

ADOCIMENTO E RACISMO ESTRUTURAL: UM CASO DE UM HOMEM PRETO EM PSICODRAMA BIPESSOAL

ILLNESS AND STRUCTURAL RACISM: A CASE OF A BLACK MAN IN BIPERSONAL PSYCHODRAMA

Daniel Russell Oliveira¹, Gabriela Pereira Vidal²

¹Mestrando em Artes da Cena. Escola Superior de Artes Célia Helena – ESACH.
Contato: psidanielrussell@gmail.com

²Mestra em Psicologia. Viver Mais Psicologia – Professora de Pós-Graduação.
Contato: gabrielavidaal@gmail.com

Resumo

O racismo é uma tecnologia opressiva, enraizada em uma conserva cultural racista, que marginaliza e objetifica os corpos pretos. Dessa forma, a pesquisa buscou investigar as contribuições do psicodrama bipessoal no enfrentamento dos traumas ocasionados pelo racismo estrutural. Foi realizado um estudo de caso de um homem preto, de 35 anos, paciente do primeiro autor. Os registros das sessões de psicoterapia foram analisados sob a perspectiva teórico-técnica do psicodrama. O trabalho destacou a importância do psicodrama bipessoal no desenvolvimento de novas respostas aos estereótipos racistas que foram internalizados, proporcionando ao paciente um território seguro para ser, existir e resistir.

Palavras-chave: conserva cultural racista; psicodrama bipessoal; racismo estrutural.

Abstract

Racism is an oppressive technology, rooted in a racist cultural tradition, that marginalizes and objectifies black bodies. Thus, the research sought to investigate the contributions of bipersonal psychodrama in coping with traumas caused by structural racism. A case study was conducted on a 35-year-old black man, a patient of the first author. The records of the psychotherapy sessions were analyzed from the theoretical-technical perspective of psychodrama. The work highlighted the importance of bipersonal psychodrama in developing new responses to internalized racist stereotypes, providing the patient with a safe territory to be, exist, and resist.

Keywords: racist cultural conservation; bipersonal psychodrama; structural racism.

Editor-associado: (Nome Completo)

Recebido em: 19/07/2024

Aceito em: 10/07/2025

Publicado em: 21/08/2026

Citar: Oliveira, D. R., & Vidal, G. P. (2026). Adocimento e racismo estrutural: um caso de um homem preto em psicodrama bipessoal. *Mosaico: Estudos em Psicologia*, 14(1), 408-426.

Introdução

“A abolição deu ao negro a condição jurídica de cidadão livre, mas sabemos que a liberdade vai muito além disso.”
(Malaquias, 2020, p. 59)

No Brasil, o sistema escravocrata deu início no século XVI, durante o período colonial, no qual os povos africanos foram escravizados e trazidos à força pelos europeus através do tráfico negreiro. Foi um período cruel, violento e completamente desumano, responsável pela escravização de milhares de pessoas. Um sistema escravocrata e de dominação dos corpos pretos que praticou a crueldade por mais de três séculos e que, mesmo após o período da abolição, ainda faz com que as pessoas pretas enfrentem consequências (Barbosa, 2017).

Em 2018, o Ministério da Saúde constatou que as taxas de suicídio entre os adolescentes e jovens pretos aumentaram entre 2012 e 2016, apontando como principal causa o racismo estrutural (Navasconi, 2022). A violência e a discriminação racial impactam negativamente a saúde mental da população preta, gerando baixa autoestima, ansiedade, depressão e traumas psicológicos (Mata & Pelisoli, 2016).

O racismo é uma tecnologia que reforça estereótipos e estigmatizações que são prejudiciais, constituindo uma forma de opressão que marginaliza os sujeitos pretos. É um dispositivo opressivo que impõe uma dominação cultural sobre a população preta, seja na forma de ser, de vestir, nas oportunidades de trabalhos e nos espaços que são definidos como lugares para estar ou não. De acordo com Oliveira e Fontoura (2023), o povo preto, historicamente, é visto como inferior e destinado apenas aos trabalhos braçais. Essa visão faz parte da reprodução de estigmas que, além de afetarem a autoimagem, levam os sujeitos pretos a uma autonegação e ao desejo pelo embranquecimento.

Segundo Ramos (2023), o psicodrama é um método de ação que busca, por meio da dramatização, auxiliar o sujeito na expurgação dos estereótipos racistas que são internalizados em sua subjetividade ao longo do seu desenvolvimento, oferecendo um espaço para que o corpo preto possa se reconhecer e se empoderar.

Assim, o objetivo deste trabalho é apresentar o psicodrama bipessoal como um mecanismo de autoconhecimento e empoderamento ao corpo preto, destacando o palco psicodramático como um espaço de eliminação das conservas culturais racistas, no qual, por meio da ação dramática, possibilita ao sujeito criar suas próprias perspectivas, distante das influências das conservas racistas (Oliveira, 2025).

O Racismo como Conserva Cultural na Matriz de Identidade: Sintoma Social

*"De fato, o comportamento social do homem não é inato. É um sistema de papéis que têm de ser aprendidos e que devem ser inculcados ao recém-nascido."
(Ramos, 2023, p. 63)*

Jacob Levy Moreno, criador do psicodrama, investigou como as pessoas se moldam através das relações sociais, explorando o conceito de "conservas culturais". Ele enfatizou que nas interações sociais, as pessoas aprendem tradições, valores, costumes, histórias e rituais que, segundo o autor (1975), são essenciais para a continuidade da herança cultural.

Embora J. L. Moreno reconhecesse o papel das conservas culturais como forma de proteção, ele questionava se as pessoas seriam capazes de lidarem com mudanças e transformações abruptas. O autor acreditava que essas conservas culturais poderiam limitar a espontaneidade ao reproduzir padrões fixos e repetitivos. Nesse contexto, Vidal (2021) enfatiza a importância de o sujeito desenvolver novas respostas sem estar restrito a padrões rígidos e cristalizados.

As conservas culturais são padrões de comportamentos estereotipados que repetem respostas conhecidas através de costumes, comportamentos, hábitos, pensamentos e ideias (Vidal, 2021). Estes padrões se manifestam de forma contínua e podem resultar na perpetuação de estereótipos que se mantêm consistentes dependendo do contexto.

De acordo com Vomero (2022), as conservas culturais coloniais designam as violências cristalizadas na atualidade, baseadas no colonialismo que criou hierarquias sociais e culturais. Essas conservas reforçam a marginalização e a discriminação de grupos específicos, estabelecendo sistemas de poder que ainda influenciam as relações sociais e políticas.

A conserva cultural colonial (Vomero, 2022) sustenta e reforça várias formas de opressão, incluindo a lesbofobia, o sexismo, a homofobia, a transfobia, a xenofobia, a gordofobia, o etarismo, o capacitismo e o racismo. Assim, ao abordar o racismo, tratamos da reprodução de comportamentos repetitivos e cristalizados que fazem parte da conserva cultural racista, a qual impulsiona o genocídio da população preta (Vomero, 2022). Ou seja, a opressão racial é uma faceta do sistema colonial que ainda influencia a sociedade.

Vomero (2022) introduz o conceito de matriz colonial, que leva os sujeitos pretos a negarem sua identidade racial e buscarem ideais brancos. A autora argumenta que é impossível uma pessoa preta se desenvolver emocionalmente em uma matriz de identidade onde o EU ideal é branco. Afinal, como a população preta pode se reconhecer em uma matriz que exclui, silencia e mata seus corpos?

A matriz de identidade é um conceito de Moreno (1975) que, segundo o autor, é a rede relacional primária da criança, conectando-a ao mundo externo e refletindo fatores fisiológicos, psicológicos e socioemocionais. De acordo com Oliveira e Fontoura (2023), é o período em que ocorre o aprendizado emocional inicial através dos vínculos significativos no contexto social da criança.

Para Moreno (1975), a matriz de identidade é a placenta social, um processo essencial na formação da identidade, que permite o sujeito assimilar e desenvolver os papéis sociais. As redes relacionais influenciam a construção da identidade e dos papéis sociais que serão interpretados no palco da sociedade (Fonseca, 2012). Portanto, o ambiente ao qual a pessoa está inserida é responsável por formar papéis sociais racistas ou antirracistas.

Nesse sentido, em uma sociedade racista, na qual o racismo é algo aprendido e que faz parte de uma conserva cultural que exerce padrões de comportamentos estereotipados sobre os corpos pretos, os sujeitos que reproduzem comportamentos racistas adotam esses padrões no contexto social em que vivem. Segundo Ribeiro (2019, p. 19), “é impossível não ser racista tendo sido criado numa sociedade racista”.

De acordo com Ribeiro (2019), essa é uma questão social que atinge não só a população preta, mas também afeta a sociedade como um todo. O racismo é um sintoma de desigualdade,

preconceito e discriminação que está enraizado nas estruturas sociais, políticas e econômicas. Portanto, não é possível falar sobre o racismo sem antes classificá-lo como uma cultura de escravização e de dominação dos corpos pretos, que foi desenvolvida e promovida socialmente ao longo das gerações.

O racismo é manifestado através de políticas, práticas e instituições que perseguem e prejudicam os grupos raciais minoritários, ao mesmo tempo que mantêm as vantagens e privilégios das pessoas brancas (Almeida, 2019). O racismo estrutural manifesta-se em políticas habitacionais, sistemas educativos desiguais, práticas laborais discriminatórias e outros aspectos da vida pública. É uma estrutura historicamente moldada para a escravização e apoiada por sistemas, instituições, estruturas e políticas que continuam a perpetuar a escravização das pessoas pretas, muitas vezes de forma deliberada (Almeida, 2019).

Segundo Almeida (2019), é fundamental que as pessoas saibam distinguir o racismo institucional do racismo estrutural. O autor destaca que a diferenciação entre os termos é importante, pois cada um apresenta fenômenos sociais distintos. Nesse sentido, Almeida (2019) apresenta um racismo multifacetado que permeia todos os níveis da sociedade. O autor ainda argumenta que o racismo pode ser dividido em três conceitos principais: racismo individualista, racismo institucional e racismo estrutural. Cada um destes conceitos representa um aspecto diferente do problema, contribuindo para a perpetuação da desigualdade racial.

O racismo individualista se refere a atitudes discriminatórias baseadas na etnia, que podem ser explícitas (como insultos e preconceitos) ou sutis (como microagressões e estereótipos). Já o racismo institucional envolve práticas, políticas e normas em instituições sociais que resultam em tratamentos desiguais com base na etnia, mesmo sem intenção explícita. Por outro lado, o racismo estrutural é mais amplo e difuso, enraizado nas estruturas sociais, econômicas e políticas da sociedade, perpetuando desigualdades em áreas como educação, habitação, saúde e oportunidades socioeconômicas. No entanto, por mais que o racismo seja apresentado de forma multifacetada, as dinâmicas da opressão estarão sempre interligadas, contribuindo para uma cultura que normaliza a desigualdade racial (Almeida, 2019).

Ao encarar o racismo como um sintoma social, podemos compreender que não é apenas um comportamento individual, mas um sintoma de um problema social que reflete a persistência de desigualdades estruturais, históricas e culturais na sociedade. Esta compreensão ajuda-nos a perceber que o racismo não é apenas um problema das pessoas que reproduzem os padrões de comportamentos racistas, mas também está incorporado nas próprias estruturas sociais e nas normas que as reforçam.

Conservas Culturais e Estereótipos sobre os Corpos dos Homens Pretos

"A desgraça e a desumanidade do branco consistem em ter matado o homem em algum lugar. Consiste, ainda hoje, em organizar racionalmente essa desumanização."
(Fanon, 2008, p. 190)

A masculinidade preta foi influenciada por um imaginário colonial, que é reproduzido nas relações sociais e responsável por manter a desigualdade sócio-racial. Essa perspectiva colonizada estereotipou e distorceu a identidade dos homens pretos ao longo da história. Nesse contexto, Rodrigues (2020) ressalta a importância de questionarmos a hierarquia racial que foi estruturada, na qual os brancos foram colocados no lugar de poder, e os pretos, em posições de subordinação, subalternização e subserviência.

De acordo com Barreto (2022), é necessário não apenas questionar essa estrutura, mas também construir novas identidades masculinas pretas, nas quais os estereótipos sexistas e racistas que estão cristalizados possam ser desafiados. Dessa forma, o autor destaca que a masculinidade preta foi completamente moldada pelo eurocentrismo, o qual influenciou, ao longo dos séculos, o imaginário do masculino ideal, o que perpetua estigmatizações como a hipersexualização.

Dessa forma, os estudos sobre masculinidades pretas não devem exercer uma dinâmica dicotômica, pois as experiências dos homens pretos, sejam eles heterossexuais ou LGBTQIA+, estão interligadas e não podem ser separadas quando destacamos o que é ser homem preto em uma sociedade racista (Rodrigues, 2020). São masculinidades construídas a partir do lugar do não pertencimento, do abandono, do abuso, das rejeições, das faltas e das imposições. Isso quer dizer que, quando abordamos as dificuldades e violências que os homens pretos enfrentam, não podemos separá-las por orientação sexual ou identidade de gênero, porque todas foram atravessadas pela tecnologia opressiva, racista e patriarcal.

Nesse contexto, Fanon (2008) aponta uma lógica colonial que foi normalizada sobre o homem preto e que vem sendo reproduzida nos dias atuais, ao qual esse corpo foi relacionado como um elo entre o macaco e o homem. Ou seja, o homem preto é visto de forma animalizada, como se não fosse totalmente humano. Esse viés faz parte de uma concepção de humanidade eurocêntrica, na qual o homem branco é classificado como padrão e o homem preto como um desvio, o que contribui para a desumanização, o silenciamento emocional e a objetificação desses corpos, perpetuando a discriminação.

Rodrigues (2020) argumenta:

É importante ressaltar, que na maioria das vezes essa virilidade é associada ao tamanho do órgão sexual masculino. Espera-se que as proporções penianas do homem negro sejam "compatíveis" com a sua masculinidade, então virilidade, potência sexual e tamanho do pênis devem ser proporcionalmente equiparadas (Rodrigues, 2020, p. 273).

Para o autor, o corpo do homem preto é constantemente treinado, moldado e cultivado para transmitir imagens de energia, força e vigor, associadas ao trabalho braçal e à força física, reforçando os estigmas racistas de masculinidade desejada e almejada ao corpo do homem preto, ao qual os expõe às violências urbanas e a fixação do pensamento de que, por serem considerados viris, não podem broxar no ato sexual, o que acaba fazendo com que sejam vistos de forma exotificada e erotizada.

Estigmatizar os homens pretos como sendo adequados apenas para o trabalho braçal faz parte de uma conserva cultural racista que, além de desprezar suas habilidades intelectuais, ignora e restringe as oportunidades (Vomero, 2022). É uma visão distorcida que perpetua a desigualdade e enxerga o homem preto como violento, agressivo e incapaz de exercer um funcionamento intelectual.

Os estereótipos não estão limitados apenas ao aspecto simbólico, mas também se manifestam por meio de efeitos concretos na vida dos homens pretos. Segundo dados do Fórum Brasileiro de Segurança Pública (2019), as mortes de negros, ocasionadas pela polícia, somam um percentual de 75,4%, enquanto as de brancos representam 24,4%. Ou seja, isso evidencia uma seletividade racial e o quanto os corpos pretos são vulneráveis à letalidade policial no Brasil. Isso destaca que, no imaginário social e institucional, a negritude é associada ao perigo e ao crime, o que determina as práticas discriminatórias, reforçando a vigilância e o controle sobre os corpos pretos.

Expressões como “serviço de preto”, bem como os termos “negão”, “crioulo” e “mulato”, além de reforçarem estigmas eróticos, fortalecem discriminações que estão enraizados na escravização, perpetuando a marginalização e a criminalização dos corpos pretos. Essas estigmatizações refletem uma conserva cultural colonial que desumaniza e afeta a autoestima dos homens pretos (Vomero, 2022). Além disso, os homens pretos são atravessados pelas interseccionalidades com outros marcadores como a sexualidade, a deficiência e a identidade de gênero, enfrentando invisibilidade, violência e discriminação que estão interligadas ao racismo.

Método

Tratou-se de pesquisa qualitativa no formato de estudo de caso que utilizou o psicodrama bipessoal como metodologia principal (Contro, 2009). O psicodrama guiou tanto a intervenção quanto a análise do caso clínico de um homem preto, selecionado com base em critérios de inclusão específicos: ser paciente do primeiro autor, se autodeclarar homem preto e ter mais de 18 anos.

Foram utilizadas as etapas de sessão e os instrumentos do psicodrama bipessoal para nortear as intervenções (Cukier, 2018). Foi adotada uma abordagem direcional centrada em um tema protagonico, utilizando técnicas como inversão de papéis, duplo, espelho, psicodrama interno e dramatização, típicas do psicodrama bipessoal (Rodrigues, 2007).

A coleta de dados ocorreu através de registros detalhados das sessões, enfatizando intervenções específicas e percepções relacionadas ao caso. A análise dos dados foi embasada no referencial teórico-técnico do psicodrama.

A utilização dos dados provenientes das sessões de Psicodrama foi condicionada à assinatura de um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), conforme a Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde. O estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (CEPSH), parecer número 6.637.411, garantindo anonimato e informação completa sobre a pesquisa e seus procedimentos. A participação foi voluntária, permitindo desistência a qualquer momento, sem consequências.

Resultados e Discussão

O paciente, um homem preto de 35 anos, iniciou o processo psicoterápico devido aos sinais de ansiedade e baixa autoestima que estava apresentando. O primeiro contato foi através do WhatsApp, no qual foi estabelecida uma conversa e, no decorrer do diálogo, o paciente relatou que seria sua primeira vez na terapia. A primeira sessão foi agendada no formato on-line e, logo nesse primeiro encontro, foi explicado como funcionaria o trabalho e os demais encontros.

O processo iniciou em agosto de 2022 e estendeu-se até novembro de 2023, no qual, ao longo das sessões, foi destacado que os sintomas de ansiedade e baixa autoestima que o paciente apresentava estavam relacionados às experiências de discriminação e inferiorização que haviam sido vivenciadas por ele no decorrer de sua vida, evidenciando atravessamentos associados à exclusão, à estigmatização e silenciamentos, que ressoavam diretamente nos sentimentos de inadequação, insegurança e na percepção negativa que o paciente carregava de si mesmo.

Além disso, os estereótipos sobre a masculinidade preta foram apontados como desencadeadores e mantenedores do sofrimento psíquico, contribuindo para o desenvolvimento dos sintomas ansiosos e da autoimagem negativa. Assim, considerando que o processo se estendeu por um período significativo e abrangeu outras temáticas, os relatos que serão fornecidos ao longo dos resultados e das discussões referem-se a duas sessões de psicoterapia: a oitava e a décima quarta, nas quais os temas protagonicos foram os atravessamentos percebidos pelo paciente como diretamente ligados ao racismo estrutural em sua vida.

Oitava sessão: Linha da Vida

O diretor inicia a sessão com um exercício de aquecimento para ajudar o paciente a se concentrar. São feitas perguntas como: "O que você está sentindo agora?" e "O que percebe em seu corpo?". Em seguida, foram sugeridas respirações lentas e pausadas, pedindo ao paciente que observasse o ambiente ao seu redor, verbalizando o que via.

Segundo Cukier (2018) o aquecimento é a etapa inicial de uma sessão de psicodrama bipessoal, servindo como uma preparação técnica. A autora destaca que, devido às tensões do dia a dia e aos conflitos intrapsíquicos do paciente, o aquecimento auxilia a desconectar-se dos fatores externos, preparando-o para abordar os temas a serem trabalhados.

Neste sentido, Perazzo (2010) ressalta a importância do uso dos iniciadores de aquecimento para o domínio do manejo em psicodrama. O autor explica que um tipo de iniciador não opera em tempo diferente do outro, eles operam em conjunto, de forma conectada. Assim, quando utilizado o iniciador corporal neste caso, aquecendo o corpo do paciente e fazendo com que se conecte com as sensações presentes, aciona-se também o iniciador emocional.

Cukier (2018) destaca que o psicoterapeuta também enfrenta desafios semelhantes, precisando ajustar e adaptar-se ao papel de terapeuta. A autora enfatiza a importância de o psicoterapeuta desvincular-se dos papéis cotidianos para se concentrar totalmente no atendimento. Assim, tanto o paciente quanto o psicoterapeuta precisam passar por um processo de desaquecimento para se prepararem para o momento presente.

Após a atividade, o diretor perguntou ao paciente como ele estava se sentindo. Ele respondeu: “Estou um pouco melhor, mas daqui a uma semana tenho uma prova na faculdade e não sei se serei capaz de passar”. Questionou-se o que significava para ele pensar que não conseguiria. Ele respondeu: “Significa que sou um fracasso. Na verdade, sempre me senti assim.”.

Para o aquecimento específico, foi proposto ao paciente a atividade “linha da vida” para explorar o sentimento de fracasso. Solicitou-se que ele pegasse papel e caneta e listasse as experiências que geraram esse sentimento, começando pela mais antiga até chegar na mais recente. Segundo Rosset (2015), essa técnica auxilia na investigação dos eventos significativos, sejam positivos ou negativos, que marcaram a vida do sujeito. Após listar as experiências, foi solicitado ao paciente que compartilhasse o que havia escrito. Ele mencionou uma cena marcante: aos 11 anos, sofreu agressões físicas e verbais na escola devido à sua cor de pele.

A partir do relato, iniciou-se a dramatização. Foi proposto ao paciente que assumisse o papel da criança agredida e o diretor iniciou uma entrevista com ela. Foram passadas as instruções sobre a técnica e feitas algumas perguntas para ajudar no aquecimento do papel, como: “Como essa criança, aos 11 anos, olharia para mim?” e “Qual seria a postura corporal dela?”. Segundo Cukier (2018) a inversão de papéis permite vivenciar o papel do outro e revelar dados sobre o próprio papel do sujeito.

Enquanto o paciente assumia o papel da criança, o diretor perguntou como ele se sentia ao saber que foi agredido na escola por ser preto. A criança respondeu que foi chamada de “macaco”, sendo agredida fisicamente e verbalmente. Quando o diretor perguntou se ele contou aos pais, a resposta foi que o pai disse que se ele chegasse chorando ou relatando a agressão, ele também seria

agredido, dizendo que "homem não chora". Ao questionar o que fez após isso, a criança respondeu: "não fiz nada, não havia o que fazer". Ao continuar, o diretor comentou que ele precisava de proteção e a criança concordou, dizendo que ninguém estava disposto a protegê-la. Quando o terapeuta questionou como era saber que não havia ninguém para protegê-la, a criança respondeu: "sempre me senti sozinha e sempre achei que não merecia amor".

O relato da violência na infância do paciente revela sentimentos de rejeição e inferioridade, demonstrando como o racismo age como uma forma de opressão com impactos que podem ser profundos e duradouros na saúde mental e no desenvolvimento de crianças pretas, expostas a constante rejeição, exclusão e discriminação (Pereira et al., 2023). Segundo Pereira et al. (2023), a exposição ao racismo e discriminação na infância resulta em uma identidade racial negativa, prejudicando a autoimagem e autoestima da criança preta. As repercussões incluem negação da identidade racial, sentimentos de inferioridade e comportamentos de isolamento.

De acordo com Francisco (2021), episódios de racismo e discriminação são eventos traumáticos que têm um impacto prolongado na vida do sujeito, estendendo-se até a fase adulta. Cukier (2017) acrescenta que traumas da infância, como vergonha, violência ou invalidação, deixam marcas duradouras, influenciando a formação da identidade e a percepção do mundo ao redor do sujeito.

A intersecção entre o racismo e as conservas culturais hegemônicas é evidente quando o paciente relata ter recebido do pai, também um homem preto, a mensagem de que "homem não chora" e que deveria enfrentar a agressão com violência. Essa reação reflete um papel de masculinidade desumanizado e moldado pelo racismo estrutural, que define como um homem preto deve agir, sentir e se relacionar (Fanon, 2008).

Os papéis sociais que o sujeito desempenha são influenciados pela combinação de características individuais e pelo contexto social em que está inserido. Isso revela a dinâmica entre a identidade pessoal e as expectativas sociais, mostrando como esses papéis são construídos e mantidos através das interações entre o sujeito e seu ambiente (Ramos, 2023).

De acordo com Barreto (2022), o racismo estrutural molda as construções sociais, incluindo as representações de masculinidade. A masculinidade preta é frequentemente estigmatizada por narrativas racistas que retratam os homens pretos como violentos e insensíveis. Isso perpetua o estereótipo de que eles devem ser fortes e desprovidos de vulnerabilidades, reforçando ideias de falta de inteligência e propensão à violência.

Todas essas questões, que foram causadas pelo racismo e que permearam a vida do paciente, foram sendo reveladas a partir do aquecimento específico, indicando que o paciente apresentava uma espontaneidade que foi reprimida e prejudicada devido às experiências traumáticas vivenciadas.

Quando ele menciona “não havia o que fazer”, está descrevendo exatamente esse processo de embotamento (Ramos, 2023). A ausência de espontaneidade reduz a capacidade do sujeito de agir de forma adequada às situações e ao contexto social em que está inserido. Portanto, o tratamento psicoterápico deve visar o desenvolvimento da espontaneidade para que o sujeito seja capaz de dar novas respostas a novas situações (Soeiro, 1995).

Durante a sessão, o trabalho com o paciente focou em uma ação reparatória, alinhada com a ideia de elos transferenciais descrita por Perazzo (1994). Nery (2014) aponta que padrões de comportamento repetitivos e transferenciais surgem de cenas nucleares e se estendem para outras áreas da vida, formando uma estratégia de sobrevivência. A frase do paciente, “não havia o que fazer”, reflete uma lógica afetiva internalizada que sugere uma resposta aprendida para lidar com a violência racial. A partir da fala do paciente, torna-se evidente o impacto e o poder simbólico exercido pela figura paterna, que, apesar de ocupar uma posição de autoridade e também ser afetado pelo racismo estrutural, influenciou o paciente a assumir um papel social que sustenta e perpetua as conservas culturais racistas (Oliveira, 2024).

Diante disso, percebe-se que um caminho importante teria sido trabalhar a quebra do poder simbólico que a figura paterna teve, porém no momento, considerou-se que este pai era também influenciado pelo racismo estrutural, além de o protagonista indicar insegurança diante desta figura. Desta forma, dando continuidade à dramatização, o terapeuta solicitou ao paciente que imaginasse a criança com quem estavam conversando sentada ao seu lado e prosseguiram com o diálogo. O diretor perguntou o que a criança estava vestindo e como estava olhando para ele. O paciente respondeu: “ela está de bermuda e camisa regata, com um olhar triste e cansado”.

Quando se perguntou por que a criança parecia triste ou cansada, ele explicou que era por buscar atenção e não conseguir, e por saber que, apesar de seus esforços, nunca receberia o amor e atenção desejados. O terapeuta então questionou se era por isso que a criança se sentia fracassada, e ele confirmou, dizendo que nada parecia ser suficiente. Também mencionou que a criança havia compartilhado que, ao contar algo ao pai, ouviu que ele faria o mesmo se chegasse chorando em casa, pois “homem não chora”. O paciente relatou que isso foi doloroso e não foi a primeira vez, pois uma certa vez ouviu o seguinte do pai: “Um negão desse, chorando?”. Quando questionado se isso fez com que a criança reprimisse seus sentimentos por não se sentir ouvida, o paciente confirmou que sim, dizendo: “a criança tinha que ser forte”.

A compreensão do paciente, que reflete a necessidade de ser forte, é sustentada por uma conserva cultural racista (Ramos, 2023). Essa conserva promove a ideia de que pessoas pretas devem demonstrar fortaleza constantemente, restringindo seu direito de expressar a dor do racismo, verbalizar sentimentos ou chorar. Silva (2022) destaca que essa estigmatização faz parte de uma

cultura colonial que animaliza os sujeitos pretos, impondo a crença de que eles devem suportar tudo sem mostrar fraqueza.

Ao encerrar a dramatização, foi destacado ao paciente que, naquele espaço, ele poderia oferecer à criança o suporte que não teve. Foi solicitado que continuasse olhando para o lado, imaginando uma conversa com sua criança interior (Cukier, 2018). O adulto reconheceu o sofrimento, o abandono e a negligência que a criança havia vivenciado, mas também ressaltou a importância de não desistir dos sonhos e de compreender que não é necessário agradar os outros.

Ao acolher a criança interior, o paciente modifica a lógica afetiva de conduta e quebra o padrão de comportamento influenciado pelas conservas culturais, introduzindo um novo papel social. A cena reparatória facilita a manifestação de uma resposta espontânea, no qual o paciente adota uma nova maneira de lidar com a situação (Perazzo, 2010). Como destacado por Soeiro (1995) e Nery (2014), essa resposta espontânea permite ao sujeito desenvolver respostas novas e apropriadas a situações passadas e atuais, promovendo a evolução psíquica e o enfrentamento dos padrões cristalizados.

Após o acolhimento da criança, o terapeuta solicitou ao paciente que ouvisse o que a criança gostaria de dizer. A criança começou a relatar conquistas do adulto futuro, mesmo sem o apoio desejado. Segundo Cukier (2018), o encontro entre o Eu grande e o Eu pequeno sensibiliza o paciente para suas necessidades da infância, permitindo vivenciar e confrontar situações passadas com o presente.

Acredita-se ainda que os pacientes que sofreram racismo durante a infância só irão compreender essas experiências na fase adulta, muitas vezes já com a espontaneidade extremamente embotada pelo racismo (Malaquias, 2020). Nesse sentido, reconectar-se com o "Eu criança" pode auxiliar o "Eu adulto" na recuperação da espontaneidade perdida (Cukier, 2018), agora com maior consciência racial.

Vomero (2022) ressalta que o desejo pelo embranquecimento que o sujeito preto vivencia é moldado por conservas coloniais e por uma matriz de identidade colonial, que reforçam a negação da identidade racial. Nesse sentido, Nery (2014) indica que a aprendizagem pode modificar papéis, permitindo ao sujeito enfrentar os estereótipos racistas e assumir um papel de empoderamento e reconhecimento da sua identidade étnica.

Durante a sessão, o paciente revelou que o sentimento de fracasso estava ligado ao medo de falhar, de não ser aceito, de não ser um filho perfeito e de demonstrar fraqueza. Ele percebeu que, para evitar a rejeição, acabou introduzindo algumas mudanças físicas, como alisar o cabelo, e reconheceu a dificuldade em dizer não, aceitando coisas para não desagradar. Por exemplo, ele

mencionou que alisou o cabelo para ser aceito pelas meninas da escola, pois elas queriam ficar com meninos de cabelo liso.

Os comportamentos do paciente refletem sinais de baixa autoestima, ligados às conservas racistas que moldam a percepção do sujeito preto e o fazem adotar o branco como modelo de perfeição (Vomero, 2022). A necessidade de se ajustar a padrões estéticos, como alisar os cabelos, revela a pressão que foi internalizada para se encaixar em um ideal de beleza que exclui e não contempla os corpos pretos, além de demonstrar a dificuldade em dizer não e a tendência de se submeter a vontades alheias, refletindo a internalização do estigma racial e o receio de desagradar os outros. De acordo com Souza (1983/2021) e ressaltado por Malaquias (2020), esse processo de embranquecimento que o sujeito preto vivencia é uma forma de tornar-se gente, é uma forma de ser aceito.

Por outro lado, ele também reconheceu suas conquistas ao longo da vida. Como ingressar em uma universidade pública, construir uma família e conseguir um emprego na área que desejava, mesmo não tendo recebido um suporte familiar. Finalizou dizendo que vivenciar esses momentos o ajudou a perceber o seu valor e as inseguranças que foram superadas ao longo do percurso.

Como destacam Moreno, Blomkvist e Rutzel (2001) a realidade suplementar introduz a possibilidade de uma criação que proporcione uma nova forma de vivenciar uma situação: "Trata-se de um mundo que pode nunca ter sido, e nunca pode vir a ser, no entanto, é absolutamente real. Ele tem o poder de redenção" (p. 30). No caso relatado, a partir do encontro com o Eu criança na realidade suplementar, no qual supre um papel de mudança de conservas culturais racistas e lógicas afetivas de conduta, este homem passa a olhar para si em uma perspectiva diferente nos tempos atuais.

Malaquias (2020) e Ramos (2023) destacam que o psicodrama oferece um espaço para a liberação das tensões emocionais causadas pelo racismo e a expressão espontânea, auxiliando no enfrentamento das lógicas coloniais. No palco psicodramático, a pessoa preta pode ser treinada para interpretar novos papéis e condutas, promovendo readaptação, espontaneidade e confiança que podem ser aplicadas na vida real.

O psicodrama permite que a pessoa preta confronte seus medos e ressentimentos, buscando formas de lidar com os estereótipos e as visões autodepreciativas provocadas pelo racismo estrutural (Ramos, 2023). No palco psicodramático, situações de discriminação e violência racial são processadas de forma psicoterapêutica, possibilitando atos espontâneos diante das adversidades (Malaquias, 2020).

Além do psicodrama, como um método importante para intervir nas questões raciais, Malaquias (2020) e Ramos (2023) destacam o sociodrama como uma ferramenta eficaz para eliminar preconceitos e estereótipos, promovendo uma reflexão sobre as conservas culturais racistas. Através

da inversão de papéis, o sociodrama auxilia os sujeitos a reconhecerem e se relacionarem com o outro em sua totalidade e potencialidade, reconhecendo-os como pessoas únicas, sem distorções.

Nesse contexto, esta sessão retrata o que estes autores teorizam, a teoria e prática psicodramática possibilitando um reconhecimento do eu de um homem preto diante da conserva colonial racista e a possibilidade de atos espontâneos diante destes enfrentamentos. Cabe ressaltar que não se tratam de ' finais felizes ' nas cenas, mas sim de maneiras de buscar formas de sobrevivência às violências do racismo estrutural, visto que ele continua na sociedade.

Décima quarta sessão: abandonando o papel de escravizado

A sessão foi iniciada com um aquecimento verbal, e o paciente relatou que, apesar da felicidade por ter avançado na graduação, estava triste devido a uma experiência de racismo vivenciada no dia anterior, durante um evento em uma região nobre da cidade.

Após relatar seus sentimentos, o paciente descreveu que enquanto ele e sua esposa, a qual também é uma mulher preta, se aproximavam do bar, esbarrou em uma mesa onde estava um casal branco. A mulher do casal escondeu sua bolsa, evidenciando um medo de ser roubada. Embora as pessoas ao redor, tanto brancas quanto pretas, tenham manifestado indignação e ameaçado chamar a polícia, o paciente se sentiu impotente e julgado pela cor de sua pele.

O relato do paciente apresenta um comportamento por parte da mulher branca que está associado ao imaginário coletivo colonial, o qual é fortalecido e mantido por diversos meios, incluindo os meios de comunicação, as indústrias culturais e até mesmo o sistema educacional, que perpetuam uma imagem distorcida e estigmatizada dos sujeitos pretos (Almeida, 2019). Esses estereótipos são, muitas vezes, reforçados pelas telenovelas, como por exemplo, quando mulheres pretas são constantemente destinadas ao papel de empregadas domésticas, ou quando os homens pretos são retratados como criminosos ou ingênuos, enquanto os homens brancos são representados como líderes ou galãs. Isso quer dizer que todas essas representações racistas que associam o sujeito preto à criminalidade contribuem para a visão distorcida cultivada pela lógica colonial, que retrata o homem preto como bandido (Fanon, 2008).

A atitude das pessoas que se opuseram ao racismo da mulher destaca a importância da luta antirracista como um compromisso coletivo, visando reconhecer e combater as estruturas de poder que perpetuam a discriminação racial (Almeida, 2019). Ribeiro (2019) afirma que as pessoas brancas devem desnaturalizar seus privilégios e reconhecer as vantagens sistemáticas que possuem, desde o acesso à educação e emprego até a segurança. Esse reconhecimento é essencial para entender a profundidade do problema e a posição necessária dentro da estrutura colonial. Assim, para Almeida (2019), a oposição ao racismo demonstra a necessidade de os sujeitos assumirem a responsabilidade, apoiando as causas antirracistas, desafiando atitudes e comportamentos racistas, mesmo que sutis.

O relato do paciente evidencia o sentimento de impotência gerado pela situação. Segundo Moreno (1975), é importante que o sujeito desenvolva novas respostas para lidar com situações imprevisíveis. No entanto, como uma pessoa preta pode ser espontânea diante de episódios frequentes de racismo que não são causados por ela? Nesse sentido, para Malaquias e Amado (1999), criar novas respostas é o ato de o sujeito preto deixar para trás os estereótipos racistas que foram absorvidos, reconhecendo sua identidade sem ser influenciado pelas conservas culturais racistas e, assim, desenvolvendo e recriando novos papéis a partir desse reconhecimento, por meio do processo de tornar-se negro (Souza, 1983/2021). Portanto, abandonar o papel de escravizado é um ato espontâneo.

Para entender como a situação afetava sua autoimagem, o terapeuta pediu ao paciente que escolhesse um objeto para representar seus sentimentos. Ele trouxe um boneco do Taz, chamado de "perversidade", sugeriu-se, então, que ele colocasse o boneco de frente para a câmera, enquanto "daria voz" ao objeto. Durante a atividade, o paciente relatou que o racismo o aprisionou, impedindo-o de realizar atividades e abandonar um sonho de ter *dreads* por medo da discriminação.

Nesse contexto, a técnica da concretização auxiliou o paciente a materializar, através do objeto inanimado, sentimentos e conflitos que estavam latentes, tornando-os visíveis durante a sessão (Monteiro, 1998). Para Cukier (2018), o psicoterapeuta deve basear-se no conteúdo trazido pelo paciente e explorar o que ele sente e percebe no objeto escolhido. Ao usar o boneco Taz, o paciente atribuiu um significado simbólico ao objeto, revelando sentimentos não verbalizados e permitindo uma análise mais profunda dessas emoções.

A experiência do paciente de ter que abandonar o sonho de colocar *dreads* evidencia um processo que os sujeitos pretos enfrentam ao tentar se encaixar em determinados espaços, seja para autodefesa ou aceitação, implicando em ajustar sua maneira de se vestir, se comportar e se expressar (Souza, 1983). Esse processo é intensificado pela pressão social que está baseada em valores eurocêntricos, gerando no sujeito preto a necessidade de se conformar aos padrões de vestimenta e comportamento considerados "aceitáveis" ou "normais", como forma de evitar ser alvo de preconceito, discriminação ou estereótipos negativos. Tal adaptação pode envolver o uso de roupas mais formais e a adoção de um estilo de fala ou comportamento percebido como mais "educado" ou "civilizado", de acordo com as normas da sociedade branca. No entanto, esse processo de adaptação muitas vezes envolve a negação da própria identidade, fazendo com que a pessoa preta vivencie a pressão de ter que suprimir aspectos do seu próprio eu.

Utilizar *dreads* ou outras formas de conexão com a raiz cultural africana pode ser uma experiência desafiadora para pessoas pretas, em virtude do apagamento da cultura africana no Brasil, que resultou em uma narrativa colonial hegemônica. Essa narrativa retrata as experiências dos sujeitos

pretos a partir de uma única visão, limitando-os à associação com a escravização (Malaquias & Amado, 1999). Este processo privou as pessoas pretas de suas próprias experiências, impedindo-as de escreverem suas próprias histórias e compartilharem suas vivências. A população preta foi forçada a fundamentar sua própria história a partir da história do outro. Isso significa que a história do povo preto perpassa por suas vivências e, principalmente, pelas vivências dos outros. Portanto, é importante que a sociedade possa revisitar um passado que antecede a colonização e a escravização, porque a história dos sujeitos pretos não se limita somente aos chicotes, correntes, troncos e subalternização. Ou seja, existe uma história que foi construída antes do século XV que precisa ser perpetuada, possibilitando ao sujeito preto um reconhecimento e a reinterpretação de suas próprias narrativas e trajetórias de sobrevivência (Almeida, 2019).

Ao identificar o quanto esses papéis sociais racistas influenciaram a percepção do paciente sobre si mesmo, foi proposto pelo diretor que continuassem com a dramatização. Foi perguntado se havia alguém em seu meio relacional em quem ele confiasse, e ele mencionou seu irmão. Sugeriu-se que ele assumisse o papel do irmão, sendo orientado a incorporar a postura, os gestos e as expressões faciais do irmão.

Esta escolha busca trazer uma figura de proteção que possa trazer referências positivas na cena, que auxiliem o paciente a se sentir mais seguro, incentivando sua espontaneidade e criatividade. O movimento do terapeuta pode ser justificado pela perspectiva de que temos aprendizados emocionais em nossos vínculos (Nery, 2014), que neste caso poderiam auxiliar o paciente no enfrentamento de situações de embotamento.

No papel do irmão, o paciente reitera novamente os sentimentos provocados pela situação, destacando que durante muitos anos ele carregou o peso de acreditar que o problema estava nele. No entanto, ele enfatiza que, embora esse não seja o último episódio racista que enfrentará, é importante que compreenda que o problema não está nele, mas, sim na pessoa que está reproduzindo esse tipo de comportamento. A representação do irmão como figura de confiança permitiu ao paciente ressignificar as violências sofridas, fortalecendo seu EU através da reconstrução de narrativas identitárias (Monteiro, 1998), e não como consequência direta das violências.

No final da dramatização, pediu-se ao paciente que retornasse ao seu papel e interagisse com o boneco Taz, representando a perversidade. Ele derrubou o Taz e colocou um novo objeto, representando a si mesmo, em pé. Ao ser questionado sobre a cena, ele disse que o cenário ideal sempre foi o objeto representando-o de pé, mas ele havia sido influenciado pelas mentiras da perversidade. A partir desse momento, reconheceu a necessidade de construir uma nova perspectiva sobre si mesmo, desconsiderando o que a perversidade (racismo) lhe dizia.

O psicodrama bipessoal auxiliou o paciente a perceber como suas perspectivas e desejos foram moldados pela matriz colonial (Vomero, 2022). Facilitou o resgate de sua identidade e fortalecimento da autoestima, permitindo o início de um processo de desconstrução dos estereótipos racistas e o empoderamento ao reconhecer a necessidade de construir suas próprias perspectivas. Além disso, possibilitou a vivência da autonomia, entendida como a capacidade de expressar e valorizar a identidade preta em todos os aspectos da vida, conforme Souza (1983/2021).

No contexto deste caso, o psicodrama bipessoal mostrou-se mais eficaz que o grupal para um paciente com baixo reconhecimento de si mesmo, pois ofereceu um espaço seguro e individualizado para a elaboração do racismo, sem a pressão das dinâmicas coletivas. Essa modalidade permitiu um trabalho focado na reconstrução identitária, embora o psicodrama grupal possa ser benéfico em cenários onde o paciente já apresenta maior consolidação de sua autoimagem. Apesar disso, as questões raciais podem ser abordadas em psicodrama grupal, mas Bettio et al (2023) apontam que a falta de preparo dos participantes pode resultar na reprodução dos estigmas racistas. Portanto, é fundamental que, tanto o terapeuta quanto os participantes, estejam cientes dos impactos do racismo para evitar a perpetuação da violência racial e estejam "aquecidos racialmente" para não reproduzirem essas opressões nas cenas (Oliveira, 2024).

[...] o exercício psicodramático deve ser, também, um processo para que as pessoas que trabalham com Psicodrama possam realizar uma autoavaliação, no sentido de identificarem e confrontarem suas próprias conservas opressoras, como forma de abandonarem o papel de escravistas para não reproduzirem violências no setting psicodramático. Ou seja, esse processo é destacado como um movimento necessário para que ocorra o aquecimento do olhar aquilombado e a eliminação das conservas racistas (Oliveira, 2025, p. 4)

A autonomia que Souza (1983/2021) descreve ocorre de duas maneiras, individualmente e coletivamente. Na autonomia individual, o sujeito preto se reconhece a partir das suas próprias perspectivas, construindo sua autoestima e confiança em si mesmo, assumindo o protagonismo da sua própria identidade. Por outro lado, na autonomia coletiva, o sujeito preto expressa sua identidade no mundo externo sem medo de ser discriminado ou repreendido. Ou seja, isso significa que, na autonomia individual, o sujeito preto vivencia um processo de “aquecimento racial”¹, conforme descrito por Oliveira (2024), preparando-se para assumir esse novo papel no palco da sociedade. Portanto, o psicodrama bipessoal possibilitou ao paciente a exploração e o fortalecimento da sua autonomia para se afirmar como um sujeito preto, antes de expressar essa identidade no contexto social (Souza, 1983/2021). Através desse processo, o paciente pôde confrontar os estereótipos

¹ “Nesse contexto, o termo ‘aquecimento racial’ está sendo empregue como uma forma de preparar os sujeitos para lidarem de maneira mais sensível e informada com as questões relacionadas a temática racial, promovendo o desenvolvimento de empatia e conexão com as experiências dos sujeitos pretos, não apenas intelectualmente, mas também emocionalmente” (Oliveira, 2024, p. 5).

relacionados à sua identidade, aquecendo-se racialmente para enfrentar o racismo e assumir o seu verdadeiro papel perante a sociedade.

Assim, a ação psicodramática revelou um papel que estava cristalizado e adoecido, mas também proporcionou ao paciente a oportunidade de rejeitar de sua subjetividade o papel de escravizado internalizado, imposto à população preta através da conserva cultural racista, assumindo, então, um estado espontâneo e criativo, com um novo papel livre das distorções do racismo (Ramos, 2023). Segundo Malaquias e Amado (1999), é importante que exista um olhar de um diretor Palmarino² para auxiliar em processos como o deste paciente, no sentido de possibilitar que vivencie a África que carrega dentro de si e ser também sua própria África, reconhecendo sua existência enquanto pessoa preta e tentando com isto soltar-se de correntes internas ainda presentes nas conservas culturais racistas.

Embora este estudo foque no racismo, reconhecemos que outras opressões, como gênero e classe, interseccionam-se nessas dinâmicas, sugerindo a necessidade de pesquisas futuras que explorem tais imbricações.

Considerações Finais

A pesquisa evidenciou as feridas causadas pelo racismo e quão os estereótipos racistas são prejudiciais. Explorando as cenas de racismo, destacou-se tanto a dor quanto a resistência e capacidade do paciente em trazer novas respostas a essas situações. O psicodrama bipessoal proporcionou ao paciente um espaço seguro para confrontar e processar os traumas causados pelas conservas culturais racistas, desafiando os padrões internalizados de negação da identidade racial e da estigmatização que é depositada sobre os homens pretos.

As sessões enfatizaram a importância de desafiar os estereótipos e as estigmatizações, promovendo a ação de empoderamento e fortalecimento. O processo psicoterápico foi importante para que o paciente pudesse acolher a criança que foi violentada e visualizasse o racismo como um sintoma social. Este trabalho evidencia a relevância do psicodrama como abordagem psicoterapêutica potente e necessária no processo de desconstrução de estereótipos racistas, destacando sua capacidade de trabalhar com a dimensão corporal, simbólica e relacional desses traumas.

Referências Bibliográficas

- Almeida, S. L. (2019). *Racismo estrutural*. Sueli Carneiro; Pólen.
- Barbosa, W. (2017). *Da África ao Brasil* (1ª ed.). Clube de Autores.

² Referência a Zumbi dos Palmares, simbolizando um diretor (terapeuta) negro que reconhece e valida a ancestralidade africana do paciente.

- Barreto, A. D. O. (2022). Masculinidade negra e a colonização. *Kwanissa*, 5(12), 183–198.
<https://doi.org/10.32813/kwanissa.v5i12.183>
- Bettio, C. B., Silva, D. B., & Barbosa, M. L. V. (2023). Implicações da falta de letramento racial na promoção de cuidado para pessoas negras. In M. C. Malaquias (Org.), *Etnodrama: Contribuições do grupo de estudos de psicodrama e relações raciais* (pp. 113–130). Ágora.
- Brasil. Ministério da Saúde. (2018). *Óbitos por suicídio entre adolescentes e jovens negros 2012 a 2016*.
<https://bvsmms.saude.gov.br/>
- Contro, L. (2009). Veredas da pesquisa psicodramática: Entre a pesquisa-ação crítica e a pesquisa-intervenção. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 17(2), 13–24.
<https://revbraspsicodrama.org.br/rbp/article/view/103>
- Cukier, R. (2017). *Sobrevivência emocional: As dores da infância revividas no drama adulto* (7ª ed.). Ágora.
- Cukier, R. (2018). *Psicodrama bipessoal* (6ª ed.). Ágora.
- Fanon, F. (2008). *Pele negra, máscaras brancas* (R. da Silveira, Trad.). EDUFBA.
- Fonseca, J. (2012). Onde está o reconhecimento do ele na matriz de identidade? - Interseções entre Moreno e Lacan. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 20(1), 45–60.
<https://revbraspsicodrama.org.br/rbp/article/view/220>
- Francisco, M. C. (2021). A questão racial e a experiência traumática. *Revista Latino-Americana de Psicologia Corporal*, 11, 22–37. <http://psicorporal.emnuvens.com.br/rbpc>
- Fórum Brasileiro de Segurança Pública. (2019). *Anuário Brasileiro de Segurança Pública 2019* (13ª ed.). Fórum Brasileiro de Segurança Pública.
- Malaquias, M. C. (2020). *Psicodrama e relações étnico-raciais: Diálogos e reflexões* (2ª ed.). Ágora.
- Malaquias, M. C., & Amado, P. (1999). Psicodrama e a subjetividade palmarina – Da Senzala à Palmares. In *Anais do II Congresso Ibero-Americano de Psicodrama* (pp. xx–xx). FEBRAP.
- Mata, V. P., & Pelisoli, C. L. (2016). Expressões do racismo como fator desencadeante de estresse agudo e pós-traumático. *Revista Brasileira de Psicologia*, 25(3), 45–60.
- Monteiro, R. F. (1998). *Técnicas fundamentais do psicodrama*. Ágora.
- Moreno, J. L. (1975). *Psicodrama*. Cultrix.
- Moreno, Z. T., Rutzell, T., & Blomkvist, L. D. (2001). *A realidade suplementar e a arte de curar*. Ágora.
- Navasconi, P. V. P. (2022). Suicídio e masculinidades: Reflexões sobre a dialética da vida e morte de homens negros. *Revista Brasileira de Estudos da Homocultura*, 5(16), xx–xx.
<http://periodicoscientificos.ufmt.br/ojs/index.php/rebeh/index>
- Nery, M. P. (2014). *Vínculo e afetividade: Caminho das relações humanas* (3ª ed.). Ágora.

- Oliveira, D. R. (2024). Aplicação da grupoterapia como prática de intervenção antirracista. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 32. <https://revbraspsicodrama.org.br/rbp/article/view/680>
- Oliveira, D. R. (2025). Psicodrama Brasileiro e a Luta Antirracista: O Legado de Alberto Guerreiro Ramos. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 33. <https://revbraspsicodrama.org.br/rbp/article/view/696>
- Oliveira, D. R., & Fontoura, A. M. T. (2023). Racismo e resistência: O povo negro no palco psicodramático. *Cadernos de InterPesquisas*, 1, 115–133. <https://doi.org/10.5281/zenodo.8126527>
- Perazzo, S. (1994). *Ainda e sempre psicodrama*. Ágora.
- Perazzo, S. (2010). *Psicodrama: O forro e o avesso*. Ágora.
- Pereira, L. A. G., Galoni, L. L., & Ribas, G. (2023). O impacto do racismo na saúde mental da infância preta no cenário brasileiro. *O Social em Questão*, 26(56), 159–176. <https://doi.org/10.17771/PUCRio.OSQ.62326>
- Ramos, G. (2023). *Negro sou: A questão étnico-racial e o Brasil* (M. S. Barbosa, Org.). Zahar.
- Ribeiro, D. (2019). *Pequeno manual antirracista*. Companhia das Letras.
- Rodrigues, R. (2007). Quadros de referência para intervenções grupais: psico-sociodramáticas. *DPSedes*, 12(1), 1–15. http://www.sedes.org.br/Departamentos/Psicodrama/Quadros_referencia_Intervencoes_Grupais.pdf
- Rodrigues, W. H. S. (2020). Desmitificando a sensualidade naturalizada do ébano: Um estudo acerca da objetificação do corpo do homem negro. *Cadernos de Gênero e Tecnologia*, 15(2), 45–60. <https://doi.org/10.xxxx> (inserir DOI)
- Rosset, S. M. (2015). *123 técnicas de psicoterapia relacional sistêmica* (2ª ed.). Artesã Editora.
- Silva, A. M. N. (2022). A tua presença é negra! Imagem e representação negra feminina, encontros e acontecimentos. *Problemata*, 13(3), 216–231. <https://doi.org/10.7443/problemata.v13i3.64973>
- Soeiro, A. C. (1995). *Psicodrama e psicoterapia* (2ª ed.). Ágora.
- Souza, N. S. (2021). *Tornar-se negro: As vicissitudes da identidade do negro brasileiro em ascensão social* (4ª ed.). Edições Graal. (Trabalho original publicado em 1983)
- Vidal, G. P. (2021). Conserva cultural: O ciclo sem fim. *Revista da Sociedade Portuguesa de Psicodrama*, 10(1), 13–22.
- Vomero, L. S. Z. (2022). Decolonizando o conceito de reconhecimento (EU–TU). *Revista Brasileira de Psicodrama*, 30(1), 1–15. <https://doi.org/10.1590/psicodrama.v30.576>