



FACULDADE MAUÁ DE GOIÁS
Instituto de Ensino e Pesquisa do Planalto Central LTDA
Bacharel em Psicologia

VITOR HUGO SOARES DA SILVA

**O IMPACTO DO RACISMO ESTRUTURAL NA CONSTRUÇÃO DA IDENTIDADE
DAS MULHERES NEGRAS: UMA VISÃO PSICODRAMATISTA**

ÁGUAS LINDAS DE GOIÁS
2025.2



FACULDADE MAUÁ DE GOIÁS
Instituto de Ensino e Pesquisa do Planalto Central LTDA
Bacharel em Psicologia

VITOR HUGO SOARES DA SILVA

**O IMPACTO DO RACISMO ESTRUTURAL NA CONSTRUÇÃO DA IDENTIDADE
DAS MULHERES NEGRAS: UMA VISÃO PSICODRAMATISTA**

Artigo Científico entregue à Faculdade Mauá de Goiás, como requisito parcial obrigatório para obtenção do certificado de conclusão de graduação em Bacharelado em Psicologia.

Orientador: Quemili de Cássia Dias de Sousa

O Impacto Do Racismo Estrutural Na Construção Da Identidade Das Mulheres Negras: Uma Visão Psicodramatista

Vitor Hugo Soares da Silva¹
Quemili de Cássia Dias de Sousa²

RESUMO

O presente artigo tem como objetivo descrever como o racismo estrutural impacta a construção da identidade das mulheres negras sob a ótica psicodramatista. A pesquisa foi desenvolvida por meio de uma revisão bibliográfica, com abordagem qualitativa, utilizando publicações disponíveis em português na base de dados SciELO, a partir dos descritores “racismo estrutural”, “identidade da mulher negra”, “psicodrama”, “relações raciais” e “interseccionalidade”. Os resultados evidenciam que o processo histórico de escravização e a ideologia da supremacia branca contribuíram para a inferiorização da mulher negra, atravessada por opressões de raça, gênero e classe. Essa realidade resulta em impactos significativos sobre a autoestima, o reconhecimento e a construção da identidade dessas mulheres. Observa-se que o racismo estrutural atua de forma contínua, perpetuando desigualdades e interferindo na saúde mental da população negra. Nesse contexto, o Psicodrama surge como ferramenta psicoterapêutica eficaz para promover o autoconhecimento, o empoderamento e a ressignificação das experiências de opressão. As técnicas psicodramáticas, especialmente a inversão de papéis, possibilitam vivências empáticas e transformadoras, fortalecendo a identidade e contribuindo para o enfrentamento das estruturas racistas. Conclui-se que o combate ao racismo estrutural requer o reconhecimento de suas bases históricas e a promoção de espaços terapêuticos e sociais que reafirmem a dignidade da mulher negra.

Palavras-chave: Racismo Estrutural. Mulheres Negras. Construção Social da Identidade Étnica. Interseccionalidade. Psicodrama.

1 INTRODUÇÃO

O processo de escravização do povo negro no Brasil iniciou-se juntamente com a “descoberta” do país pelos portugueses. “[...] A escravização ocorreu entre os séculos XVI e XIX com a chegada dos africanos traficados pelos portugueses para serem escravizados nos engenhos de cana-de-açúcar.” (Fontoura; Oliveira, 2023, p.116). Percebe-se que nessa época foi determinado aos negros a submissão aos seus senhores de engenho e por isso não apresentavam nenhum valor próprio.

¹ Discente do curso de Psicologia. Faculdade Mauá -GO.

² Orientador (a). Docente do curso de Psicologia. Faculdade Mauá - GO.

Oliveira e Fontoura(2023, p.116) relatam que:

No período da escravização, a classe social dominante era branca, apesar da maior população ser negra. Tentavam justificar as condições precárias que os negros vivenciavam através de ideologias religiosas e racistas, trazendo uma afirmação de superioridade da branquitude e os seus privilégios diante de uma sociedade racista. Diante de um sistema escravocrata, os negros eram vistos como propriedades da branquitude, onde podiam ser vendidos, alugados ou leiloados como mercadorias por seus "senhores" em caso de necessidade (Oliveira; Fontoura, 2023, p.116).

Nesse sentido, vale ressaltar os aspectos relacionados ao caráter estruturante do racismo que impactam diretamente a construção da identidade do povo negro, principalmente das mulheres negras, que eram atravessadas também pelo fator gênero que as tornaram mais inferiores ainda. O sofrimento que o racismo causa a mulheres negras vai muito além de xingamentos, é um sofrimento marcado de forma estrutural e que se desenvolve ao longo da vida, afetando a autoestima dessas mulheres (Rodrigues, 2024, p.31).

O racismo vai atingir o modo como a pessoa se estrutura, ele vai no que lhe dá consciência de identidade, e esse ataque feito constantemente leva a uma desorganização psíquica e emocional que provoca a construção de uma falsa imagem sobre si mesmo (Silva, 2004). Nesse contexto, é possível definir o questionamento a que esta revisão bibliográfica se propõe a responder: como o racismo estrutural interfere na construção da identidade de mulheres negras?

Para diminuir os impactos causados pelo racismo estrutural na construção da identidade das mulheres negras e os prejuízos causados à saúde mental, bem como garantir mais dignidade e conquistar direitos igualitários, é necessário o amplo debate contínuo sobre o tema de forma clara em todas as fases da vida. É urgente que a sociedade apresente diálogos consistentes sobre o racismo para que esse tipo de preconceito não seja transferido de uma geração para outra perpetuando a inferioridade do povo negro e se estruturando como base da sociedade. Para tanto, o presente trabalho se faz extremamente importante para produzir tais diálogos e proporcionar o início de novas discussões com o intuito de desconstruir o fato das diferenças de quaisquer ordens serem motivos de exclusão social (Benedito; Fernandes, 2021).

O presente artigo tem como objetivo geral descrever como o racismo estrutural impacta a construção da identidade das mulheres negras com enfoque nos aspectos relacionados à saúde mental através de uma perspectiva psicodramatista. Para atingir tal finalidade, faz-se necessário o percurso pelos seguintes objetivos específicos: analisar o processo de inferiorização da mulher negra no Brasil; discutir como o racismo estrutural interfere na construção da identidade de mulheres negras; apresentar as contribuições do Psicodrama ao enfrentamento do racismo estrutural.

Este estudo foi elaborado por meio de uma revisão bibliográfica, com abordagem qualitativa, com o intuito de reunir e analisar publicações científicas relevantes sobre como o racismo estrutural afeta o processo de construção da identidade das mulheres negras. A pesquisa baseia-se na exploração de material já publicado, sendo fundamental para a formulação de conceitos e aprofundamento. A busca foi realizada na base de dados Scielo através do acesso eletrônico por meio do google acadêmico, e utilizando os seguintes Descritores em Ciências da Saúde: "racismo estrutural", "identidade da mulher negra", "psicodrama", "relações raciais", "saúde mental da população negra" e "interseccionalidade". Adotou-se os seguintes critérios de inclusão: textos disponíveis somente em português com acesso completo e que abordassem direta ou indiretamente a relação entre racismo estrutural, identidade da mulher negra e/ou práticas psicoterapêuticas com ênfase no psicodrama. Já os de exclusão foram trabalhos duplicados em diferentes bases, resumos de eventos, dissertações e teses sem revisão por pares, textos que não abordassem o tema de forma clara e objetiva e publicações com o viés meramente opinativo, sem embasamento teórico ou metodológico (Gil, 2017).

2 DESENVOLVIMENTO

2.1 Fundamentação teórica

O racismo como base da sociedade atravessa as mulheres negras desde o Brasil Colonial. A violência sexual colonial cometida pelos senhores de engenho contra mulheres negras e indígenas foi naturalizada por meio do mito da democracia racial, o qual oculta as consequências perversas da colonização. Essa construção pode ser observada na erotização da desigualdade de gênero, na romantização da violência sexual contra mulheres negras e na negação do papel dessas mulheres na

formação cultural do Brasil. Tais violências refletem na estrutura da sociedade contemporânea e são motivos de sofrimento psíquico e baixa autoestima para mulheres negras que negam seus corpos e suas próprias características (Carneiro, 2003).

Este processo de inferiorização do povo negro em relação aos demais povos trouxe muitas consequências e desdobramentos à saúde mental das mulheres negras. Uma dessas consequências está na solidão da mulher negra, pois o racismo e o sexismo, enquanto práticas culturais, influenciam diretamente as escolhas afetivas dos indivíduos, o que resulta na preterição da mulher negra e em sua maior exposição à solidão, sobretudo quando comparada a mulheres mais próximas da branquitude (Pacheco, 2008).

As representações culturais influenciam a vida afetiva das pessoas, sendo que, de forma geral, gênero, raça e classe social contribuem para a construção de um imaginário social no qual as mulheres negras são frequentemente associadas ao trabalho doméstico e ao mercado do sexo, sendo excluídas do direito ao afeto. Em contraste, as mulheres brancas são vistas como merecedoras de casamentos e relacionamentos estáveis, revelando uma disparidade que marca o cenário atual (Evaristo, 2005).

O racismo, a discriminação e o preconceito racial causam danos psíquicos significativos, somando-se a outras formas de violência já denunciadas. Esses fatores afetam diretamente a subjetividade e a autoestima da população negra, gerando sofrimento psicológico (Carneiro, 2011). A posição social atribuída à mulher negra na sociedade brasileira está marcada pela rejeição de suas características, o que pode comprometer significativamente sua organização psíquica. Essa condição pode resultar em dificuldades de aceitação de si mesma, baixa autoestima, prejuízos na construção da identidade, além de quadros de depressão e transtornos psiquiátricos (Prestes; Vasconcellos, 2013).

Em 1945, Moreno conduziu um psicodrama público em uma universidade norte-americana intitulado O Problema Negro-Branco: Um Protocolo Psicodramático, no qual abordou o preconceito racial e a condição dos negros nos Estados Unidos. A partir dessa experiência, ele concluiu ser essencial que as pessoas se familiarizem com o papel vivido por uma família negra, não apenas de forma intelectual ou como vizinhos, mas de maneira mais profunda, por meio da vivência e elaboração conjunta desse papel em um contexto psicodramático (Moreno, 1975).

Para abordar os problemas e conflitos relacionados aos grupos étnicos, J. L. Moreno desenvolveu em 1974 o método chamado Etnodrama, que combina o psicodrama com a investigação dos conflitos étnicos. O objetivo do Etnodrama é levar o indivíduo ou grupo a uma maior percepção de si mesmo, auxiliando na construção da autoimagem. Nesse processo, são aplicados os métodos e técnicas próprias do psicodrama (Ribeiro; Vale, 2012).

Uma técnica do Psicodrama muito relevante para trabalhar questões raciais é a inversão de papéis. A técnica possibilita que o sujeito se coloque no lugar do outro, promovendo uma vivência empática. Quando o opressor assume o papel do oprimido, é possível que surjam sentimentos e percepções que o levem a compreender como suas atitudes afetam a vida do outro. Da mesma forma, ao ser colocado no lugar do opressor, o oprimido tem a oportunidade de ocupar um espaço de fala, podendo expressar emoções antes reprimidas. Por isso, essa técnica mostra-se relevante no enfrentamento e na elaboração de questões raciais (Monteiro, 1998).

2.2 Resultados e Discussão

De acordo com Do Carmo e Rodrigues (2021), no Brasil há uma construção social que associa a imagem feminina a certos padrões corporais, como seios e nádegas grandes. Essa visão, contudo, é ainda mais intensa no caso das mulheres negras, que, além de serem valorizadas apenas por atributos físicos, são frequentemente associadas a uma suposta disponibilidade sexual. Essa representação estereotipada contribui para que sejam vistas majoritariamente como objetos de desejo, o que limita seu reconhecimento em outros espaços sociais. Esse processo é conhecido como a hipersexualização da mulher negra, um fenômeno que reforça o racismo e o sexismo estrutural presentes na sociedade brasileira.

O estudo de Do Carmo e Rodrigues (2021) aponta que no mercado de trabalho brasileiro, as desigualdades salariais entre homens e mulheres ainda são expressivas, com as mulheres recebendo, em média, salários significativamente inferiores. Essa disparidade é ainda mais acentuada quando se trata das mulheres negras, que ocupam as posições mais precarizadas e mal remuneradas. A condição de ser mulher negra no Brasil carrega um histórico de opressões que remonta ao período colonial, quando, além de exercerem trabalhos pesados nas lavouras e nas casas dos

senhores, eram também vítimas constantes de violência sexual por parte dos homens brancos.

Na lógica da sociedade estruturada pela supremacia branca e patriarcal, as mulheres negras ocupam uma posição particularmente marginalizada, pois não se encaixam nem nos privilégios atribuídos à branquitude nem naqueles relacionados à masculinidade. Esse lugar de exclusão é compreendido como uma dupla ausência — por não serem brancas e por não serem homens — o que as coloca como o "Outro do Outro". Enquanto mulheres brancas ainda gozam de certo reconhecimento por sua raça, e homens negros por seu gênero, as mulheres negras ficam à margem desses referenciais, sendo historicamente colocadas em um ponto de invisibilidade e subalternidade (Ribeiro, 2017).

O caráter estrutural do racismo afeta de maneira negativa o processo de construção da identidade de mulheres negras. O racismo internalizado, também chamado de racismo pessoal, refere-se a um processo pelo qual, de maneira consciente ou inconsciente, se estabelece uma hierarquia entre brancos e negros, colocando os primeiros em posição de superioridade e os segundos em posição de inferioridade. As mulheres negras, ao serem alvo constante dessa lógica, podem acabar absorvendo essa ideia de inferioridade, acreditando nela e se comportando de forma submissa diante do branco. Além disso, passa a considerar negativas as próprias características étnico-raciais e a valorizar padrões brancos como ideais a serem atingidos. Esse tipo de racismo se manifesta também nas expressões populares da cultura brasileira, como “preto de alma branca” e “inveja branca”, que reforçam a valorização do branco em detrimento do negro (Silva; Santos, 2023).

Ao se discutir a construção da identidade racial, torna-se necessário compreender as estruturas do racismo, especialmente a branquitude. Esta, entendida como uma construção histórica e estrutural, sustenta uma ideia de superioridade racial branca, na qual indivíduos brancos desfrutam de privilégios e acesso a recursos materiais e simbólicos herdados de um passado colonial e imperialista. Essa estrutura de poder reforça desigualdades raciais e perpetua a assimetria nas relações entre pessoas negras e brancas, associando a branquitude a um ideal social e relegando a negritude a uma posição inferior (Souza, 1983).

As vivências afetivas que compõem a construção da identidade das mulheres negras são fortemente impactadas pelo racismo estrutural, que atua de forma transversal em suas experiências. Esse tipo de racismo influencia diretamente os

padrões de relacionamento, inclusive no âmbito familiar, afetando a forma como a identidade é formada. A neutralidade na identificação é rompida, sendo substituída por marcas de diferença, inferioridade e subalternidade, sempre em relação ao branco e à branquitude, que passam a funcionar como referências para a definição e autodefinição da mulher negra (Souza, 1983).

A matriz de identidade, conceito do Psicodrama de Jacob Levy Moreno, é entendida como a base social fundamental para o desenvolvimento da criança, funcionando como o ambiente em que ela estabelece suas raízes. No processo de formação do sujeito, essa matriz está relacionada aos aspectos fisiológicos, psicológicos e socioculturais refletidos no contexto cultural em que o indivíduo está inserido. É nesse ambiente que ocorre o aprendizado emocional inicial, construído por meio dos vínculos entre o sujeito e as pessoas significativas em seu meio social. Assim, a matriz de identidade configura a primeira rede relacional que conecta o sujeito ao mundo externo (Moreno, 1975).

Moreno (1975) acredita que a “placenta social” é essencial para a construção da identidade, pois é nesse espaço que o sujeito assimila e desenvolve os papéis que desempenha nas relações sociais. A matriz de identidade é dividida em três fases, sendo a última a inversão de papéis, na qual ocorre o reconhecimento do outro por meio da troca de papéis. Nessa etapa, o sujeito interpreta o papel do outro diante de uma terceira pessoa que, por sua vez, representa o seu papel. Além disso, o sujeito pode aceitar que outro indivíduo assuma seu papel. Para Moreno, as redes relacionais em que o sujeito está inserido exercem influência na formação da identidade e dos papéis sociais, o que implica que os responsáveis pela educação têm o poder de formar pessoas com atitudes racistas ou, inversamente, que atuem contra o preconceito racial.

O Psicodrama pode ser compreendido como um instrumento de autoconhecimento e empoderamento para a população negra, funcionando como um espaço de resgate da expressividade historicamente silenciada pelo racismo. Ao possibilitar que o sujeito represente e reelabore situações vividas, o Psicodrama promove o reconhecimento de emoções reprimidas e fortalece a identidade individual e coletiva. Essa abordagem favorece a reconstrução de narrativas pessoais e sociais, permitindo que sujeitos historicamente marginalizados acessem um lugar de fala legítimo, onde podem ressignificar suas vivências e fortalecer sua autoestima e pertencimento. Dessa forma, o Psicodrama não apenas auxilia no desenvolvimento

emocional, mas também atua como uma ferramenta de transformação social e combate às estruturas opressoras (Oliveira; Fontoura, 2023).

3 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do exposto é importante destacar que o racismo estrutural atinge a identidade da mulher negra de forma profunda e contínua deixando marcas psicológicas e emocionais que interferem no processo de valorização e reconhecimento de suas características físicas, da sua cultura e da sua própria história. Observou-se que a inferiorização da mulher negra é histórica e vem se perpetuando de uma geração para outra. O referencial da branquitude funciona como um ideal de identidade e poder que proporciona a internalização do sentimento de inferioridade que as mulheres negras carregam.

Nesse contexto o Psicodrama surge como uma ferramenta psicoterapêutica poderosa, pois permite que essas mulheres expressem emoções reprimidas, ressignifiquem suas vivências e fortaleçam sua identidade. As técnicas psicodramáticas, especialmente a inversão de papéis, promovem empatia e reconstrução simbólica das relações raciais, agindo como instrumento de transformação social. A interseccionalidade entre raça, gênero e classe é essencial para discutir a complexidade das opressões que atravessam a mulher negra. Sugere-se que novas discussões e debates tanto a nível científico como social, sejam levantadas acerca dessa temática tão relevante, é imprescindível que a sociedade dialogue sobre suas estruturas opressoras com o intuito de garantir a valorização e os direitos da mulher negra em sua totalidade.

REFERÊNCIAS

BENEDITO, Maiara de Souza; FERNANDES, Maria Inês Assumpção. **Psicologia e racismo: as heranças da clínica psicológica**. Psicologia: Ciência e Profissão, v. 40, e229997, 2021.

CARNEIRO, Sueli. **Enegrecer o feminismo: a situação da mulher negra na América Latina a partir de uma perspectiva de gênero**. In: Racismos contemporâneos. Rio de Janeiro: Takano Editora, 2003. p. 49–58.

CARNEIRO, Sueli. **Racismo, sexismo e desigualdade no Brasil**. São Paulo: Selo Negro, 2011.

DO CARMO, Natália Alves; RODRIGUES, Oswaldo da Silva. **Minha carne não me define: a hipersexualização da mulher negra no Brasil**. O Público e o Privado, Fortaleza, v. 19, n. 40, p. 257–276, set./dez. 2021. DOI: 10.52521/19.5274.

Disponível em:

<https://revistas.uece.br/index.php/opublicoeoprivado/article/view/5274>. Acesso em: 22 maio 2025.

EVARISTO, Conceição. **Da representação à autoapresentação da mulher negra na literatura brasileira**. Revista Palmares, v. 1, p. 52–57, 2005.

GIL, Antonio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2017.

MONTEIRO, Rosane Figueiredo. **Técnicas fundamentais do psicodrama**. 2. ed. São Paulo: Ágora, 1998.

MORENO, Jacob Levy. **Psicodrama**. 1. ed. São Paulo: Cultrix, 1975.

PACHECO, Ana Cláudia Lemos et al. **Branca para casar, mulata para f..., negra para trabalhar: escolhas afetivas e significados de solidão entre mulheres negras em Salvador, Bahia**. Salvador, 2008.

PRESTES, Cintia Regina da Silva; VASCONCELLOS, Elaine. **Mulheres negras: resistência e resiliência ante os efeitos psicossociais do racismo**. Pambazuka News, n. 63, 2013. Disponível em: <https://bit.ly/3n2IKvp>. Acesso em: 25 maio 2025.

RIBEIRO, Djamila. **O que é lugar de fala?** Belo Horizonte: Letramento; Justificando, 2017.

RIBEIRO, Luciana Pereira; VALE, Zuleica Maria Costa. **Um olhar sociopsicodramático sobre as concepções de beleza em famílias negras**. Revista Brasileira de Psicodrama, 2012.

RODRIGUES, Ana Cleide da Silva et al. **Interfaces entre psicologia e racismo: um estudo netnográfico a partir da psicologia sobre a saúde mental das mulheres negras**. Scientia – Revista de Ensino, Pesquisa e Extensão, Sobral, v. 8, n. 14, 2025. DOI: 10.69582/2317-5869.2024.v8.21. Disponível em: <https://publicacoes.flucianofejiao.com.br/scientia/article/view/21>. Acesso em: 27 mar. 2025.

RUSSELL OLIVEIRA, Daiane; THURLER FONTOURA, Ana Maria. **Racismo e resistência: o povo negro no palco psicodramático**. Cadernos de InterPesquisas,

v. 1, 2023. DOI: 10.5281/zenodo.8126527. Disponível em:
<https://esabere.com/index.php/cadips/article/view/18>. Acesso em: 25 mar. 2025.

SILVA, Laís Rafaela Nascimento; SANTOS, Maria Aline de Campos dos. **A percepção do racismo e suas influências na construção da identidade das mulheres negras da cidade de São Paulo**. Revista ACIS, São Paulo, v. 11, n. 1, 2023. Disponível em:
<https://revistaseletronicas.fmu.br/index.php/ACIS/issue/view/196>. Acesso em: 22 maio 2025.

SILVA, Maria Lúcia da. **Racismo e os efeitos na saúde mental**. In: BATISTA, Luiz Eduardo; KALCKMANN, Suzana (orgs.). Seminário Saúde da População Negra do Estado de São Paulo. São Paulo: Instituto de Saúde, 2004. p. 129–132.

SOUZA, Neusa Santos. **Tornar-se negro: ou as vicissitudes da identidade do negro brasileiro em ascensão social**. Rio de Janeiro: Graal, 1983.