

Danos causados pelo racismo por meio de termos linguísticos na saúde mental da população negra e a importância da psicologia preta para esse público: uma educação para as escolas

Damage caused by racism through linguistic terms in the mental health of the black population and the importance of black psychology for this public: an education for schools

El daño causado por el racismo a través de los términos lingüísticos en la salud mental de la población negra y la importancia de la psicología negra para este público: una educación para las escuelas

Recebido: 02/09/2020 | Revisado: 10/09/2020 | Aceito: 24/10/2020 | Publicado: 13/11/2020

Wendy Gonçalves

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6177-6935>
Universidade Federal de Itajubá, Brasil
E-mail: wendyanara@unifei.edu.br

Daniele Cristina Coelho

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5753-181X>
Universidade Federal de Itajubá, Brasil
E-mail: bananiinha133@gmail.com

Amanda Souza Vieira

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2073-5894>
Universidade Federal de Itajubá, Brasil
amandavieira2000@yahoo.com

Priscilla Chantal Duarte Silva¹

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5148-2423>
Universidade Federal de Itajubá, Brasil
E-mail: priscillachantal@unifei.edu.br

Anna Rita Tomich Magalhães Filiipe²

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0358-9653>
Universidade Federal de Itajubá, Brasil
E-mail: annarita@unifei.edu.br

Ricardo Shituka³

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2630-1541>
Universidade Federal de Itajubá, Brasil
E-mail: ricardoshituka@unifei.edu.br

Resumo

O objetivo do estudo é mostrar como a estrutura racista sobre a qual vivemos afeta diretamente a vida de pessoas pretas, tanto no aspecto econômico quanto no psicológico. O estudo também mostra o conceito e a importância da psicologia preta

¹ Orientadora do trabalho desenvolvido – área de Linguística

² Co-orientador da área de Saúde e Segurança

³ Co-orientador da área da Educação

para tratar a saúde mental dessas pessoas, cujo preconceito racial é fator eminente para traumas relacionados a sua cor, sua aparência, bem como toda a influência que o colorismo tem sobre essas questões. Resultados apontam que 96,2% das pessoas acreditam que pessoas negras devem fazer acompanhamento psicológico, 63,5% já fez ou faz acompanhamento psicológico e 69,2% já fizeram ou fazem acompanhamento com psicólogos brancos. Conclui-se que o impacto do racismo na saúde mental da população negra tem sido alto e há relativa dificuldade de se encontrar um profissional que se identifique com o sofrimento do paciente que enfrenta problemas raciais.

Palavras-chave: Racismo; Saúde mental; Psicologia preta.

Abstract

The aim of the study is to show how the racist structure on which we live directly affects the lives of black people, both economically and psychologically. The study also shows the concept and the importance of black psychology to treat the mental health of these people, whose racial prejudice is an eminent factor for traumas related to their color, their appearance, as well as all the influence that colorism has on these issues. Results show that 96,2% of people believe that black people should undergo psychological counseling, 63,5% have had or do psychological counseling and 69,2% have had or are counseling with white psychologists. It is concluded that the impact of racism on the mental health of the black population has been high and it is relatively difficult to find a professional who identifies with the suffering of the patient who faces racial problems.

Keywords: Racism; Mental health; Black psychology.

Resumen

El objetivo del estudio es mostrar cómo la estructura racista en la que vivimos afecta directamente la vida de los negros, tanto económica como psicológicamente. El estudio también muestra el concepto y la importancia de la psicología negra para tratar la salud mental de estas personas, cuyo prejuicio racial es un factor eminente de traumas relacionados con su color, su apariencia, así como toda la influencia que tiene el colorismo en estos temas. Los resultados muestran que el 96,2% de las personas cree que las personas de raza negra deberían recibir asesoramiento psicológico, el 63,5% ha tenido o ha recibido asesoramiento psicológico y el 69,2% ha tenido o está recibiendo asesoramiento psicológico con psicólogos blancos. Se concluye que el impacto del racismo en la salud mental de la población negra ha sido alto y es relativamente difícil encontrar un profesional que se identifique con el sufrimiento del paciente que enfrenta problemas raciales.

Palabras clave: Racismo; Salud mental; Psicología negra.

Introdução

O Brasil é um país miscigenado. Isso se dá devido às contribuições de diversas etnias e culturas que recebeu durante o período de colonização. Toda história do país gira em torno de uma estrutura racista visto que o Brasil foi formado devido ao sofrimento dos escravos, da desigualdade social e racial. Segundo Marquese (2006), entre quarenta anos da vinda da família real para o Brasil. Em 1808, mais de 1,4 milhão de cativos foi inserido no Império, cerca de 40% de africanos desembarcados como escravos. Desde o início da era colonial até meados do século 19, milhões de africanos foram enviados ao Brasil de maneira forçada para serem escravizados; foram tirados de suas terras sendo obrigados a irem para um lugar desconhecido afastados de suas famílias e amigos tendo seus direitos proibidos e sua cultura e religião negada.

Em 1888, devido à pressão externa que o Brasil vinha sofrendo de outros países, a Princesa Isabel assinou a Lei Áurea, que formalmente acabou com a escravidão no Brasil, mas o racismo não acabou de fato, segundo Silva (2018, p.2). “Desde da escravidão até hoje o racismo nunca teve fim, ele apenas se manifestou de diferentes formas, adaptando-se à época”. Permanecem, portanto, o preconceito e discriminação raciais no Brasil. Desde quando é inserido na sociedade o negro tem contato com a discriminação, a rejeição em ciclos sociais, falta de representatividade, *bullying* com sua aparência e apagamento da sua negritude. Engel (1999) afirma que indivíduos pertencentes a raça negra eram vistos como intelectualmente inferiores e, conseqüentemente, menos capazes de enfrentar e/ou adaptar-se às contingências do meio social. Esses fatores causam impactos na saúde mental gerando traumas e afetando diretamente a autoestima e o desenvolvimento dessas pessoas.

De acordo com Aparecida, as vítimas de preconceito racial merecem a atenção de uma ciência psicológica, tanto focando no indivíduo, que é o caso da psicologia clínica, quanto focando no coletivo, através da psicologia social. É importante pois analisa os processos de identificação do negro individual e coletivo na sociedade e os processos de sua autoestima. Porém, a psicologia social no Brasil tem dado pouco espaço a esse fenômeno social que afeta diariamente a vida de milhares de afro descendentes (SILVA, 2018, p.2).

Segundo Souza (1983), a violência racista do branco exerce-se, antes de mais nada, pela impiedosa tendência a destruir a identidade do sujeito negro. Este, através da

internalização compulsória e brutal de um ideal de ego branco, é obrigado a formular para si um projeto identificatório incompatível com as propriedades biológicas do seu corpo. Entre o ego e seu ideal, cria-se então, um fosso que o sujeito negro tenta transpor, às custas de sua possibilidade de felicidade, quando não do seu equilíbrio psíquico.

Racismo estrutural

Almeida (2018) considera o racismo estrutural ligado ao racismo institucional que determina suas regras a partir de uma ordem social estabelecida na sociedade. O racismo estrutural é uma forma de segregação que se manifesta por meio de práticas consciente ou inconscientes como hábitos, situações e falas embutidas nos nossos costumes que perpetuam direta ou indiretamente a segregação racial. Não se pode afirmar ao certo quando o racismo começou. Entretanto, a ideia de que brancos são melhores do que pretos se espalhou em meados do século 16 e 17 devido à colonização do continente americano.

Em meados de 1500, os primeiros negros escravizados começaram a chegar ao Brasil. Trata-se uma tentativa de solução para a falta de mão de obra para a lavoura. Como eram vistos como mercadorias ou mesmo como animais, eram avaliados fisicamente, sendo selecionados como os mais caros, os escravos que tinham dentes fortes, canelas finas, quadril estreito e calcanhares altos. O transporte era feito da África para o Brasil nos porões dos navios negreiros. Amontoados em condições desumanas muitos morriam antes mesmo de chegarem ao Brasil, sendo que seus corpos eram lançados ao mar. Já em terras brasileiras o trabalho dos africanos, concentrado na economia açucareira, era duríssimo e pautado na violência (KOWARICK, 1994).

A jornada de trabalho poderia estender-se por até 20 horas de trabalho diário, ao fim do dia, os escravos eram reunidos na senzala e lá eram monitorados para que não fugissem. Eles tinham uma alimentação muito pobre e insuficiente. Existiam escravos que trabalhavam no campo, nas residências e nas cidades. Os do campo eram extremamente mal vestidos, e muitos não tinham contato direto com seu senhor, apenas com o feitor. Os escravos domésticos tinham roupas melhores e contato direto com o senhor e sua família. Os escravos urbanos trabalhavam em diferentes ofícios.

A violência algo comum em se tratando de escravos. O tratamento violento dedicado a eles tinha o intuito de incutir-lhes temor de seus senhores. Esse medo visava

mantê-los conformados com a sua escravização e impedir fugas e revoltas. Uma punição muito comum aplicada sobre eles era o “quebra-negro”, que os ensinavam a sempre olharem para baixo na presença de seus senhores. Além disso, muitos escravos podiam ser acorrentados, para evitar que fugissem, e usar uma máscara de ferro, conhecida como máscara de flandres, colocada neles para impedir que engolissem diamantes (nas regiões mineradoras), se embriagaram, ou mesmo cometessem suicídio por meio da ingestão de terra (NEVES, 2020).

Em 13 de maio de 1888, foi assinada pela princesa Isabel a lei Áurea que aboliu a escravidão no Brasil (OLIVIEIRA, 2009). A partir dessa data, os negros eram considerados livres, porém não foi criada nenhuma política de ajuda para diminuir o abismo social dos recém libertos que foram abandonados a própria sorte, sem ajuda do governo e sem ter para onde ir os escravizados foram morar em lugares que ninguém queria morar, como os morros, surgindo assim às favelas, onde os negros viviam e vivem até hoje em condições desumanas.

Sem acesso à terra e sem qualquer tipo de indenização por tanto tempo de trabalhos forçados, geralmente analfabetos, vítimas de todo tipo de preconceito, muitos ex-escravizados permaneceram nas fazendas em que trabalhavam, vendendo seu trabalho em troca da sobrevivência. Aos negros que migraram para as cidades, só restaram os subempregos. O preconceito e a discriminação e a ideia permanente de que pessoas pretas só serviam para serviços pesados. Consequentemente, deixaram sequelas desde a abolição da escravatura até os dias atuais. Outra prática que perpetua o racismo, mesmo que não intencionalmente, são os termos linguísticos pejorativos incorporados no nosso cotidiano como “ovelha negra”, “denegrir” que é usado de forma pejorativa associando negro a uma coisa ruim e palavras como “mulato” “moreno” “pessoa de cor” para se referir a pessoas pretas além de expressões languageiras como “a coisa ficou preta” ou “fazer serviço de branco”, que são bastantes conhecidas no vocabulário brasileiro.

Mesmo tendo se passado 132 anos após a abolição da escravatura, os negros ainda colhem os frutos da desigualdade social e econômica causadas durante e após o período escravocrata, pesquisas apontam que a população negra é maioria no Brasil, com 53,6% afirmando ser “preto” ou “pardo” e 45,5% se declarando de cor branca (IBGE, 2015 *apud* DAMASCENO, 2018 p. 451). Segundo Medeiro (2019), os negros

são 75% entre os mais pobres enquanto brancos, 70% entre os mais ricos. Além da precariedade do sistema carcerário, as políticas de encarceramento e aumento de pena se voltam, via de regra, contra a população negra e pobre. A população carcerária é composta por, 61,7% de pretos ou pardos (CALVI, 2018). A taxa de analfabetismo entre as pessoas pretas ou pardas é de 9,9% mais do que o dobro entre as pessoas brancas (4,2%) (MORAES, 2017). A taxa de jovens negros (pretos ou pardos) no ensino superior é de 18,3% enquanto brancos são a maioria com 36,1% esses dados mostram claramente a discrepância entre raças, na qual o principal motivo é o racismo estrutural no país. Em alguns casos, muitos jovens negros acabam abandonando a escola ou então não investindo o tempo necessário e dedicação aos estudos, devido a necessidade em auxiliar a família economicamente. Isso demonstra que pessoas negras não são incentivadas a ocuparem espaços acadêmicos ou posições de elite em empresas (SALVIANO, 2017).

A extinção das expressões racistas

Na tentativa de desestruturação do racismo social, algumas expressões e termos linguísticos têm sido eliminados gradativamente do vocabulário da sociedade, e extinguir termos pejorativos e expressões racistas. Isso é visto como um grande avanço diante de uma sociedade que carrega consigo o racismo arraigado em termos culturais. A primeira mudança que ainda gera debate é a alteração do termo “negro” para “preto”.

A justificativa para a mudança é o fato do termo ser associado a coisas consideradas ruins, imorais, ilegais tais como: “mercado negro”, “magia negra”, “lista negra”, “página negra”, “humor negro” “ovelha negra” e “denegrir”. Todavia, a extinção total desse termo pode levar tempo, já que a maioria das pessoas ainda não tem conhecimento sobre a mudança semântica dos termos, muito menos o uso desses termos em sentidos contextuais.

Algumas expressões também vêm sendo eliminadas do cotidiano das pessoas, dentre elas: “mulata” que significa o cruzamento do cavalo com a mula, que faz referência ao senhor de escravos e as escravas, “doméstica” que remete época escravocrata, onde negros eram tratados como animais que precisavam ser domesticados, “moreno” é visto como uma tentativa de embranquecer a cor da pele, “da

cor do pecado” que mesmo sendo usado como um elogio, faz com que a imagem da mulher preta seja sexualizada. Vale lembrar que semelhantemente, o termo “moça” é empregado pejorativamente por alguns países, pelo mesmo fato de ser associado à servidão.

Várias outras expressões estão sendo excluídas, e “cor de pele” faz parte dessa lista. Sabe-se que, desde a infância que cor de pele é apenas aquela cor rosinha da caixa de lápis de cor, mas na verdade, esse tom não representa a pele de todas as pessoas, principalmente no Brasil um país miscigenado onde 56,3% da população é negra. Entra em pauta a importância de entender e falar sobre o colorismo desde a primeira infância e o tema ser efetivamente inserido como um componente curricular, hoje tratado como transversal. A educação nas escolas deve abordar a função semântica dos termos, bem como o trabalho de saúde mental dos estudantes para a formação para a cidadania.

Miscigenação e Colorismo

A miscigenação é fruto tanto do estupro das escravizadas pelos senhores de engenho quanto do projeto de eugenia no Brasil. Houve, aqui, uma crença muito forte de que os pretos deveriam se relacionar com brancos para “clarear” a raça e o povo brasileiro. Esses pretos claros, frutos do estupro das escravizadas, eram mais bem tratados pelos senhores de engenho (ainda sofriam, porém menos), tinham vantagens e “privilégios” que os mais escuros não tinham como. Por exemplo, não fazer os trabalhos mais difíceis e pesados e ficar na casa dos senhores. Mais tarde, com a crença da eugenia, houve uma forte política para que pretos e pretas de pele escura de casassem com brancos para que seus filhos nascessem com a pele mais clara com a crença de que um dia todos aqui teriam pele clara e traços brancos.

Da prática da eugenia, surgiram muitas pessoas miscigenadas, negros de pele clara (muitas vezes definidos como pardos). Assim como no período escravocrata, esses pretos tem vantagens em relação aos mais escuros e retintos. O colorismo é uma forma de preconceito com pessoas da mesma raça, que são tratadas diferentemente com base na tonalidade de sua pele. Isso significa que quanto mais clara for a pele da pessoa negra, menos preconceito ela sofrerá, pois se entende que está mais próxima da etnia branca. Apesar de sofrerem com o racismo, não sofrem como e nem na mesma

intensidade que pretos mais retintos, haja vista que o racismo no Brasil ele não se dá, exclusivamente, pela cor da pele, mas também pelos traços.

O branqueamento é um processo político e psicológico que nasce do medo das elites brasileiras do crescimento da população negra e mestiça; refere-se à construção de uma identidade branca pela pessoa negra, que incorpora um conjunto de padrões de beleza, de atitudes e de valores visando a assemelhar-se a um modelo branco e a construir uma identidade étnico-racial positiva (BENTO, 2002 *apud* SANTOS, 2012) Logo, se um preto se aproxima mais dos traços e da pele branca, ele tende a ser mais aceito que os que têm mais traços negroides e pele mais escura. Esses negros de pele clara vão ocupar mais lugares e serem mais aceitos em diversos âmbitos por "não serem tão negros assim". Fazendo, na prática, jus a teoria do colorismo que nada mais é do que um termo utilizado para diferenciar várias tonalidades da pele negra, do tom mais claro ao tom mais escuro. Essas tonalidades da pele negra também permitem a inclusão ou a exclusão na sociedade, já que quanto mais claro e mais próximo do padrão eurocêntrico, maior é a aceitação.

Consequências do racismo na saúde mental

Após a abolição da escravatura, não foi criada nenhum tipo de política pública para reinserir na sociedade os negros recém libertos. Este fato causou um afastamento físico e social que é presente até os dias atuais. Para Pereira (2017), a condição de vida causa pela desorganização social proveniente do racismo gerou muita humilhação e isolamento social e econômico. Isso fez com que as pessoas negras não participassem do estilo de vida urbana e se sentissem isolados ou "invisíveis do meio social". Ao que se refere a saúde mental, não existe dúvida de que o racismo é um desencadeador de sofrimento, pois a relação de poder, exclusão, a falta de representação sociais, culturais, entre outras formam um ambiente propício para o sofrimento mental de várias ordens. Alleluia (2020) destaca como algumas pessoas não conseguem lidar com o preconceito racial a ponto de afetar a saúde mental do sujeito. Cita o exemplo de uma senhora que embora tenha o fenótipo da raça negra não consegue lidar com sua negritude e se reconhece como loira de olhos azuis. Nesse caso, não se identificar como negra remete à ideia de lidar com o preconceito a fez criar um estereótipo como uma fuga da realidade.

Ao contrário do que grande parte da sociedade acredita, o racismo não foi extinto, apenas mascarado. Apesar de não ser mais tão visível o racismo ainda é latente. Ainda que a grande maioria da população brasileira seja negra 54% (IBGE, 2014), essa parte populacional ainda é vista e tratada como minoria. Ademais, há ainda poucos estudos relacionando saúde mental e associação com o preconceito racial, como apontam Smolen e Araújo (2017, p. 4022), uma vez que “a saúde mental está menos estudada em comparação com a saúde física. Poucos estudos examinam a associação entre raça/cor da pele e saúde mental no Brasil, ou até mesmo incluem raça como uma unidade de análise”. Os autores ainda destacaram uma maior incidência de transtornos mentais entre a população negra, sugerindo uma relação causal com o preconceito.

A prevalência de transtornos mentais é maior na população negra que na população branca. Essa conclusão não foi universal na literatura, mas as análises multivariadas que acharam associações estatisticamente significantes foram quase todas na direção positiva entre a raça/cor não branca e transtornos mentais [...] (SMOLEN e ARAÚJO, 2017, p. 4026)

É evidente que ambiente social sobre o qual o indivíduo está presente e atua é de extrema importância para a manutenção da sua saúde mental. É possível afirmar que o ambiente em que a da população negra reside, muitas vezes afastados dos centros urbanos, áreas violentas, sem saneamento básico e educação adequada, aumenta os níveis de estresse do indivíduo e influencia profundamente em problemas em sua saúde mental (OLIVEIRA; MAGNAVITA; SANTOS, 2017). Não há, porém, qualquer relação biológica entre raça, em termos de preconceito racial e saúde mental, o que sugere que o problema é de cunho social (COOPER e DAVID, 1986; GOODMAN, 2000).

A pessoa preta desde o começo da sua convivência social é submetida a diversos constrangimentos, humilhações, “piadas”, “brincadeiras” racistas que são heranças da estrutura racista sobre a qual vivemos, esse tipo de situação tem influência direta, sobretudo na autoestima da pessoa preta. Outras situações racistas como: a violência, estereótipos, discriminação e falta de representatividade geram transtornos como depressão e ansiedade e outros traumas.

Barbosa (2011, p.81) explica que “Quando somos vítimas de um trauma severo, forma-se uma espécie de “calo” naquela superfície lisa, que incomoda e nos faz lembrar o tempo todo que ele existe.” Sendo assim, é possível afirmar que muitas vítimas de racismo podem desenvolver esse problema no

futuro, visto que a discriminação racial pode se manifestar não só por torturas psicológicas, como também por torturas físicas, o que pode ser considerado um trauma na vida dessas pessoas, pois isso acontece desde da infância. SILVA (2018 p.5)

A importância da Psicologia Preta

A Black Psychology (Psicologia Preta) é um ramo da psicologia que surgiu nos Estados Unidos, em 1960. Criada no intuito de oferecer assistência específica diante de violência racista e ajudar a promover saúde mental a população negra. O modo de viver fora de suas origens trazem consequências diretas que afetam na saúde mental. As diferenças sociais e culturais, que são impostas muitas vezes pela sociedade, aumentam a possibilidade de as pessoas desenvolverem um transtorno que pode variar de uma depressão leve até um transtorno psicótico grave. No que se diz à saúde mental, não existe dúvida que o racismo é um instrumento de sofrimento, pois a relação de poder, exclusão, bem como a falta da convivência sociais tendem engendrar sofrimento de diversas formas. A experiência de ser negro numa sociedade racista compromete de forma significativa a saúde mental. Segundo James (2016), o racismo internalizado, que é o desenvolvimento de uma identidade étnico racial desvalorizada ou negativa, tem associação com o desenvolvimento de depressão.

É importante destacar que a psicologia é uma ciência neutra e, segundo o código de ética, não se faz distinção de pessoas por etnia, gênero ou crenças. Sendo assim, todo cidadão tem direito de ser igualmente atendido. Entretanto, este fato não significa que dentro da psicologia não possa existir áreas de especificidade. Veiga (2019) afirma que as graduações em psicologia no Brasil são muito “embranquecidas”. Bernardo (2019) também alega que a formação acadêmica de Psicologia, na prática, não era suficiente para acolher, cuidar ou entender o público preto.

Afinal, a maioria dos autores estudados é de homens brancos europeus. São raras as universidades que estudam autores negros. Surge, deste ponto, a necessidade de uma especialização voltada para atender a comunidade preta. A Psicologia Preta oferece uma série de ferramentas que, em meio às violências do racismo, ajuda a promover saúde mental para a população negra. (VEIGA, 2019). De modo semelhante à Silva (2005), considera-se que psicólogo é um profissional que estuda e analisa os problemas associados ao comportamento de indivíduos e procura ajudá-los a superar suas

dificuldades e neste sentido torna-se interessante que este profissional seja preparado para fornecer apoio também, pessoas afetadas pelo fenômeno social mencionado.

Para Veiga (2019 p.1), “as graduações em psicologia no Brasil são muito embranquecidas. A maioria dos autores estudados nos cursos de psicologia é formada por homens brancos de origem europeia. São raras as universidades que estudam autores negros”, por isso acredita-se na necessidade de que a psicologia preta seja inserida para tratar da melhor forma danos que o racismo estrutural causa na saúde mental de pessoas negras.

A psicologia preta é uma disciplina que parte de pesquisas e o profissional branco tem um papel sensível e de apoiador antirracista nesta questão. Em contrapartida, o vínculo terapêutico entre um paciente e um terapeuta preto é muito importante, uma que os traumas causados pelo racismo é algo bastante delicado e, muitas vezes, relaciona-se a uma ferida no inconsciente do paciente que ainda não foi cicatrizada.

Como poderiam as ciências humanas, históricas - etnologia, economia, história, antropologia, sociologia, psicologia e outras - nascidas, cultivadas e definidas para povos e contextos socioeconômicos diferentes, prestarem útil e eficaz colaboração ao conhecimento do negro, à sua realidade existencial, aos seus problemas, aspirações e projetos? Seria a ciência social elaborada na Europa e nos Estados Unidos tão universais em sua aplicação? (NASCIMENTO, 2009, p. 206).

Os quilombos foram uma ferramenta de extrema importância para a preservação da cultura e da identidade negra. Uma clínica de terapeutas negros e negras voltados para população negra possui efeito similar para preservação e reconstrução da autoestima e saúde da população preta.

Metodologia

Uma pesquisa visa alcançar novos saberes como considera Pereira et al. (2018). Realiza-se um estudo exploratório de baixa amostragem de caráter não probabilístico com base nos conhecimentos já adquiridos por meio de informações do cotidiano no cenário atual por meio da literatura, das mídias sociais, pesquisas em websites e questionário para nuclear outras pesquisas futuras. Desenvolveu-se uma pesquisa tipo survey com aplicação de um questionário direcionado a pessoas negras contendo

questões relacionadas à “Saúde mental da população negra e a psicologia preta”. A pesquisa tipo survey implica na coleta de dados, considerando-se um certo número de unidades em uma conjuntura de tempo e visa coletar sistematicamente dados quantificáveis (BRYMAN, 1989). Trata-se do estudo que pretende analisar uma parcela da população amostral para considerá-la como um todo. O objetivo é Segundo Babbie (1999), investigar determinados traços e atributos na população analisada.

Responderam anonimamente ao questionário, 52 pessoas com idade entre 17 e 48 anos, no ano de 2019, numa universidade brasileira. Utilizaram-se perguntas relacionadas à importância do acompanhamento psicológico; se o indivíduo negro já tinha sido acompanhado por psicólogo negro; se o atendimento por psicólogo branco causava algum desconforto e se era abordada a questão racial, se já tinham vivenciado alguma situação de racismo e se já tinham procurado terapia psicológica por esse motivo. Em respeito às questões éticas e ao pedido de muitos participantes, o nome dos informantes e da Universidade onde o questionário foi aplicado não foram relevados.

Resultados

Os resultados do questionário apontaram que 96,2% das pessoas acreditam na importância de pessoas negras seguirem acompanhamento psicológico, sendo 63,5% já fez/faz acompanhamento psicológico. Entre outros motivos, aparece também o fato de apresentarem dificuldade de saber trabalhar com a convivência com o racismo em suas vidas e por isso fazem acompanhamento psicológico. 69,2% dos informantes já fizeram ou fazem acompanhamento com psicólogos brancos.

Quando perguntados sobre a experiência ao introduzir assuntos raciais no diálogo com os profissionais brancos, 76,93% disse ter sido ruim e encontrado dificuldades e/ou desconforto para abordar o assunto, 19,24% não abordou o assunto e 3,84% disse ter sido bom e confortável para abordar o assunto. Isso revela que há uma demanda em torno da Psicologia Preta e que, em princípio, os informantes relataram que se sentem mais confortáveis em terapias com profissionais negros, comparativamente a brancos pelo fato de terem a crença de que por se tratarem de profissionais negros, esses tenham maior probabilidade de já terem vivenciado algum

tipo de racismo e por essa razão compreendam melhor os efeitos psicológicos do racismo em pessoas que sofrem por esse motivo.

Acredita-se que, conjecturalmente, isso também possa ocorrer em outras esferas. Por exemplo, quem é mãe ou pai e precisa seguir um tratamento sobre o filho(a) e o profissional não ter passado por essa experiência anteriormente. Contudo, o estudo não teve a pretensão de aprofundar acerca dessas crenças, uma vez que o foco principal é discutir a Psicologia Preta e o racismo.

E por fim, quando perguntados sobre a preferência entre ser atendido por profissionais negros ou brancos e o porquê da escolha, 76,93% disse preferir profissionais negros, 15,38% não soube responder e 7,69% não vê diferença. Os dados apontam que o racismo ainda é uma prática ainda presente na sociedade brasileira e também dentro da universidade, o que sugere que a escola, grosso modo, tem o papel de educar para o antiracismo a fim de promover práticas curriculares que abordem o tema transversal entre a comunidade acadêmica.

Dentre as justificativas dos participantes, ressaltam-se as questões de identificação com situações relacionadas ao racismo e facilidade em abordar o tema. Os dados revelam que pessoas negras encontram dificuldades para tratar questões envolvendo o racismo por não se sentirem confortáveis diante de profissionais brancos, e que é extremamente importante que mais profissionais negros possam atender a demanda de casos envolvendo questões raciais.

Considerações Finais

É razoável que, para um jovem negro, viver num país no qual existe um racismo velado, ele pode sofrer efeitos nocivos sobre sua saúde mental. A ajuda psicológica é interessante e básica para pessoas, devido ao sofrimento psíquico pelo qual passam como consequência da experiência de racismo, mas ainda tem a histórico de ausência nesta área. A formação de psicólogos negros é de extrema importância para atuação nessa área, isso devido à identificação entre profissional e paciente, é mais “fácil” encarar um problema quando já está “familiarizado” com ele.

O impacto do racismo na saúde mental da população negra tem sido alto. Observa-se elevado número pessoas negras: com quadros de ansiedade e, depressão. Há

a dificuldade do negro em encontrar um profissional, com o qual se identifique e que não banalize o sofrimento de um paciente que enfrenta problemas relacionados a questões raciais. Essa é uma das razões que fazem da Psicologia Preta um ramo fundamental para o tratamento.

Sugere-se para estudo futuros que se realizem trabalhos com amostragens maiores e em diversas regiões do país de modo a se obter resultados comparativos e que se trabalhe temáticas semelhantes resultantes dos desdobramentos em relação aos temas mencionados, assim como a correlação entre o fato de o profissional não ter vivenciado o que está em questão no tratamento psicológico.

Referências

ALMEIDA, S. L. **O que é racismo estrutural?** Belo Horizonte: Letramento, 2018.

ALLELUIA, L. S. **O impacto do racismo na saúde mental.** Disponível em: <https://blog.cenatcursos.com.br/o-impacto-do-racismo-na-saude-mental/>. Acesso em: 10 set. 2020.

BERNARDO, A. A Psicologia Preta e a saúde mental dos negros no Brasil: no mês da Consciência Negra, conversei com um expoente brasileiro de um ramo da psicologia que busca olhar e dar apoio aos cidadãos negros. **Veja SAÚDE**, 25 nov. 2019. Disponível em: <https://saude.abril.com.br/blog/saude-e-pop/a-psicologia-preta-e-a-saude-mental-dos-negros-no-brasil/>. Acesso em: 02 set. 2020.

BABBIE, Earl. **Métodos de Pesquisas de Survey.** Tradução Guilherme Cezarino. Belo Horizonte: Ed. UFMG, 1999.

BRYMAN, Alan. **Research Methods and Organization Studies.** Great Britain: Routledge, 1989.

CALVI, P. **Comissão de direitos humanos e minorias.** Câmara dos Deputados, 2018. Disponível em: <https://www2.camara.leg.br/atividade-legislativa/comissoes/comissoes-permanentes/cdhm/noticias/sistema-carcerario-brasileiro-negros-e-pobres-na-prisao>. Acesso em: 06 ago 2020.

COOPER R, DAVID R. The biological concept of race and its application to public health and epidemiology. **J Health Politics**, 1986; 11(1), p. 97-116.

DAMASCENO, M. G; ZANELLO, V. M. L. Saúde Mental e Racismo Contra Negros: Produção Bibliográfica Brasileira dos Últimos Quinze Anos. **Psicologia: Ciência e Profissão**, Jul/Set. 2018 v. 38 n°3, 450-464. DOI: <https://doi.org/10.1590/1982-37030003262017>

ENGEL, M. G. As fronteiras da anormalidade: psiquiatria e controle social. **História, Ciências, Saúde-Manguinhos**, 5(3), 1999, p. 547-563

GOODMAN AH. Why genes don't count (for racial differences in health). **Am J Public Health**, 2000: 90(11), p.1699- 1702.

KOWARICK, L. **Trabalho e vadiagem: a origem do trabalho livre no Brasil**. São Paulo: Paz e Terra, 1994.

MACHADO, L. 128 anos da abolição da escravidão no Brasil. **Estado de Minas**, 2016. em: <https://www.em.com.br/app/noticia/especiais/educacao/enem/2016/05/13/noticia-especial-enem,762306/128-anos-da-abolicao-da-escravidao-no-brasil.shtml>. Acesso em: 02 jul. 2020.

MADEIRO, C. **Negros são 75% entre os mais pobres; brancos, 70% entre os mais ricos**. UOL, 2019. Disponível em: <https://noticias.uol.com.br/cotidiano/ultimas-noticias/2019/11/13/percentual-de-negros-entre-10-mais-pobre-e-triplo-do-que-entre-mais-ricos.htm>. Acesso em: 08 jul. 2020.

MARQUESE, R. B. A dinâmica da escravidão no Brasil: resistência, tráfico negreiro e alforrias, séculos XVII a XIX. **Novos estud. - CEBRAP**, São Paulo, n. 74, p. 107-123, Mar. 2006. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010133002006000100007&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 10 Ago 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0101-33002006000100007>.

MUNANGA, K. Prefácio. In: I. Carone, M. A. Bento (Eds.), **Psicologia social do racismo**, 2a ed., p. 9-11. Petrópolis, RJ: Vozes, 2003. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_nlinks&pid=S14149893201800030045000029&lng=en. Acesso em: 06. jul.2020.

SANTOS, A. O., SCHUMAN, L. V., MARTINS, H. V. (2012). Breve histórico do pensamento psicológico brasileiro sobre relações étnico-raciais. **Psicologia: Ciência e Profissão**, 32(esp.), 166-175. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932012000500012&lng=pt&tlng=pt. Acesso em: 07 jul. 2020.

NEVES, D. **Escravidão no Brasil**. Brasil ESCOLA. Disponível em: <https://brasilecola.uol.com.br/historiab/escravidao-no-brasil.htm>. Acesso em: 05 jul. 2020

OLIVIEIRA, A. C. **Lei Áurea - Princesa Isabel sancionou a lei que pôs fim à escravidão**. UOL, 2009. Disponível em: <https://educacao.uol.com.br/disciplinas/historia-brasil/lei-aurea-princesa-isabel-sancionou-a-lei-que-pos-fim-a-escravidao.htm>. Acesso em: 05 jul. 2020.

PEREIRA, A. S; SHITSUKA, D. M; PARREIRA, F. J.; SHITSUKA, R. **Metodologia da pesquisa científica** [recurso eletrônico] – 1. ed. – Santa Maria, RS : UFSM, NTE, 2018.

SALVIANO, D. **O sofrimento psíquico dos negros e a importância do psicólogo negro enquanto reparador.** Website Academia do Psicólogo publicado em 2017. Disponível em: <http://academiadopsicologo.com.br/portal/o-sofrimento-psiquico-dos-negros-e-a-importancia-do-psicologo-negro-enquanto-reparador/>. Acesso em: 04 jul. 2020.

SILVA, M. L. **Racismo e os efeitos na saúde mental. Seminário saúde da população negra do Estado de São Paulo,** 2004, p. 129-132. São Paulo, SP: Instituto de Saúde. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_nlinks&pid=S1414-9893201800030045000046&lng=en. Acesso em: 07 jul. 2020

SILVA, M. C. O impacto do racismo na saúde mental das vítimas. **Psicologia.pt - O Portal dos Psicólogos,** 2018. Disponível em: <https://www.psicologia.pt/artigos/textos/A1229.pdf>. Acesso em: 02 jul. 2020.

SMOLEN, J. R.; ARAÚJO, E. M. Raça/cor da pele e transtornos mentais no Brasil: uma revisão sistemática. **Ciência & Saúde Coletiva,** 22 (12), 2017, p. 4021-4030.

SOUZA, N. S. **Tornar-se negro.** Rio de Janeiro: Graal, 1983. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_nlinks&pid=S19840292201900060024400014&lng=en. Acesso em: 08 jul. 2020

VEIGA, L. M. Descolonizando a psicologia: notas para uma Psicologia Preta. **Fractal, Rev. Psicol.,** Rio de Janeiro, v. 31, n. spe, p. 244-248, Dec. 2019. 2019. DOI: http://dx.doi.org/10.22409/1984-0292/v31i_esp/29000.