

# Aplicação da grupoterapia como prática de intervenção antirracista

Daniel Russell Oliveira<sup>1\*</sup> 

## RESUMO

Este artigo explora a aplicação da grupoterapia em uma intervenção grupal voltada para a conscientização racial em uma universidade privada no estado do Rio de Janeiro. Inspirada pela trajetória de Alberto Guerreiro Ramos e pelo uso do sociodrama no Teatro Experimental do Negro (TEN), a intervenção teve como objetivo promover uma reflexão sobre os impactos do racismo entre os estudantes de Psicologia, evidenciando os estereótipos discriminatórios, a fim de promover a desconstrução e a empatia. A atividade incluiu o uso do aquecimento (inespecífico e específico), dramatização das cenas de racismo e o compartilhamento. A experiência evidenciou que o sociodrama é uma ferramenta eficaz para conscientização racial e adoção de atitudes antirracistas, contribuindo para a transformação social.

**PALAVRAS-CHAVE:** Aquecimento Racial; Conserva Cultural Racista; Vivência Grupoterápica.

Application of group therapy as an anti-racist intervention practice

## ABSTRACT

This article explores the application of group therapy in a group intervention aimed at raising racial awareness at a private university in the state of Rio de Janeiro. Inspired by the work of Alberto Guerreiro Ramos and the use of sociodrama in the Black Experimental Theater (TEN), the intervention aimed to promote reflection on the impacts of racism among Psychology students, highlighting discriminatory stereotypes to foster deconstruction and empathy. The activity included the use of warm-up (both non-specific and specific), dramatization of racist scenes, and sharing. The experience demonstrated that sociodrama is an effective tool for raising racial awareness and adopting anti-racist attitudes, contributing to social transformation.

**KEYWORDS:** Racial Warm-Up; Racist Cultural Conservatism; Group Therapy Experience.

Aplicación de la terapia grupal como práctica de intervención antirracista

## RESUMEN


Este artículo explora la aplicación de la grupoterapia en una intervención grupal dirigida a la concientización racial en una universidad privada del estado de Río de Janeiro. Inspirada por la trayectoria de Alberto Guerreiro Ramos y el uso del sociodrama en el Teatro Experimental del Negro (TEN), la intervención tuvo como objetivo promover una reflexión sobre los impactos del racismo entre los estudiantes de Psicología, poniendo en evidencia los estereotipos discriminatorios para fomentar la desconstrucción y la empatía. La actividad incluyó el uso del calentamiento (inespecífico y específico), dramatización de escenas de racismo y el compartir. La experiencia evidenció que el sociodrama es una herramienta eficaz para la concientización racial y la adopción de actitudes antirracistas, contribuyendo a la transformación social.

**PALABRAS-CLAVE:** Calentamiento Racial; Conservadurismo Cultural Racista; Experiencia Grupoterapéutica.

1. Viver Mais Psicologia – Tubarão (SC), Brasil.

\*Autor correspondente: [psidanielrussell@gmail.com](mailto:psidanielrussell@gmail.com)

Recebido: 13 Jun. 2024 | Aceito: 20 Ago. 2024

Editora de seção: Roseli Cubo 

## INTRODUÇÃO

O Teatro Experimental do Negro (TEN), fundado por Abdias do Nascimento em 1944, no Rio de Janeiro, como um movimento social e artístico, tem uma importância fundamental na expressão artística afro-brasileira, no fortalecimento da identidade preta e na resistência ao racismo (Malaquias, 2020). É um movimento que desafiou as barreiras sociais, proporcionando aos sujeitos pretos<sup>1</sup> (Ribeiro, 2019) um espaço para que pudessem expressar suas identidades, subjetividades e perspectivas que, por muitos anos, foram marginalizadas pela sociedade, por conta de um sistema escravocrata e de dominação dos corpos pretos.

Segundo Alves e Moreira (2021), os sujeitos pretos foram moldados e forçados a servirem como instrumentos de trabalho e objetos de opressão. Ao longo dos anos, os corpos pretos foram alvos de apropriação e tratamentos discriminatórios, perpetuando um padrão de desigualdade que ainda persiste. Dessa forma, o termo “corpos pretos” abrange não só a dimensão física, mas também a experiência simbólica e social da população preta, cuja trajetória tem sido marcada por um legado de resistência contra forças sociais que, historicamente, tentaram e ainda tentam desumanizá-los (Alves & Moreira, 2021).

Além da valorização e fortalecimento da identidade afro-brasileira, o Teatro Experimental do Negro (TEN) desempenhou um papel importante no enfrentamento ao racismo e na promoção de uma representação autêntica e empoderada da população preta, ao incentivar e impulsionar as pessoas pretas a abandonarem o papel de escravizadas, que é imposto pela conserva cultural racista, e a assumir o protagonismo no palco da sociedade (Malaquias & Amado, 1999).

Embora a terapia de grupo tenha sido utilizada no Teatro Experimental do Negro (TEN), vale ressaltar que a iniciativa do trabalho com grupos foi realizada por Joseph H. Pratt, considerado pioneiro na psicoterapia grupal. Pratt era médico e psicanalista, e iniciou o movimento em Boston, em 1905, com pacientes afetados pela tuberculose (Bechelli & Santos, 2004). Logo mais à frente, em 1921, em Viena, Jacob Levy Moreno fortaleceu o trabalho grupal, constituindo a base da psicoterapia de grupo e do psicodrama (Gonçalves, Wolff & Almeida, 1988/2023).

No entanto, foi através do sociólogo e psicodramatista Alberto Guerreiro Ramos que o psicodrama começou a se desenvolver no Brasil. Segundo Malaquias (2020), a primeira menção ao uso do psicodrama grupal, no Brasil, especificamente no Rio de Janeiro, para abordar as questões étnico-raciais ocorreu nos seminários grupoterápicos do Instituto Nacional do Negro (INN), uma iniciativa fundada em 1950 por Alberto Guerreiro Ramos como uma extensão do TEN. O objetivo era explorar e desenvolver trabalhos cênicos e terapêuticos (Ramos, 1950).

A Grupoterapia é definida como uma técnica social que emprega recursos do Psicodrama e Sociodrama para trabalhar os traumas do racismo que as pessoas pretas envolvidas no Teatro Experimental do Negro (TEN) carregavam (Ramos, 1949). O intuito era proporcionar, por meio das dramatizações, um espaço onde a pessoa preta pudesse vivenciar uma catarse, eliminando de sua subjetividade os estereótipos racistas, e facilitando reflexões sobre os impactos do racismo.

Segundo Maio (2015), a atriz Ruth de Souza, que fez parte do Teatro Experimental do Negro (TEN), compartilhou sua trajetória pessoal em um encontro grupoterápico, que serviu de objeto para uma dramatização. Durante a entrevista com a atriz, ela relatou como sua mãe, antes uma respeitada proprietária de terras no interior, se viu reduzida a trabalhar como lavadeira após a mudança para o Rio de Janeiro. O autor destaca que Ruth expressou sua surpresa ao perceber a diferença de classe social e a questão racial, mencionando que só ao chegar na cidade foi que reconheceu a sua identidade preta e as distinções sociais que antes lhe eram invisíveis. Ela revelou como essa descoberta foi dolorosa e confusa, evidenciando um sentimento de injustiça ao ser tratada de maneira diferente por ser preta.

A experiência proporcionou à atriz uma percepção sobre as complexidades das desigualdades sociais e raciais que a afetavam. Além disso, teve um efeito catártico e libertador, trazendo o resgate da identidade preta como um ato de resistência e espontaneidade (Maio, 2015). Segundo Ramos (1949) e Malaquias (2020), a vivência grupoterápica, por meio das técnicas

<sup>1</sup> O termo “sujeitos pretos” é utilizado por autoras e autores do movimento negro para descrever o processo de construção da identidade preta em uma sociedade marcada pelo racismo estrutural. Conforme Ribeiro (2019), os estereótipos e narrativas racistas desumanizam e desvalorizam a experiência e a existência das pessoas pretas, negando-lhes o direito de se afirmarem como sujeitos pretos. Assim, assumir o papel de sujeito preto torna-se um ato de protagonismo, de afirmação da identidade preta e de ruptura com a hegemonia branca.

psicodramáticas, possibilita à pessoa preta confrontar seus medos e ressentimentos, resultando na superação dos estereótipos projetados sobre os seus corpos e na eliminação das visões autodepreciativas.

Alberto Guerreiro Ramos (1949), ao enfatizar a importância de introduzir os métodos psicodramáticos e sociodramáticos na grupoterapia, ressalta a necessidade de utilizar esses recursos para a desconstrução das estereotípias. Dessa forma, este artigo propõe a apresentação de um trabalho de intervenção grupal, baseado nos recursos da teoria Moreniana, realizado em uma Universidade do Rio de Janeiro. O objetivo foi promover um momento reflexivo e educativo, desafiando os participantes a repensarem suas práticas, incentivando atitudes antirracistas e conscientizando sobre a importância da luta contra o racismo.

Diante de uma sociedade marcada pelo racismo, Almeida (2019) enfatiza a importância de distinguir e diferenciar o racismo estrutural do racismo institucional, pois ambos apresentam manifestações distintas. Para o autor, o racismo estrutural faz parte de uma estrutura que exerce um padrão sistemático de discriminação e desigualdade, cristalizado nas estruturas e sistemas sociais, afetando os grupos minoritários. O racismo institucional refere-se a padrões dentro das instituições que perpetuam desigualdades raciais, mantendo desvantagens e privilégios baseados na raça, mesmo que essas desigualdades não sejam explicitamente reconhecidas.

Dessa forma, o racismo pode ser compreendido como uma opressão multifacetada. No entanto, apesar de apresentar manifestações distintas, Almeida (2019) destaca que o racismo será sempre estrutural. Ou seja, independentemente da forma com que a opressão racial se apresenta, o propósito será sempre o mesmo, que é excluir e desumanizar os corpos pretos. É um sistema que é reforçado e impulsionado pelas conservas culturais coloniais, contribuindo com o genocídio da população preta e promovendo a supremacia branca (Vomero, 2022).

Nesse sentido, a grupoterapia, ao implementar a perspectiva do Psicodrama e Sociodrama, visa familiarizar a sociedade com o verdadeiro papel vital de uma pessoa preta, não apenas intelectualmente, mas também de forma psicodramática, vivendo e elaborando conjuntamente essa experiência no palco da sociedade (Moreno, 1975). Portanto, reconhecendo a contribuição de Alberto Guerreiro Ramos e do Teatro Experimental do Negro (TEN), este trabalho busca incorporar elementos da grupoterapia, do Psicodrama e do Sociodrama para combater as manifestações do racismo tanto na subjetividade quanto nas relações sociais.

Assim, o presente trabalho teve como objetivo pensar a aplicação da grupoterapia como uma prática de intervenção antirracista, investigando a contribuição da vivência grupoterápica na desconstrução dos estereótipos racistas que são projetados sobre os corpos pretos.

## METODOLOGIA

A intervenção foi realizada em um único encontro com dezoito estudantes de uma disciplina sobre Psicodrama, do terceiro período do curso de Psicologia, em uma instituição privada no Rio de Janeiro. Os participantes eram pessoas brancas, de ambos os gêneros, com idades variando de 20 a 50 anos. O objetivo foi promover a conscientização sobre a importância de refletir sobre comportamentos que reforçam o racismo, ao mesmo tempo em que se ofereceu um espaço para a modificação desses comportamentos. O trabalho utilizou o Sociodrama como metodologia de pesquisa, adotando uma abordagem qualitativa.

Os instrumentos da intervenção grupoterápica seguiram o modelo de intervenção psico-sociodramático proposto por Rodrigues (2007), no qual foi adotada uma estratégia direcional centrada no racismo como tema protagônico, enfatizando a abordagem socioterápica voltada para a aprendizagem que, conforme a autora, “são intervenções que visam desenvolver um conceito, uma atitude” (Rodrigues, 2007, p. 5).

Os dados foram coletados a partir da observação do psicólogo e psicodramatista Daniel Russell Oliveira, autor do artigo e diretor da vivência, durante a intervenção grupal. Também foram considerados os registros do que ocorreu durante o trabalho, com o objetivo de pesquisar quais foram os efeitos provocados nos estudantes pela vivência grupoterápica. Os resultados foram apresentados de acordo com as etapas sequenciais da intervenção, tais como aquecimento (inespecífico e específico), dramatização e compartilhamento.

Os participantes tiveram suas identidades preservadas e respeitadas, mantendo-se o sigilo e o anonimato.

## RESULTADOS E DISCUSSÕES

### Aquecimento: Inespecífico e Específico

Em novembro de 2023, em comemoração ao mês da Consciência Negra, foi realizada uma intervenção grupal com a temática racial em uma universidade privada do Estado do Rio de Janeiro. A intervenção iniciou com o aquecimento inespecífico, pedindo aos estudantes que prestassem atenção na respiração e nas sensações que surgiam. Em seguida, foram orientados a caminharem pela sala, explorando os espaços e prestando atenção nos objetos que chamavam mais atenção. Foi incentivado que identificassem quais sensações sentiam ao se conectarem com os objetos e, posteriormente, que expressassem essas sensações em voz alta.

Segundo Cukier (2018), o aquecimento inespecífico é a etapa inicial de uma intervenção psicodramática e tem como objetivo auxiliar o sujeito a se situar no ambiente e focar em si mesmo. A autora ressalta que essa etapa é importante para reduzir as possíveis resistências dos sujeitos que possam atrapalhar o envolvimento com o novo conteúdo ou experiência que será abordado no trabalho psicodramático. Assim, as atividades durante o aquecimento inespecífico ocorrem de forma neutra e sem metas específicas, permitindo que o sujeito se mova livremente e se reconecte consigo mesmo. Dessa forma, se o objetivo é trabalhar com a dramatização, o aquecimento inespecífico é fundamental para alcançar esse propósito (Cukier, 2018).

Caminhando para o aquecimento específico, os participantes foram orientados a formarem duplas. Após formadas, foi solicitado que se olhassem de duas maneiras distintas. Primeiramente, foram instruídos a olharem um para o outro de forma empática, acolhedora e simpática. Durante o aquecimento, foi solicitado que verbalizassem em voz alta as sensações, e algumas duplas relataram sensação de conforto, acolhimento e bem-estar.

Após os participantes praticarem esse olhar empático, foram instruídos a também olharem de maneira discriminatória e preconceituosa. Foram introduzidas perguntas, como: “Como é olhar para o outro de forma preconceituosa, discriminatória e inferiorizada?” Foi enfatizada a importância de perceber essas formas de olhar e, aos poucos, praticar esse tipo de abordagem com o outro.

De acordo com Ramos (1950), a visão estereotipada que o sujeito tem sobre os corpos pretos não é resultado de sua própria criação ou entendimento pessoal, mas de um conjunto de estigmatizações e crenças transmitidas para a sociedade ao longo dos anos. Isso significa que, o preconceito e a discriminação que os sujeitos exercem sobre os outros, são comportamentos ensinados e herdados de uma cultura e costumes racistas. Portanto, assim como se aprende a assumir papéis sociais racistas, o sujeito também pode aprender a assumir papéis sociais antirracistas.

Como insinuava Augusto Comte (Ramos, 1950):

Nestas condições, cada ser humano socialmente ajustado, por mais perfeita que seja a sociedade em que se encontra, é vítima de um déficit de espontaneidade. Na verdade, o homem é um consumidor de “conservas culturais”. Quase todo seu comportamento é uma reprodução de moldes ou respostas conservadas, moldes ou respostas que ele não elaborou livremente, que lhe foram legados pelos mortos (p. 6).

Enquanto as duplas praticavam o olhar discriminatório e preconceituoso, foi solicitado que verbalizassem as sensações que surgiam, como desconforto, medo e ansiedade. Ainda no aquecimento específico, foi solicitado que permanecessem no mesmo local e foi informado que seriam apresentados alguns relatos de pessoas pretas que vivenciaram situações de racismo. Durante os relatos, foi pedido que verbalizassem suas sensações ao ouvirem as experiências relatadas, e surgiram sentimentos como angústia, tristeza, impotência e incapacidade.

Para Cukier (2018), o aquecimento específico ocorre quando o diretor já determinou quais técnicas ou recursos serão utilizados durante o trabalho. Nesse contexto, o diretor incorpora o aquecimento específico com objetivos e instruções mais assertivas e definidas. Isso significa que o propósito desse tipo de aquecimento é preparar os sujeitos de uma forma mais direcionada para a dramatização que acontecerá durante a intervenção.

A proposta do aquecimento específico foi projetada para proporcionar um aquecimento racial aos estudantes. Moreno (1975) ressalta a importância dos sujeitos se colocarem no lugar da população preta para que possam compreender os impactos do racismo em suas subjetividades. A percepção do autor sobre a importância da sociedade se familiarizar com essa temática surgiu a partir de um trabalho realizado por ele em uma universidade dos Estados Unidos, intitulado “*O Problema Negro-Branco: Um Protocolo Psicodramático.*”

[...] o que esse público necessita é ficar mais familiarizado com o verdadeiro papel vital de uma família negra, não só intelectualmente, não só como vizinhos, mas também num sentido psicodramático, vivendo-o e elaborando conjuntamente neste palco. (Moreno, 1975, p. 444)

Para o autor, essa familiarização vai além de simplesmente observar, é necessário que a sociedade possa se imaginar e vivenciar, de forma conjunta no palco psicodramático, como é para a pessoa preta enfrentar o preconceito racial. 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.

Partindo para a dramatização, os estudantes foram orientados a formarem três grupos, totalizando dezoito alunos, com seis integrantes em cada grupo. Foram passadas as instruções e foi solicitado que trouxessem para o palco cenas de racismo que eles ou seus amigos haviam vivenciado. Cada grupo deveria representar essas cenas no palco psicodramático.

## Dramatização

O primeiro grupo representou uma cena de racismo vivenciada por um menino preto, que era amigo de uma das estudantes presentes. A cena retratava os dois correndo em uma rua, com a estudante à frente e o menino preto atrás. Quando passaram em frente a um bar, as pessoas sentadas à mesa se levantaram e correram até o menino, acreditando que ele estava perseguindo a garota para prejudicá-la. Então, começaram a agredi-lo. Enquanto observava tudo o que ocorria, a menina começou a gritar desesperadamente: “Ele é meu amigo! Não façam isso com ele!” Foi quando o diretor pediu para congelar a cena para explorar o sentimento da menina ao presenciar o amigo sendo espancado. Ela relatou o sentimento de impotência e incapacidade.

A cena retrata o pensamento de que todo homem preto é bandido ou ladrão, um estereótipo que está enraizado na matriz colonial, que é reforçada e impulsionada pelo racismo estrutural, perpetuando a marginalização e o genocídio dos corpos pretos (Vomero, 2022). Para Moreno (1975, p. 114), “a matriz de identidade é a placenta social da criança, o locus em que ela mergulha suas raízes”. Ou seja, isso significa que os sujeitos são ensinados desde os primeiros anos de vida, a partir dos seus núcleos relacionais, a exercerem essa estigmatização em seus papéis sociais escravistas.

O segundo grupo representou a cena de uma entrevista de emprego para a vaga de vendedora, realizada com três mulheres, uma delas preta e as outras duas brancas. Na cena, as duas mulheres brancas não tinham as qualificações que a vaga solicitava, enquanto a mulher preta possuía todas as qualificações necessárias. Porém, mesmo assim, o entrevistador, na cena, verbaliza para a mulher preta que ela não se enquadra no perfil da empresa. Interrompendo a cena, foi perguntado ao entrevistador que estava conduzindo a entrevista: “Por que a mulher preta, que possui todas as qualificações, recebeu a notícia de que ela não se enquadra no perfil da empresa, enquanto as outras duas mulheres, que não têm as qualificações necessárias para a vaga, foram contratadas?” O entrevistador respondeu: “Ela não tem um rosto angelical como as outras. A empresa prefere rostos angelicais.”

A fala e o comportamento do entrevistador são reforçados pelo racismo estrutural e institucional, que, além de marginalizar e desumanizar o corpo preto, também nega direitos e oportunidades, limitando o que os sujeitos pretos podem ser ou fazer (Oliveira & Fontoura, 2023). Além disso, o racismo expressa um padrão pautado em uma visão colonial que não apenas deixa de reconhecer os corpos pretos como bonitos, mas também constantemente os coloca em posições de subserviência e inferiorização. Ou seja, essa visão faz parte de uma opressão racial que sustenta e reforça a crença na superioridade das pessoas brancas sobre as pessoas pretas, sendo perpetuada em ambientes sociais, acadêmicos, organizacionais e institucionais (Vomero, 2022).

Por muitos anos, o racismo foi e continua sendo cultivado, especialmente nos programas de televisão e nas telenovelas, em que o corpo preto sempre foi representado de forma estereotipada e negativa, sendo exposto a papéis de marginalização, inferiorização e subserviência. Atrizes pretas frequentemente interpretavam papéis de empregadas domésticas ou babás, enquanto atores pretos eram escalados como bandidos ou assaltantes. Por outro lado, atrizes e atores brancos eram frequentemente escolhidos para papéis de galãs ou da “boa moça” da história. Essas representações contribuíram para a construção de uma visão distorcida sobre os corpos pretos e, com isso, em ambientes organizacionais, por exemplo, pessoas pretas são vistas como desprovidas de inteligência e são associadas apenas aos trabalhos braçais (Oliveira & Fontoura, 2023).

A percepção de que o corpo preto é desqualificado e inferior é um estigma que também é reforçado nos espaços escolares e acadêmicos. Desde a infância, já nos primeiros anos escolares, o ensinamento predominante que o sujeito recebe é de que a história da população preta começa apenas com o período da escravidão. Segundo Ribeiro (2019), apresentar a história do povo preto a partir desse acontecimento contribui para um processo de apagamento cultural e histórico, pois é uma história que começa muito antes dos chicotes, dos troncos e da subalternização. Para Almeida (2019), esse estigma perpetuado nos sistemas educacionais é mantido pelo racismo institucional, que não reconhece e exclui a contribuição da população preta nos currículos escolares, por exemplo. Portanto, centralizar a narrativa da história preta apenas ao período da escravidão, é uma forma de reduzir e apagar a contribuição dos povos africanos e afrodescendentes ao longo da história.

Dando continuidade, o terceiro grupo representou a cena de um menino preto, que foi interpretado por uma estudante branca da turma. Ao redor dessa estudante, os outros membros do grupo caminhavam e verbalizavam palavras discriminatórias e preconceituosas, como: “Você tem cor de sujeira”, “Aqui não é o seu lugar” e “Sai daqui, neguinho”. Foi solicitado que congelassem a cena e que ambos os participantes assumissem o lugar da estudante que estava representando o menino preto. Então, para introduzir o aquecimento racial, foi utilizada a técnica da inversão de papéis, na qual a estudante saiu do papel de oprimida, e os demais participantes, que estavam representando o papel de opressor, puderam também assumir o papel de oprimido com o objetivo de perceberem o impacto do racismo (Malaquias, 2020).

As cenas dramatizadas por cada grupo representam as dimensões da manifestação do racismo (Almeida, 2019). O primeiro grupo, retratou uma cena em que o racismo estrutural se manifesta: o protagonista, um menino preto, é agredido e violentado simplesmente por estar correndo, o que leva os outros a suporem que ele poderia ser um assaltante. Surge, então, o questionamento: se fosse um menino branco, será que as pessoas teriam a mesma reação? Será que ele seria “confundido” com um assaltante? O racismo estrutural reforça a ideia de que o assaltante tem cor, e essa cor é preta, pois, na visão colonial, esses corpos são enxergados de forma marginalizada. Como resultado, a sociedade é treinada e moldada a perceber os corpos pretos dessa maneira (Vomero, 2022).

Da mesma forma, o terceiro grupo também apresentou uma cena de racismo estrutural, na qual os sujeitos pretos são constantemente ensinados a acreditarem em um padrão que não só desconsidera seus corpos, mas também os desumaniza, marginaliza e inferioriza (Almeida, 2019). Essa visão distorcida dos corpos pretos é evidenciada em diversas situações. Por exemplo, uma pessoa branca, parada em frente a uma loja, pode ser vista como uma cliente em potencial e é menos provável que seja incomodada, pois se enquadra em um padrão que a favorece. Por outro lado, uma pessoa preta, na mesma situação, pode ser vigiada por outras pessoas que podem perceber sua presença como uma ameaça em potencial.

Já o segundo grupo representou uma cena que exemplifica a manifestação do racismo institucional, no qual a candidata foi colocada em uma posição de inferiorização, mesmo tendo todas as qualificações desejadas para a vaga. Essa opressão é frequentemente reforçada por comportamentos discriminatórios, como o representado na cena. Essas práticas acontecem porque são sustentadas por políticas de contratação e promoção que favorecem as pessoas brancas (Almeida, 2019). Além disso, a falta de representação de pessoas pretas em posição de liderança perpetua a ideia de que elas são menos qualificadas ou capazes (Oliveira & Fontoura, 2023).

De acordo com Ramos (1950) e Malaquias (2020), a eliminação desses preconceitos e estereótipos é um processo de aprendizagem que pode ser facilitado através do sociodrama. Segundo os autores, o sociodrama é descrito como um método que busca libertar a consciência dos sujeitos das influências das conservas culturais racistas. Portanto, o método, por meio da inversão de papéis, auxilia o sujeito a enxergar o outro sem ser influenciado por distorções racistas, promovendo, então, o aquecimento racial por meio da conscientização e da adoção de atitudes antirracistas (Malaquias, 2020).

O sociodrama é precisamente um método de eliminação de preconceitos ou de estereótipos que objetiva libertar a consciência do indivíduo da pressão social. Por exemplo, adentra uma pessoa para ver um funcionário, um negro ou um judeu, não à luz dos estereótipos, o funcionário, o negro ou judeu, mas como personalidades singulares, únicas, inconfundíveis. (Ramos, 1950, p. 9).

Caminhando para a segunda etapa da dramatização, foi conduzido um teste sociométrico com os estudantes para medir qual cena causou mais impacto nos participantes (Gonçalves, Wolff & Almeida, 1988/2023). O objetivo foi escolher uma das cenas para ser reproduzida novamente, a fim de pensar em possíveis intervenções. Foram convidados os três protagonistas de cada grupo à frente e solicitado que os outros alunos se aproximassem do protagonista, da história ou da cena que mais os comoveram. Todos os participantes escolheram a cena do terceiro grupo, que representou uma pessoa preta sendo inferiorizada, como a mais impactante.

As instruções para esta segunda parte da dramatização foram para que esse grupo trouxesse uma nova resposta para aquela cena. Foi iniciada novamente a cena do terceiro grupo, invertendo os papéis, solicitando que cada participante assumisse novamente o papel do oprimido e os demais o papel de opressor.

Após esse momento, foi solicitado aos participantes que introduzissem na cena as intervenções desejadas. Nesse instante, uma nova participante entrou na cena e começou a conversar com o protagonista, que estava representando a pessoa preta. Ela expressou compreensão pela dor que ele estava sentindo, destacando que a responsabilidade não recaía sobre ele, mas sobre uma estrutura de desumanização dos corpos pretos enraizada na sociedade racista. A participante reforçou o compromisso de todas as pessoas na luta antirracista e se comprometeu a estar ao lado do protagonista. Em seguida, ela retirou o protagonista da cena e verbalizou que ele não estava sozinho, e que todos ali presentes lutariam com ele. Os demais estudantes, ao testemunharem essa cena, também começaram a formar uma corrente, unindo as mãos e verbalizando que a luta antirracista é responsabilidade de todas as pessoas.

A ideia da coletividade, destacada pelos participantes como uma ação essencial na luta antirracista, é um princípio de resistência que está associado ao período da escravização e se estende até os dias atuais nos movimentos negros. Durante a escravização, líderes como Dandara e Zumbi dos Palmares exemplificaram o poder da ação coletiva ao se unirem às comunidades quilombolas na resistência ao sistema escravocrata (Malaquias & Amado, 1999). Eles utilizaram a coletividade como uma ferramenta fundamental para desafiar e combater a opressão racial da época.

Através da vivência grupoterápica, essa noção de coletividade é reafirmada pelos participantes, no qual a luta antirracista é reconhecida como um esforço que precisa ser coletivo. E é justamente essa noção de coletividade que sustenta os movimentos negros, demonstrando que a luta antirracista é, e sempre foi, uma batalha coletiva e interligada (Ribeiro, 2019). É essencial compreender que a luta contra o racismo não pode se restringir apenas as pessoas pretas, é necessário que pessoas brancas também se comprometam para que o racismo estrutural seja de fato enfraquecido. Segundo Almeida (2019), sem a participação direta e ativa das pessoas brancas, não será possível promover a evolução no processo de desconstrução da opressão racial. Isso significa que, sem o engajamento, as pessoas pretas serão colocadas continuamente na posição de terem que resistir, além de naturalizar e reforçar o racismo como um sistema de violência e exclusão dos corpos pretos.

Dessa forma, a luta contra o racismo é um ato espontâneo que busca trazer uma nova resposta para uma conserva cultural racista, a qual reforça a reprodução de papéis sociais repetitivos e cristalizados (Malaquias & Amado, 1999). Assim, quando os participantes verbalizam que a luta antirracista precisa ser um compromisso de todas as pessoas, eles expressam a importância da coletividade como uma ação de luta e resistência, reafirmando que essa união é importante para desconstruir as estruturas racistas.

Finalizando a dramatização, os estudantes foram orientados a sentarem para um momento de compartilhamento, no qual poderiam expressar suas sensações e percepções sobre a vivência grupoterápica.

## Compartilhamento

Durante o compartilhamento, alguns estudantes relataram suas sensações e destacaram a importância do engajamento de todas as pessoas na luta contra o racismo, ressaltando que esse engajamento não pode se limitar ao campo intelectual

ou à reflexão, mas deve incluir ações concretas contra o racismo. Enfatizaram a necessidade de não se calarem diante de situações em que o racismo esteja sendo reproduzido e de denunciarem essas ações como parte da luta antirracista.

Outra estudante destacou também a importância de as pessoas brancas reconhecerem seus privilégios e, além disso, abrirem mão deles. Ela apresentou essa ação como uma contribuição significativa para a luta antirracista, enfatizando que a renúncia a esses privilégios é essencial para a construção de uma sociedade mais justa e igualitária.

O pensamento da estudante reforça o ponto de vista da filósofa Djamila Ribeiro. Para a autora (2019), as pessoas brancas precisam reconhecer os seus privilégios, conscientizando-se sobre como a cor da pele pode influenciar a experiência de vida. Essa compreensão é importante para que as pessoas brancas entendam as vantagens que podem ter em um sistema social que favorece a branquitude e, a partir dessa conscientização, possam se tornar mais conscientes sobre as desigualdades enfrentadas por pessoas pretas.

Além disso, Ribeiro (2019) ressalta que a conscientização sobre o privilégio branco pode estimular mudanças de atitudes e comportamentos. Ou seja, reconhecer e desnaturalizar os privilégios brancos é uma forma de abandonar o papel social escravista, permitindo uma percepção mais crítica sobre as normas e práticas sociais que perpetuam a desigualdade, reforçando a importância de desafiar e modificar o racismo estrutural.

Dessa forma, o discurso dos estudantes destaca o pensamento de Alberto Guerreiro Ramos (1950), que descreve a grupoterapia como um processo sociológico de eliminação das conservas culturais racistas cristalizadas na sociedade. A técnica é apresentada como uma forma de conscientização dessas conservas reproduzidas, proporcionando ao sujeito uma nova resposta.

A técnica social do T. E. N. pode ser chamada de grupoterapia. Ela encontra similar na técnica do psicodrama e do sociodrama de J. L. Moreno que dirige dois teatros psicoterapêuticos em Beacon Hill, e em New York. O T. E. N., não é orientado truculenta e agressivamente contra o preconceito de cor. Ao contrário, proclama pela palavra de seu criador, não ser esta a tática acertada a ser usada em “nossa” questão racial tão diferente da norte-americana. Ele é um campo de polarização psicológica, onde o homem encontra oportunidade de eliminar as suas tensões e os seus recalques. (Ramos, 1950, p. 7).

As reflexões e sensações dos participantes destacam a importância da intervenção grupoterápica como uma forma prática e vivencial de abordar a temática racial. Isso permite que os sujeitos experimentem no palco psicodramático os impactos do preconceito e da discriminação racial, enfatizando o reconhecimento das influências racistas como um primeiro passo para construir um papel social antirracista.

Assim, reforça-se o pensamento de Guerreiro Ramos (1950) sobre a grupoterapia como um instrumento de desconstrução das conservas culturais racistas e um meio de promover atitudes antirracistas como uma nova resposta ao racismo estrutural.

## CONCLUSÃO

A vivência grupoterápica realizada com os estudantes evidenciou o quanto o racismo está internalizado na estrutura da sociedade e como essa opressão molda o comportamento das pessoas e os espaços sociais em que estão inseridas (Ribeiro, 2019). Dessa forma, é importante que sejam implementadas ações antirracistas nas escolas, empresas e outras instituições, com o objetivo de visibilizar a história e a cultura da população preta, a fim de desconstruir as visões distorcidas que foram cultivadas sobre os corpos pretos.

Considerando que o racismo faz parte de uma conserva cultural que ensina o sujeito a exercer o papel social escravista, ao reproduzir comportamentos, ideias e pensamentos cristalizados e repetitivos, qual seria, então, o papel das pessoas na desconstrução dessas conservas? Para Ribeiro (2019), refletir e reconhecer os comportamentos que reforçam essas práticas é o primeiro passo para considerar quais serão as ações necessárias para a desconstrução da opressão racial. Isso significa que exercer o papel social antirracista envolve questionar a ausência de pessoas pretas em lugares considerados mais elitizados



e, pensar: se lá estiverem, o que estão fazendo? Será que essas pessoas estão se divertindo como os demais ou será que estão em posições de subserviência e subalternização?

Segundo Almeida (2019), sem esse questionamento será impossível adotar atitudes que possam enfraquecer o racismo. Portanto, reconhecer e desnaturalizar o privilégio branco é encarar que o fato de uma pessoa branca estar em um local mais elitizado, enquanto grande parte das pessoas pretas estão em posições de subserviência, deve ser visto não como um direito, mas como uma evidência da desigualdade racial.

Reconhecer e desnaturalizar o racismo envolve questionar se de fato os espaços institucionais estão exercendo a diversidade e inclusão, pois, para além da reflexão e do questionamento, é preciso que sejam realizadas ações mais concretas, como promover treinamentos e workshops sobre os impactos do racismo, e desenvolver e aplicar políticas que possam contemplar todos grupos raciais. Essas ações devem garantir a igualdade de oportunidades e combater a discriminação racial, incluindo a contratação de pessoas pretas para posições de liderança, por exemplo, como forma de assegurar que outras pessoas pretas se sintam representadas. Conforme Almeida (2019), essas práticas são essenciais, não apenas para desconstruir o estigma de marginalização e inferiorização dos corpos pretos, mas também para desmistificar a ideia de que o corpo preto se limita ao trabalho braçal. Além disso, são fundamentais para eliminar a visão distorcida que associa a história da população preta exclusivamente ao período da escravidão.

Dessa forma, o trabalho com a grupoterapia se alinha a uma ação social que reforça o compromisso de desconstruir as práticas racistas. Esse é um convite à ação feito por Alberto Guerreiro Ramos aos psicodramatistas para que promovam a grupoterapia como ferramenta de transformação social (Ramos, 1949). Assim, é importante que as técnicas psicodramáticas sejam utilizadas para criar experiências e vivências que possam ajudar as pessoas a se conectarem emocionalmente com o impacto do racismo e a refletirem sobre a importância da diversidade racial, promovendo o aquecimento racial como uma forma de permitir com que as pessoas possam explorar e refletir sobre suas próprias experiências e percepções relacionadas ao racismo.

Nesse contexto, a vivência grupal permitiu que os estudantes iniciassem um processo de sensibilização sobre os efeitos do racismo na sociedade e em suas próprias vidas, possibilitando o reconhecimento e a superação dos estereótipos racistas. Dessa forma, os participantes puderam desafiar suas próprias conservas culturais racistas (Malaquias & Amado, 1999). Por meio da dramatização, os alunos puderam vivenciar e explorar os papéis sociais racistas e antirracistas, promovendo uma compreensão e um compromisso ativo na luta contra o racismo. Além disso, a experiência grupoterápica facilitou a reflexão entre os participantes sobre a importância da realização de ações conjuntas na busca por uma sociedade antirracista.

## CONFLITO DE INTERESSE

Não aplicável.

## DISPONIBILIDADE DE DADOS DE PESQUISA

Todos os dados foram gerados/analizados no presente artigo.

## FINANCIAMENTO

Não aplicável.

## AGRADECIMENTOS

Não aplicável.

## REFERÊNCIAS

- Almeida, S. L. de. (2019). *Racismo Estrutural*. São Paulo: Sueli Carneiro; Pólen.
- Alves, E. C. S., & Moreira, W. W. (2021, maio-agosto). *Corpo/corporeidade do negro*. *Dialogia*, 38, 1-14. <https://doi.org/10.5585/38.2021.20450>
- Bechelli, L. P. C., & Santos, M. A. (2004). Psicoterapia de grupo: Como surgiu e evoluiu. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 12(2), 242-249. Disponível em [http://file:///C:/Users/danie/Downloads/Psicoterapia\\_de\\_grupo\\_como\\_surgiu\\_e\\_evoluiu.pdf](http://file:///C:/Users/danie/Downloads/Psicoterapia_de_grupo_como_surgiu_e_evoluiu.pdf)
- Cukier, R. (2018). *Psicodrama Bipessoal* (6a ed.). São Paulo: Ágora.
- Gonçalves, C. S., Wolff, J. R., & Almeida, W. C. de. (1998). *Lições de Psicodrama: Introdução ao Pensamento de J. L. Moreno*. São Paulo: Ágora.
- Maio, M. C. (2015). Cor, intelectuais e nação na sociologia de Guerreiro Ramos. *Cadernos EBAPE.BR*, 13 (Edição Especial), Artigo 5. <https://doi.org/10.1590/1679-395152996>
- Malaquias, M. C. (2020). *Psicodrama e relações étnico-raciais: Diálogos e reflexões* (1ª ed.). São Paulo: Ágora.
- Malaquias, M. C., & Amado, P. (1999). Psicodrama e a subjetividade palmarina - Da Senzala à Palmares. In II Congresso Ibero-Americano de Psicodrama, Águas de São Pedro, *Anais do II Congresso Ibero-Americano de Psicodrama*. São Paulo: FEBRAP.
- Moreno, J. L. (1975). *Psicodrama*. São Paulo: Cultrix.
- Oliveira, D. R., & Fontoura, A. M. T. (2023). Racismo e resistência: O povo negro no palco psicodramático. *Cadernos de InterPesquisas*, v.1, 115-133. <https://doi.org/10.5281/zenodo.8126527>
- Ramos, G. (1949). Uma experiência de grupoterapia. *Quilombo: Vida, problemas e aspirações do negro*, 1(4), 12 p. Rio de Janeiro. Recuperado de <https://ipeafro.org.br/acervo-digital/leituras/ten-publicacoes/jornal-quilombo-no-04/>
- Ramos, G. (1950). Apresentação da grupoterapia. *Quilombo: Vida, problemas e aspirações do negro*, 2(5), 12 p. Rio de Janeiro. Recuperado de <https://ipeafro.org.br/acervo-digital/leituras/ten-publicacoes/jornal-quilombo-no-05/>
- Ramos, G. (1950). Teoria e prática do psicodrama. *Quilombo: Vida, problemas e aspirações do negro*, 2(6), 12 p. Rio de Janeiro. Recuperado de <https://ipeafro.org.br/acervo-digital/leituras/ten-publicacoes/jornal-quilombo-no-06/>
- Ramos, G. (1950). Teoria e prática do sociodrama. *Quilombo: Vida, problemas e aspirações do negro*, 2(7-8), 12 p. Rio de Janeiro. Recuperado de <https://ipeafro.org.br/acervo-digital/leituras/ten-publicacoes/jornal-quilombo-no-07-08/>
- Ribeiro, D. (2019). *Pequeno Manual Antirracista* (1a ed.). São Paulo: Companhia das Letras.
- Rodrigues, R. (2007). *Quadros de referência para intervenções grupais: psico-sociodramáticas*. DPSedes. Recuperado de [http://www.sedes.org.br/Departamentos/Psicodrama/Quadros\\_referencia\\_Intervencoes\\_Grupais.pdf](http://www.sedes.org.br/Departamentos/Psicodrama/Quadros_referencia_Intervencoes_Grupais.pdf)
- Vomero, L. de S. Z. (2022). Decolonizando o conceito de reconhecimento (EU-TU). *Revista Brasileira de Psicodrama*. Recuperado de <https://doi.org/10.1590/psicodrama.v30.576>