmo que não existe neutralidade no trabalho acadêmico e clínico em psicologia, sendo responsabilidade de cada profissional identificar e sustentar o seu lugar ético e político de intervenção e reflexão.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ACEVEDO, R., CASTRO, E. (1999). **No caminho de pedras de Abacatal: experiência social de grupos negros no Pará**. Belém: UFPA/NAEA.

AGUIAR, L. (2015). **Gestalt-terapia com crianças: teoria e prática**. São Paulo: Summus.

ALBUQUERQUE, E.C. de. (2013). **Vejo um museu de grandes novidades, o tempo não para... sociopoetizando o museu e musealizando a vida**. Fortaleza: edições UFC.

ALVIM, M.B. (2011). **O lugar do corpo em Gestalt-terapia: dialogando com Merleau-Ponty**. *Revista IGT na Rede*. V8, n 15. p. 227-237. Disponível em: [https://www.igt.psc.br/ojs/include/getdoc.php?id=2050&article=355&mode=pdf\\_](https://www.igt.psc.br/ojs/include/getdoc.php?id=2050&article=355&mode=pdf_) Acesso em 7. de maio de 2017.

\_\_\_\_\_. (2012a). **A clínica como poética. Estudos e pesquisas em Psicologia**. v12. N3. 1007-1023. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1808-42812012000300018\\_](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812012000300018_) Acesso em: 7 de maio de 2017.

\_\_\_\_\_. (2012b). **Corpo, corporeidade**. In: D'ACRI, G.; LIMA, P.; ORGLER, S. *Dicionário de Gestalt-terapia: Gestaltês*. SP: Summus.

\_\_\_\_\_. (2017). **O corpo entre virtualidade e produtividade: experiência e contato na situação contemporânea**. In: FRAZÃO, L.M. (org.) *Questões do humano na contemporaneidade: olhares gestálticos*. São Paulo: summus. 2017.

\_\_\_\_\_. **O id da situação como solo comum da experiência**. In: ROBINE, J. *Self: uma polifonia de gestalt-terapeutas contemporâneos*. São Paulo: Escuta. 2018. p. 345

BAPTISTA, M. N.; CAMPOS, D.C. **Metodologias de Pesquisa em Ciências: análises quantitativa e qualitativa**. RJ: LTC, 2010.

BELMINO, M.C. (org.) (2015). **Gestalt-terapia e atenção psicossocial**. vol 1. Fortaleza: Premius.

\_\_\_\_\_. (2014). **Fritz Perls e Paul Goodman: duas faces da Gestalt-terapia**. Fortaleza: Premius. 2014.

BENTES, N. (2013). **Aspectos da trajetória da população negra no Pará**. Belém: UFPA/GEAM.

CAMPELO, M.M.; JESUS, R.J. DE; DEUS, Z.A. de. (orgs.) (2014). **Entre os rios e as florestas da Amazônia: perspectivas, memórias e narrativas de negros em movimento**. Belém: UFPA/GEAM.

CARNEIRO, S. (2003). **Enegrecer o feminismo: a situação da mulher negra na América Latina a partir de uma perspectiva de gênero. Racismos contemporâneos**. Rio de Janeiro: Takano Editora, v. 49, p. 58. Disponível em: <http://www.unifem.org.br/sites/700/710/00000690.pdf>. Acesso em: 02 de abril de 2017.

- \_\_\_\_\_. (2011). **Racismo, sexismo e desigualdade no Brasil**. São Paulo: Selo negro. Consciência em debate.
- CASTELLS, M. (2009). **Comunicação Móvel e Sociedade: uma perspectiva global**. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.
- CERQUEIRA, D. (org.) (2018). **Atlas da Violência 2018**. Brasília: Ipea/FBSP.
- CRESPADAS. (2016). **Depoimentos**. Recuperado de [https://www.facebook.com/crespadas/photos/a.1122332847788840.1073741828.1122321087790016/1179140948774696/?type=3&theater\\_](https://www.facebook.com/crespadas/photos/a.1122332847788840.1073741828.1122321087790016/1179140948774696/?type=3&theater_) Acesso em: 16 de setembro de 2016.
- DALTRO, L.M. (2016). **Yes, we can: a transição capilar da mulher negra na mídia tradicional e nas redes sociais. Monografia de graduação em Comunicação Social – habilitação em Relações Públicas**. Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Faculdade de Biblioteconomia e Comunicação.
- DE LUCCA, F.J. (2012). **A estrutura da transformação: teoria, vivência e atitude em Gestalt-terapia à luz da sabedoria organísmica**. São Paulo: Summus.
- FERRAZ, P. (2012). **Gestalt-terapia**. In: D'Acri, G., Lima, P. & Orgler, Sheila. *Dicionário de Gestalt-terapia: gestaltês*. 2ed. São Paulo: Summus.
- FRAZÃO, L. M. (1997). **Funcionamento saudável e não saudável enquanto fenômenos interativos**. *Revista do III Encontro Goiano da Abordagem Gestáltica*. Ano 3.
- GIL, A.C. (2016). **Como elaborar projetos de pesquisa**. 5ed. São Paulo: Atlas.
- GONZALEZ, L. **Por um feminismo afro-latino-americano**. Caderno de Formação Política do Círculo Palmarino, Embu das Artes, p. 12-20, 2011. Disponível em [https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/271077/mod\\_resource/content/1/Por%20um%20feminismo%20Afro-latino-americano.pdf](https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/271077/mod_resource/content/1/Por%20um%20feminismo%20Afro-latino-americano.pdf). Acesso em 02 de abril de 2017.
- HOOKS, b. **Erguer a voz: pensar como feminista, pensar como negra**. Tradução de Cátia Bocaiúva Maringolo. São Paulo: Elefante. 2019.
- IPHAN – Instituto do Patrimônio Histórico e Artístico Nacional. **Dossiê de Registro: Marabaixo**. Brasília/DF: IPHAN. 2018.
- LE BRETON, D. (2016). **Antropologia do corpo**. 4ed. Petrópolis, RJ: Vozes.
- LIMA, N.S. de. (2008). **Fenomenologia e método fenomenológico**. In: Scarparo, H. (org.). *Psicologia e pesquisa: perspectivas metodológicas*. 2ed. Porto Alegre: Sulina. p. 105-111.



- LIMA, N.T. (2015). **Identidade e mudança: o corpo em perspectiva histórica**. In: Santana, B. *Quando me descobri negra*. São Paulo: Sesi-SP editora.
- MERLEAU-PONTY, M. (1999). **Fenomenologia da percepção**. [tradução Carlos Alberto Ribeiro de Moura]. 2ed. São Paulo: Martins Fontes.
- MISKOLCI, R. (2013). **Novas conexões: notas teórico-metodológicas para pesquisas sobre o uso de mídias digitais**. Revista Cronos, v. 12, n. 2. Disponível em: <https://periodicos.ufrn.br/cronos/article/view/3160>. Acesso em 7 de maio de 2017.
- MÜLLER-GRANZOTTO, M.J.; MÜLLER-GRANZOTTO, R.L. (2012). **Clínicas Gestálticas: sentido ético, político e antropológico da teoria do self**. São Paulo: Summus.
- MUNANGA, K. (2012). **Prefácio**. In: GOMES, N.L. *Sem perder a raiz: corpo e cabelo como símbolos da identidade negra*. 2ª ed. Belo Horizonte: Autêntica. Coleção Cultura Negra e Identidades.
- PERLS, F.S. (1977). **Isto é Gestalt**. São Paulo: Summus.
- PERLS, F. S., HEFFERLINE, R., GOODMAN, P. (1997). **Gestalt-terapia**. [tradução de Fernando Rosa Ribeiro]. São Paulo: Summus.
- PIMENTEL, A. (2005). **Nutrição Psicológica: desenvolvimento emocional infantil**. São Paulo: Summus.
- POLSTER, E., POLSTER, M. (2001). **Gestalt-terapia integrada**. 2ª reimpressão. São Paulo: summus.
- RAIMUNDO, V.J, GEHLEN, V., ALMEIDA, D. (2013). **Mulher negra inserção nos movimentos sociais feministas e negros**. Cadernos de Estudos Sociais, p. 1-8. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/psoc/v22n3/v22n3a05.pdf>. Acesso em: 7 de maio de 2017.
- RIBEIRO, E. da C. (2007). **A perspectiva de intersubjetividade na abordagem gestáltica**. Revista IGT na rede. v.4, n.6. p. 2-5. Disponível em: <http://www.igt.psc.br/ojs/viewarticle.php?id=113>. Acesso em: 7 de maio de 2017.
- RIBEIRO, W. F. da R. (1993) **Gestalt-terapia no Brasil: recontando a nossa história**. Encontro Nacional de Gestalt-terapia, 1, Recife, Pernambuco. Disponível em [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-68672007000200010](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672007000200010). Acesso em: 7 de maio de 2017
- RODRIGUES, H.E. (2013). **Relações entre a teoria de campo de Kurt Lewin e a Gestalt-terapia**. In: FRAZÃO, L.M., FUKUMITSU, K.O. (orgs.). *Gestalt-terapia: fundamentos epistemológicos e influências filosóficas*. São Paulo: Summus.
- SANTANA, B. **Quando me descobri negra**. São Paulo: Sesi-SP editora

SOARES, A. de A. (2014). **O corpo na ritualística do povo Tikuna**. Manaus: Edua.

TÁVORA, C.B. (2014). **Self e suas funções**. In: FRAZÃO, L. M., FUKUMITSU, K. O. *Gestalt-terapia: conceitos fundamentais*. São Paulo: Summus.

TOKITA, M.F. **Mulheres negras**. *Anais do V Simpósio Internacional: lutas sociais na América Latina - Revoluções nas Américas: passado, presente e futuro*. 2013.

Disponível em: [http://www.uel.br/grupo-pesquisa/gepal/v9\\_marcia\\_GVII.pdf](http://www.uel.br/grupo-pesquisa/gepal/v9_marcia_GVII.pdf). Acesso em 17 de fevereiro de 2017.

VELLOSO, M.P., ROUCHOU, J., OLIVEIRA, C. de. (2009). **Corpo: identidades, memórias, subjetividades**. Rio de Janeiro: Mauad X.

VIDEIRA, P.L. (2013). **Batuques, folias e ladainhas: a cultura do quilombo do Cria-ú em Macapá e sua educação**. Fortaleza: edições UFC.

\_\_\_\_\_, P.L.; Ferreira, N.I.B.; Fonsêca, K.N.S. (orgs). **Mulheres negras: fortalezas tecidas de dores, resistências e afetos**. Macapá: UNIFAP, 2019.

XAVIER, G., FARIAS, J.B. , GOMES, F. (orgs) (2012). **Mulheres negras no Brasil escravista e da pós-emancipação**. São Paulo: Selo negro.

## NOTAS

**Livia Cristinne Arrelias Costa** - Psicóloga e Mestre em Teoria e Pesquisa do Comportamento (Psicologia do Desenvolvimento) - UFPA. Gestalt-terapeuta (CCGT/Belém). Psicóloga Clínica e pesquisadora.

### Endereço para correspondência

Livia Cristinne Arrelias Costa

E-mail: [liviaarrelias@gmail.com](mailto:liviaarrelias@gmail.com)

Recebido em: 01/03/2020

Aprovado em: 04/05/2020