

Silêncios que gritam: a imobilidade frente ao racismo na sala de aula

Débora Alessandra de Souza^{1,*} , Eloisa Helena Gomes Diniz¹ , Daniel Russell Oliveira² 

RESUMO

Este trabalho apresenta uma intervenção sociodramática com estudantes de Psicologia em uma universidade do Rio de Janeiro, com o objetivo de refletir e modificar comportamentos racistas. Participaram 45 alunos, sendo 15 negros e 30 brancos. A metodologia adotada foi o sociodrama, com observação sistemática e análise qualitativa das interações. A experiência mostrou os desafios que os participantes enfrentam ao lidar com o racismo, ao mesmo tempo que abriu espaço para despertar uma consciência crítica e o desejo de agir contra essas desigualdades. A atividade expôs os alunos à representação de cenas do racismo estrutural, despertando comoções e sentimentos de impotência. A vivência evidenciou a dificuldade dos futuros profissionais em agir frente ao racismo, ressaltando a urgência de uma formação crítica e antirracista. Conclui-se que o racismo é uma estrutura de poder, sustentada pela desigualdade e reproduzida socialmente, exigindo a desconstrução contínua, principalmente no contexto da saúde mental.

PALAVRAS-CHAVE: Sociodrama; Racismo estrutural; Formação antirracista.

Silences That Scream: Immobilization in the Face of Racism in the Classroom

ABSTRACT

This study presents a sociodramatic intervention with Psychology students at a university in Rio de Janeiro, aimed at reflecting on and transforming racist behaviors. Forty-five students participated, fifteen of whom were Black and thirty White. The methodology adopted was sociodrama, with systematic observation and qualitative analysis of the interactions. The experience revealed the challenges participants face in addressing racism, while also creating space to foster critical awareness and the desire to act against these inequalities. The activity exposed students to the enactment of scenes depicting structural racism, evoking emotions and feelings of helplessness. The experience highlighted the difficulty future professionals have in acting against racism, underscoring the urgency of a critical and anti-racist education. It is concluded that racism is a power structure, sustained by inequality and socially reproduced, requiring continuous deconstruction, particularly in the context of mental health.

KEYWORDS: Sociodrama; Structural racism; Anti-racist education.

Silencios que Gritan: La Inmovilidad Ante el Racismo en el Aula

RESUMEN

Este trabajo presenta una intervención sociodramática con estudiantes de Psicología en una universidad de Río de Janeiro, con el objetivo de reflexionar y modificar conductas racistas. Participaron cuarenta y cinco estudiantes, quince de ellos negros y treinta blancos. La metodología adoptada fue el sociodrama, con observación sistemática y análisis cualitativo de las interacciones. La experiencia mostró los desafíos que enfrentan los participantes al abordar el racismo, al mismo tiempo que abrió espacio para despertar una conciencia crítica y el deseo de actuar contra estas desigualdades. La actividad expuso a los estudiantes a la representación de escenas de racismo estructural, provocando conmociones y sentimientos de impotencia. La vivencia evidenció la dificultad de los futuros profesionales para actuar frente al racismo, resaltando la urgencia de una formación crítica y antirracista. Se concluye que el racismo es una estructura de poder, sostenida por la desigualdad y reproducida socialmente, que requiere una desconstrucción continua, especialmente en el contexto de la salud mental.

PALABRAS CLAVE: Sociodrama; Racismo estructural; Formación antirracista.

1. Instituto Mineiro de Psicodrama Jacob Levy Moreno – Belo Horizonte (MG), Brasil.

2. Escola Superior de Artes Célia Helena – Programa de Pós-Graduação Profissional em Artes da Cena – São Paulo (SP), Brasil | Viver Mais Psicologia – Tubarão (SC), Brasil.

*Autora correspondente: deboraalesouza@gmail.com

Recebido: 10 jul. 2025 | Aceito: 21 ago. 2025

Editor de seção: Érico Douglas Vieira 

INTRODUÇÃO: O RACISMO NA FORMAÇÃO UNIVERSITÁRIA

O racismo é uma estrutura opressiva que está cristalizada e enraizada na sociedade, exercendo a ideia de poder sobre os corpos negros. Dentro dessa estrutura de vivências racistas, podemos perceber sofrimentos, angústias e comportamentos de adoecimento mental na população negra. Silenciosamente, entre brincadeiras, piadas e ditos populares que atravessam o nosso cotidiano, observamos a presença do racismo de forma avassaladora em todos os constructos sociais.

Oliveira e Fontoura (2023) mencionam que as canções de roda de ninar carregam informações negativas sobre as pessoas negras. A partir da canção “Boi da cara preta”, assim como falas direcionadas ao cabelo crespo, como “cabelo ruim”, outras falas e experiências que atravessam o nosso cotidiano posicionam o sujeito no lugar de menos valia e de inferioridade diante da sociedade. Sendo assim, embora a negritude seja representada por pessoas que se colocam na sociedade resistindo às agressões físicas, verbais e comportamentais, não podemos deixar de destacar que em muitos momentos o sujeito se sente cansado, desgastado, silenciado diante dessa dinâmica de poder estabelecida pelo racismo estrutural.

Por estar alicerçado nas estruturas da sociedade, o racismo influencia diretamente as práticas institucionais, prejudicando o cuidado e a escuta de pessoas socialmente vulnerabilizadas (Crisostono & Ribeiro, 2024). Podemos observar isso sobretudo nas instituições educacionais, nas quais verificamos o aprisionamento do sujeito, sendo exigido que apresente respostas prontas, decoradas, nada reflexivas durante a sua formação enquanto cidadão e profissional. Nesse espaço micro vemos o reflexo da estrutura macro da sociedade, na qual as pessoas não se protegem, não se acolhem; competem, entram em conflito e silenciam suas próprias dores. Espaços esses que deveriam ser de conscientização e sensibilização do sujeito, mas que apenas repetem a agressão social e o racismo que atravessam, de forma significativa, o sujeito e o espaço educacional.

O racismo, como estrutura de poder e dominação, perpetua-se através das desigualdades históricas e se manifesta nas relações cotidianas, moldando ideias, medos e privilégios (Sousa & Brussio, 2023). Essa estrutura de violência simbólica e material atinge, de forma contundente, a população negra, impactando suas trajetórias, subjetividades e o acesso a direitos fundamentais. Compreender e desconstruir as dinâmicas raciais em espaços coletivos torna-se, portanto, uma urgência ética e política.

Este artigo abordará exatamente o silenciamento e a imobilidade que se estabeleceram na sala do curso de Psicologia, onde, pela primeira vez, através de uma professora negra, foi possível ouvir, participar e refletir em relação às questões raciais e étnicas – até então jamais discutidas pelos alunos dentro de uma sala de aula na universidade. Nos deparamos com vivências dolorosas, profundas, experienciadas por cada pessoa, seja como protagonista, coadjuvante ou plateia nas cenas cotidianas de racismo, mas que, até o momento, não se mobilizavam para contribuir de forma antirracista diante do cenário social e, consequentemente, educacional.

De acordo com o sociodrama realizado e com as cenas dos próprios estudantes que foram dramatizadas, além do silêncio que ficou evidente, foi possível compreender a imobilidade dos sujeitos e de seus corpos diante das questões raciais, bem como os silêncios que clamam por ajuda, apoio e acolhimento. Como destacam Oliveira e Fontoura (2023, p. 121): “O racismo é algo que vem sendo moldado de acordo com a necessidade da branquitude e que traz a dominação sobre os corpos negros”. Esse aspecto esteve presente em todas as dramatizações, evidenciando um congelamento e aprisionamento de ações que poderiam fortalecer a luta antirracista e que, se rompidos, favoreceriam a quebra da quietude e da imobilidade dentro da sala de aula.

A proposta deste artigo é evidenciar a escassez que existe nos cursos de formação em Psicologia quando a temática está relacionada às questões étnico-raciais. Assim, podemos identificar que esse déficit faz parte de uma reprodução que vem sendo reforçada desde a criação da ciência psicológica, a qual considerou, por anos, apenas a contribuição de pessoas brancas para a construção e o desenvolvimento da ciência.

Segundo Santos e Santos (2025), esse processo demonstra heranças do período escravagista, que tem sustentado a crença de que pessoas brancas são superiores às pessoas negras; com isso, no imaginário coletivo colonial, sujeitos negros são colocados em posições de subalternização, subserviência, desumanização, subordinação e objetificação.

De acordo com Anselmo (2021), essa estrutura que constituiu a psicologia brasileira teve uma forte influência do processo de colonização e está cristalizada na perspectiva do epistemicídio, que, além de excluir a ideia de que corpos negros

também podem produzir conhecimento, é o que impulsiona o apagamento de pessoas negras nos espaços acadêmicos e na ciência. A autora ressalta que o imaginário coletivo colonial só será desconstruído quando a sociedade passar a visualizar sujeitos negros nos lugares que foram destinados apenas para os brancos, ou seja, é necessário que pessoas negras estejam em posições de visibilidade como uma forma de, para além da naturalização de suas existências, reforçar o pensamento de que são pessoas que construíram e ainda constroem conhecimento. Portanto, destaca-se a importância de autoras negras e autores negros serem apresentados como uma estratégia que vai favorecer a descolonização da psicologia.

Com a psicologia sendo uma formação construída a partir de uma visão colonial, especificamente voltada para os cuidados da branquitude, o ensinamento que pode ser reforçado é o de que alguns grupos precisam de cuidados e outros não, o que colabora com a imobilidade e o reforçamento de algumas violências que profissionais da psicologia podem cometer diante de situações de pacientes que sofreram racismo, por exemplo. Com isso, através do trabalho realizado com os estudantes, o questionamento que ressoou foi: quais tipos de profissionais as faculdades estão formando? São profissionais que promoverão senzala ou quilombo?¹

Dessa forma, este trabalho tem como objetivo trazer uma reflexão sobre a importância de a formação antirracista ser introduzida e destacar a prática sociodramática como um método que pode favorecer o letramento racial, a fim de impulsionar o sujeito a sair do lugar de observador, de silenciamento e de imobilidade frente às vivências racistas – sejam próprias ou de outrem (Moreno, 1975).

METODOLOGIA: O SOCIODRAMA EM AÇÃO

O presente trabalho trata-se de um relato de experiência de uma vivência com estudantes de Psicologia, que participaram de forma voluntária, a convite da primeira autora, em uma universidade do estado do Rio de Janeiro. A metodologia utilizada para a realização da oficina foi o sociodrama, que é definido por Ramos (2023, p. 79) como “um método de eliminação de preconceitos ou de estereótipos”.

Ao todo, 45 alunos participaram. Desse número de pessoas participantes, 15 eram pessoas negras e 30, não negras. O trabalho foi realizado em um único encontro, com três horas e meia de duração, sendo conduzido pela primeira autora e pelo terceiro autor do artigo.

A experiência seguiu todas as etapas do sociodrama, incluindo aquecimento inespecífico, específico, dramatização e, por último, o compartilhamento. No momento dos aquecimentos, inespecífico e específico, foram utilizados exercícios de respiração, exercícios corporais, jogos dramáticos e relatos de pessoas que vivenciaram o racismo.

Na dramatização as pessoas participantes representaram suas próprias histórias, utilizando os objetos intermediários (Ramos, 2023; Oliveira, 2025), como almofadas, cadeiras e pedaços de madeira, que estavam disponíveis na sala preparada para a realização de trabalhos corporais. Esses objetos foram escolhidos ao longo do trabalho, de forma colaborativa pelo diretor, ego-auxiliar e pelos estudantes, conforme o que melhor representava os elementos e as emoções das cenas, permitindo a concretização simbólica das histórias e a expressão das emoções durante a encenação. Já no momento do compartilhamento, os estudantes foram dividindo seus sentimentos a partir da pergunta: “O que mudou em mim a partir deste encontro?”.

Foram realizados registros das intervenções, cenas, falas e reações das pessoas que participaram. Para a sistematização do artigo e a análise dos resultados, de natureza qualitativa interpretativa, os dados foram analisados a partir do que foi produzido na vivência. Os autores realizaram uma leitura cuidadosa dos registros para identificar temas e padrões emergentes nas experiências relatadas. Em seguida, organizaram os dados em categorias que refletissem as percepções e emoções dos participantes. A interpretação foi realizada de forma colaborativa, garantindo que as conclusões fossem consistentes e representativas dos relatos.

As pessoas participantes tiveram suas identidades respeitadas. O trabalho seguiu os princípios éticos da não exposição forçada, e os diretores tiveram cuidado com o manejo das narrativas que foram compartilhadas. Nesse contexto, a utilização do sociodrama facilitou a construção de um ambiente seguro e respeitoso, no qual os participantes puderam entrar em contato com suas experiências individuais e coletivas relacionadas ao racismo.

1. “[...] quilombo pode ser uma atitude dos negros para se conservarem no sentido histórico e de sobrevivência grupal, e que ele se apresenta como assentamento social e organização que criam uma nova ordem interna e estrutural” (Nascimento, 2021, p. 124).

RESULTADOS E DISCUSSÃO: DA OBSERVAÇÃO À AÇÃO

Aquecimento inespecífico: preparando o palco

O trabalho foi realizado com uma turma do curso de graduação em Psicologia, em uma universidade do estado do Rio de Janeiro. O convite foi feito pela primeira autora, que é a professora de algumas disciplinas do curso. Os alunos já tinham um conhecimento sobre o sociodrama; no entanto, ao dar início, grande parte da turma demonstrou curiosidade para saber como seria o desenvolvimento do método na perspectiva racial.

As pessoas participantes já estavam aguardando o palestrante em uma sala ao lado de onde iria ocorrer o sociodrama, tendo o lanche como recepção e já iniciando o aquecimento inespecífico. No decorrer desse momento, dialogavam e se aqueciam inespecificamente para o que seria vivido. Posteriormente, nos dirigimos para a sala ao lado, onde as pessoas se posicionaram em um grande círculo.

O diretor começou a se apresentar, a falar sobre sua escolha pela abordagem psicodramática e de sua trajetória profissional com as questões raciais até o momento. Posteriormente, perguntou se conheciam e se já haviam vivenciado um sociodrama. Os alunos responderam que sim, pois a professora da disciplina já havia realizado em sala de aula e vinha discorrendo sobre a abordagem.

O diretor, então, perguntou qual seria a curiosidade deles para aquele momento. Muitos trouxeram o questionamento se discutiriam sobre o racismo, fariam cenas e se o diretor traria situações sobre o tema. Perguntavam “Como isso seria aplicado no sociodrama?”, além de demonstrarem bastante curiosidade em torno de como o tema seria abordado pelo método.

O diretor começou a realizar o aquecimento corporal, solicitando que o grupo respirasse. Foi realizando o aquecimento com a respiração e, depois, solicitou que o grupo andasse vagarosamente e massageasse partes do corpo, tais como pescoço, ombros, costas e pernas.

Aquecimento específico: o racismo em cena

Finalizando o aquecimento corporal, o diretor solicitou que as pessoas caminhassem pela sala e, logo em seguida, que formassem duplas. E, nessas duplas, cada participante teria que olhar a outra pessoa da dupla de forma discriminatória e preconceituosa. Enquanto uma pessoa praticava o olhar, a outra se permitia ser observada dessa forma. E assim o exercício foi seguindo, em que cada pessoa da dupla pôde experimentar olhar o outro de uma forma preconceituosa e também ser olhada de um jeito inferiorizado.

Após estarem aquecidos, o diretor informou que leria alguns relatos e pediu para que o grupo prestasse atenção nas histórias que seriam apresentadas. Foi quando ele gritou: “Mãe, eu não quero ir para a escola, estão me chamando de macaco! Dizem que o meu cabelo é duro, é ruim. Mãe, por favor, me tira daquela escola!”.

O grupo permaneceu parado, e outros gritos ecoaram na sala pelo diretor: “Negrinho fedorento, sai daqui!”; “O segurança do supermercado está me seguindo e eu não fiz nada! Só vim comprar manteiga que minha mãe me pediu”. O ego-auxiliar, que foi a primeira autora do artigo, soltou outro grito: “Mãe, eu não quero alisar o meu cabelo, eu gosto dele assim. Eu não quero alisar o meu cabelo”. Então o diretor respondeu: “Vem arrumar esse cabelo pixaim! Que nariz de porco é esse?”.

Após o aquecimento específico, as pessoas participantes foram divididas em subgrupos, com a orientação de que cada grupo deveria pensar em uma cena de preconceito que tivesse sido vivida por elas ou por pessoas próximas, para serem representadas no palco sociodramático. Finalizando as discussões, as dramatizações foram, então, iniciadas.

Cena 1: “Eu sou a mãe dele!”

A primeira cena foi a representação de uma mãe negra com um filho branco (fruto de uma relação inter-racial) que se encontrava na fila da emergência para ser atendida e, quando se aproximou da recepção do hospital, foi acusada de que

o filho não era dela. Ela precisou confirmar várias vezes, e o segurança do hospital foi solicitado, pois acreditavam que ela havia sequestrado o menino. Chorando, a mãe suplicava, dizendo que o filho era dela, mas todos sentados na recepção do hospital não faziam nada, só olhavam e acenavam com a cabeça, concordando com a cena.

O diretor fez a inversão de papéis e pediu para que as pessoas do grupo dessem continuidade na cena, mas nada mudou. Na sequência, foi solicitado, então, que o papel anterior fosse retomado, porém a negação da maternidade permaneceu. Nesse momento, foi evidenciada uma dificuldade das pessoas de se colocarem no lugar da mãe para realizarem a mudança de cena. É importante ressaltar que grande parte das pessoas que estavam nesse grupo eram brancas. Ramos (2023) ressaltava que essa imobilidade evidencia a patologia social do branco, que não se integra porque foi educado para ser superior ao negro e que, por conta disso, a desigualdade racial acabou sendo naturalizada.

O diretor perguntou, então, se alguém da plateia desejava entrar e modificar a cena. Ninguém se manifestou. Até que o ego-auxiliar entrou em defesa da mulher e se posicionou de forma a enfrentar a recepcionista e o segurança. O diretor congelou a cena e perguntou se alguém desejava entrar. Foi quando outras duas mulheres negras entraram na cena e partiram para o enfrentamento com o guarda e a recepcionista, de forma incisiva, com autoridade, força e determinação. A partir desse momento, o diretor pediu para que a plateia comesse a maximizar as falas das mulheres que estavam representando a mãe. Diante disso, a cena se encerrou, com o segurança e a recepcionista coagidos, aceitando que o filho era da mulher negra.

É válido mencionar que, aqui, podemos verificar o que é mencionado por Santos e Santos (2025), que relatam que a culpa de o negro não conseguir conquistar os espaços não é do sujeito, mas sim de uma estrutura racista que, ao longo dos anos, foi sendo construída. Essa dificuldade de acesso, de ser ouvido, de ser visto e não ser silenciado encontra-se na base social escravista – e, até o momento, perpetua-se em nossa sociedade. Nessa cena, visualizamos a dificuldade de a mulher negra ser ouvida e defendida dentro da sociedade, e que, para que isso aconteça, outras vozes precisam se levantar em sua defesa para que, assim, consiga o acesso necessário.

Cena 2: “Tive que abrir mão de mim mesma...”

A segunda cena iniciou com uma senhora colocando as filhas sentadas: uma com cabelos cacheados e tom de pele mais retinta; e a outra, “parda”, com cabelo mais ondulado. Ela declamava, em um discurso, que casou com o pai delas (que era branco) para livrá-las das vivências do preconceito e do racismo, que as filhas deveriam agradecer a ela, porque ela clareou a família para que elas não sofressem. O pai branco, ao lado, estava em silêncio, observando o discurso.

O diretor iniciou a entrevista perguntando quem era aquela senhora, que respondeu: “Eu sou uma mulher negra que passou por muita humilhação ao longo da vida e que precisou casar com um homem que eu não amava para que minha filha e minhas netas não passassem pelas mesmas coisas que eu passei”. O diretor perguntou ao homem quem ele era. Ele respondeu que era o marido daquela senhora e que casou com ela por amor. Seguiu-se a cena, e a senhora permaneceu falando com as filhas para prestarem atenção no que ela dizia, porque, nesse mundo, o que garantiria a felicidade delas seria casar com um homem branco.

O diretor congelou a cena e perguntou para a senhora: “O que você está sentindo aqui?”. “Dor, mas preciso ensinar a elas para que não sofram mais à frente!”, respondeu ela. Foi solicitado que o avô pudesse inverter o papel com a avó, porém ele não conseguiu assumir o lugar dela, ficando perdido. Então o diretor pediu para retornarem aos papéis originais e perguntou à plateia se alguém desejava entrar na cena e modificá-la ou contribuir de alguma forma. Ninguém da plateia se manifestou.

A cena seguiu no mesmo ritmo: a avó “ensinando” às netas as regras do embranquecimento familiar para que elas não sofressem. Em determinado momento, a ego-auxiliar entrou, realizando um duplo com essa senhora: “Eu não quero que sofram o que eu sofri. Tive que abrir mão de mim mesma, das minhas vontades, dos meus amores, para que eu pudesse sobreviver a tanta crueldade. Então o que faço aqui é apenas uma forma de prevenir que minhas filhas não passem por isso”.

Historicamente, o modelo de perfeição, beleza e empoderamento apresentado foi o padrão eurocêntrico, no qual os corpos considerados como moldes nas mídias, nas telenovelas e nos programas de televisão eram os corpos brancos; e quando os corpos negros apareciam, estavam sempre em posições de subalternização e subserviência. Isso significa que todos esses atravessamentos constituíram o imaginário coletivo colonial, que influenciou o sujeito negro a negar sua própria identidade

como uma condição para poder existir, como uma condição para sobreviver. Nesse contexto, Souza (1983) ressalta que a busca por esse embranquecimento é uma maneira de a pessoa negra se sentir aceita, uma possibilidade para ser vista como gente na sociedade.

Em concordância, Santos e Santos (2025, p. 6) enfatizam que: “Com isso, o embranquecimento acaba sendo fortalecido, pois a busca por clarear as futuras gerações é almejada para uma possível ascensão social e também simbólica, já que ser mais claro poderá trazer benefícios materiais e simbólicos”.

O diretor então perguntou se a plateia queria entrar em cena, e parte dela o fez acolhendo, abraçando a protagonista e dizendo que estava tudo bem. Assim se encerrou a segunda cena.

Cena 3: “Não vou mais alisar o meu cabelo!”

A terceira cena iniciou com mãe e filha juntas. A mãe estava sentada em uma cadeira e a filha, no chão, para que a mãe pudesse passar ferro quente em seu cabelo. A filha dizia que não queria, mas a mãe insistia em passar o ferro quente para alisar o cabelo da filha, dizendo que aquilo era para ela não passar por “bullying” na escola. A filha dizia que gostava do cabelo dela, mas a mãe insistia e permanecia passando o ferro quente.

O diretor pediu para a criança dizer o que estava sentindo, e ela falou: “Sinto raiva e tristeza”. A cena seguiu no mesmo padrão. A plateia, então, foi impulsionada a intervir na cena, porém ninguém se movimentou. A representação continuou por alguns minutos dessa forma: a mãe com falas ruins sobre o cabelo e passando o ferro quente no cabelo da filha. Em determinado momento, a ego-auxiliar entrou no lugar da filha e gritou: “Chega! Eu não quero mais! Eu odeio isso! Chega! Chega! Chega! Eu não quero mais! Não vou mais alisar o meu cabelo! Não me importa mais o que as pessoas dizem!”.

A cena seguiu com a protagonista, enquanto a mãe permanecia paralisada. A ego-auxiliar fez, então, um duplo com a mãe e disse para a filha: “Olha para mim! Eu te amo do jeito que você é! Me perdoa!”. E elas se abraçaram.

Nesse momento, parte da plateia, em sua maioria pessoas negras, foi até o palco para abraçar a protagonista. Foi percebido, durante a ocasião, que a história que estava sendo representada na cena parecia ser a de todas aquelas pessoas que se levantaram para acolher a protagonista. Assim, encerrou-se a cena.

Compartilhamento: “O que ressoou em mim?”

Ao finalizarem as dramatizações, os estudantes foram orientados a se sentar, pois naquele momento seria realizado o compartilhamento do que foi vivenciado através da ação sociodramática. Nessa hora, as pessoas participantes foram informadas de que o período do compartilhamento é uma oportunidade na qual cada pessoa poderia falar como foi se sentindo ao longo do trabalho. Dessa forma, o diretor iniciou a etapa final do sociodrama com uma pergunta disparadora, que foi: “O que ressoou em mim?”.

No primeiro momento o que ressoava era o silêncio, mas, em seguida, começou a ouvir-se choros contidos. Após a primeira pessoa falar, os estudantes foram se abrindo e compartilharam o que haviam sentido. Muitas pessoas relataram que, em determinados momentos das cenas, sentiram um nó na garganta, principalmente por terem se identificado com elas, por já terem vivenciado algo parecido.

Outras pessoas relataram sentimentos de vergonha, de incapacidade por não terem conseguido agir para intervir na cena. Através dos relatos das pessoas participantes foi percebido que, apesar de as dramatizações terem gerado desconforto e, em muitos momentos, elas terem se sentido imobilizadas, a vivência possibilitou um espaço de conscientização, que foi evidenciado através da fala de uma participante, quando ela disse: “O que precisamos entender é que ser antirracista não é apenas falar sobre os impactos do racismo. Precisamos pensar em ações concretas que possam enfraquecer essa estrutura. Não só pensar, mas colocá-las em prática, seja no ambiente acadêmico, familiar, organizacional, onde estivermos”.

A perspectiva dessa estudante reforçou o que Moreno (1975, p. 444) expressou no texto *O problema negro-branco: um protocolo psicodramático*, quando ele diz: “[...] 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”.

Em todas as cenas vivenciadas, um aspecto que chamou atenção foi que as técnicas do psicodrama que foram utilizadas, tais como inversão de papéis, espelho, solilóquio e duplo, sensibilizaram as pessoas e fizeram com que se sentissem tocadas, porém elas não conseguiram ser criativas e espontâneas frente às situações do racismo. Os participantes congelaram, não conseguiram usar uma saída para combater os comportamentos racistas que estavam sendo reproduzidos. Somente a entrada da ego-auxiliar (enfrentando o racismo) fazia com que as pessoas se mobilizassem diante do sofrimento vivenciado pelas pessoas negras.

As pessoas participantes seguiram o compartilhamento relatando sentimentos de dúvida, impotência, medo e insegurança. Algumas ressaltaram que não sabiam o que fazer. No entanto, surgiu o questionamento: “Não sabiam o que fazer, ou estavam reproduzindo uma naturalização do preconceito racial?”. Nesse aspecto, a vivência evidenciou o que os autores Sousa e Brussio (2023) apresentam no artigo “Racismo estrutural no Brasil: a luta por uma sensibilidade do mundo decolonial”, quando afirmam que: “O racismo estrutural faz parte da ordem social brasileira e se reproduz consciente e inconscientemente nos aspectos culturais, econômicos e políticos da sociedade. Ele se apresenta nas formas de desigualdade racial arraigadas em nosso convívio social” (Sousa e Brussio, 2023, p. 276).

Diante das cenas, levantam-se os seguintes questionamentos: por que ninguém conseguiu entrar na cena para modificá-la? Por que, em todos os momentos de dor em que o racismo aconteceu, houve um silenciamento da plateia (tanto de pessoas brancas quanto de pessoas negras)? O que impediu as pessoas de se manifestarem e se posicionarem? Por que o acolhimento só veio depois de assistirem, de fora, ao sofrimento humano intenso? O que impediu a plateia de modificar as cenas vividas, antes mesmo que o sofrimento humano se acentuasse? Por que somente com a entrada da ego-auxiliar sentiam-se autorizadas a entrar em cena, após esta ser resolvida?

Após esses questionamentos, as pessoas compartilharam que a imobilidade no dia a dia é um aspecto que causa incômodo e vontade de querer enfrentar, porém o medo de que algo aconteça com a própria vida faz com que não reajam. No decorrer, pessoas brancas também mencionaram, como forma de autodefesa, que nem as próprias pessoas negras se defenderam. Em seguida, algumas pessoas negras mencionaram que nunca são ouvidas quando se posicionam. Relataram vivências pelas quais passam e, por não se reconhecerem como tal, se tornam imobilizadas; mesmo sabendo que a situação que vivenciam no ambiente familiar, por exemplo, não é certa, não sabem o que fazer.

Partindo dessas falas, foi levantada a discussão sobre os aspectos evidenciados pelas pessoas. O primeiro foi a evidência da ausência de desnaturalização do privilégio branco como um fator de imobilização e reforçamento das estruturas de desigualdade social e racial, ou seja, é necessário que pessoas brancas possam compreender que o fato de estarem em lugares onde grande parte das pessoas que estão servindo são negras não é um privilégio, mas, sim, uma evidência da desigualdade racial. Dessa forma, Santos e Santos (2025) ressaltam que uma das formas de enfraquecer o racismo envolve o reconhecimento das pessoas brancas sobre seus privilégios e sua consequente desnaturalização.

Seguindo a discussão, outro aspecto evidenciado por uma participante branca foi que o fato de as pessoas negras não se posicionarem diante das situações de racismo não deve ser compreendido como um comportamento passivo ou conivente, mas como um aspecto que é resultado de um processo histórico de opressão e de dominação dos corpos negros, no qual resistir às violências racistas pode, muitas vezes, significar correr riscos de punição, silenciamento ou possíveis retaliações. Dessa forma, a participante evidencia o que Neuza Santos Souza (1983) aponta no livro *Tornar-se negro*, no qual a autora destaca que a subjetividade da população negra foi influenciada sob a ótica e lógica da subalternidade imposta pelo racismo estrutural, o qual gera, muitas vezes, uma paralisia diante das injustiças.

Além disso, os participantes levantaram a discussão de que, muitas vezes, quando a pessoa negra decide se posicionar diante da violência racial que está enfrentando, isso pode significar ser desacreditada ou invalidada. Com isso, foi levantada a situação de uma pessoa negra que sofre racismo no ambiente de trabalho, por exemplo, onde o medo de perder o emprego pode ser um fator de paralisiação. Após essa discussão, os estudantes reforçaram não só a importância de existir uma mobilização antirracista, como também a necessidade de todas as pessoas se engajarem nessa luta. Assim, o compartilhamento foi encerrado com a fala de uma participante, dizendo: “É fundamental que a sociedade, especialmente nós, futuros profissionais

da Psicologia, reconheçamos nossos papéis, responsabilidades e formas de agir frente às desigualdades raciais que são reproduzidas cotidianamente, inclusive nos contextos clínicos, institucionais e comunitários”.

As falas das pessoas participantes e a experiência coletiva vivenciada durante o sociodrama evidenciam o fenômeno da catarse de integração, que ultrapassa a simples liberação de emoções reprimidas. Trata-se de um processo pelo qual essas emoções são reintegradas à narrativa de vida dos sujeitos, ampliando sua compreensão sobre si mesmos e o contexto social em que estão inseridos. Nesse sentido, a catarse possibilitou que os estudantes não apenas externalizassem sentimentos guardados, mas também construíssem uma perspectiva nova e crítica acerca das questões raciais. Assim, a prática dramática atua como um agente de transformação capaz de impulsionar mudanças tanto individuais quanto coletivas, estimulando o fortalecimento de uma consciência antirracista que desperta ações concretas.

CONCLUSÃO: SAINDO DO LUGAR DE OBSERVAÇÃO

O racismo é uma tecnologia opressiva que foi construída na história da sociedade, sustentada pelas desigualdades e aprendida nas relações do dia a dia, nas quais se formam ideias, comportamentos, pensamentos, medos e privilégios (Vomero, 2022). Nesse contexto, a vivência sociodramática permitiu observar, na prática, o que Crisostono e Ribeiro (2024, p. 253) apontam ao afirmar que:

[...] o racismo é um fator determinante de sofrimento e impactos na saúde dos estudantes negros, sendo um fenômeno social engendrado no imaginário e na subjetividade da população, por isso o seu enfrentamento deve começar desde muito cedo, com as crianças e adolescentes na escola.

Para os autores do artigo, foi extremamente impactante observar que profissionais que estão se formando em Psicologia mantêm suas conservas culturais frente às questões raciais, não conseguindo apresentar comportamentos que possam romper com as situações de racismo, seja no que diz respeito ao silenciamento, à violência física ou psicológica. Por isso, Ramos (2023, p. 107) enfatiza que: “[...] é preciso ‘reeducar o branco’, no sentido de adestrá-lo para a convivência democrática com os homens de cor, de minar e desfazer os seus estereótipos e sua ideologia racial discriminativa, que se manifesta até em seu comportamento inconsciente”.

Guerreiro Ramos (2023) acreditava na reeducação do branco, pois, para ele, o comportamento humano não é algo inato, mas sim um conjunto de coisas que o ser humano vai aprendendo a partir dos seus vínculos relacionais, familiares e sociais. Nesse contexto, acredita-se que o comportamento racista faz parte de um papel social opressor que foi aprendido em uma matriz colonial (Vomero, 2022). Portanto, da mesma forma que o sujeito aprendeu a desenvolver o papel escravista, ele também pode, no palco sociodramático, ser treinado para exercer um novo papel, uma nova conduta.

Da mesma forma, Oliveira (2025) evidencia que os sujeitos negros, por conta de um histórico racista, de desumanização e marginalização dos seus corpos, acabaram introduzindo em suas subjetividades papéis sociais de escravizados. Assim, o autor ressalta que, para os profissionais que forem trabalhar com pessoas negras, é preciso evidenciar o trabalho dramático como um território em que essas pessoas possam abandonar os papéis de escravizadas, como uma nova resposta às opressões raciais.

O que foi vivido também nos leva a refletir que o racismo científico² ainda se encontra presente dentro das universidades, gerando impactos na formação dos estudantes e os distanciando da possibilidade de compreender os aspectos que atravessam as pessoas negras e impactam a sua saúde mental cotidianamente – cegando, com isso, futuros profissionais de atenderem seus pacientes com aprofundamento teórico e prático. Santos e Santos (2025) destacam que profissionais de psicologia, muitas vezes, reproduzem relações raciais hierarquizadas, construídas ao longo de centenas de anos, associando a cor da pele

2. O racismo científico é um conceito que se refere à utilização de teorias científicas e pseudocientíficas para justificar e perpetuar a discriminação racial e a desigualdade entre diferentes grupos raciais. Essa prática emergiu entre os séculos 18 e 19, quando alguns cientistas tentaram categorizar os seres humanos em raças distintas, atribuindo características físicas e comportamentais específicas a cada uma delas. Essa abordagem foi usada para legitimar a superioridade de certos grupos – especialmente os brancos – sobre outros, levando, assim, a contribuir para a construção de estereótipos e preconceitos profundamente enraizados na sociedade (Ferreira, 2024).

a uma posição hierárquica inferior e a um baixo poder aquisitivo, além de distinguir condutas de cuidado entre populações negras e brancas.

A inserção de ações sociodramáticas revela um caminho de ressignificação não somente do sujeito em si, mas do seu posicionamento político, social e profissional, proporcionando conjecturas relacionais de horizontalidade. Conforme menciona Guerreiro Ramos (2023), o psicodrama é, ao mesmo tempo, um método de análise das relações humanas e um processo de terapêutica psicológica. Aliás, ordinariamente é difícil separar o intuito analítico do intuito terapêutico.

De acordo com Moreno (1975), a espontaneidade é um conceito central no psicodrama e se refere à capacidade do sujeito de responder de forma autêntica e criativa às situações e aos conflitos da vida. Essa capacidade permite romper com os padrões rígidos e automáticos de comportamentos, possibilitando um novo repertório diante dos desafios. No trabalho com os estudantes, diante das cenas representadas, evidenciou-se um déficit dessa espontaneidade, pois ao longo da atividade percebemos que as conservas culturais racistas ainda atravessavam a formação dos futuros profissionais, destacando a necessidade de criarmos espaços que propiciem a transformação e a desconstrução dessas conservas.

É fundamental possibilitar a discussão das relações étnico-raciais nos currículos de Psicologia, incorporando metodologias ativas como o sociodrama, que permite, por meio do *role-play*, o treinamento de novas respostas diante da desigualdade racial. É necessário pensar nessa estratégia como uma forma de capacitar tanto pessoas brancas quanto pessoas negras para que novos papéis sejam construídos – papéis que rompam com a naturalidade e a omissão, e que enfrentam o preconceito racial para além da dor e da submissão.

Portanto, destaca-se que romper com o silêncio exige uma ação responsável. Nesse sentido, não basta apenas sensibilizar; é preciso ter mobilização, ação e transformação. Cabe à universidade, enquanto território de formação, cultivar o comprometimento com as questões sociais, de modo que os futuros profissionais sejam capazes de reconhecer os atravessamentos que o racismo provoca em suas práticas clínicas, institucionais e comunitárias.

Assim, o convite que fica aos profissionais é que possam exercer a coragem de sair do lugar, de deixar a posição de observação e tornar-se agentes ativos na construção de uma sociedade antirracista.

CONFLITO DE INTERESSE

Nada a declarar.

DISPONIBILIDADE DE DADOS DE PESQUISA

Não se aplica.

CONTRIBUIÇÕES DOS AUTORES

Conceitualização: Souza DA, Diniz EHG, Oliveira DR; **Metodologia:** Souza DA, Diniz EHG, Oliveira DR; **Análise formal:** Souza DA, Diniz EHG, Oliveira DR; **Investigação:** Souza DA, Diniz EHG, Oliveira DR; **Escrita:** Souza DA, Diniz EHG, Oliveira DR; **Aprovação final:** Souza DA.

FINANCIAMENTO

Não se aplica.

AGRADECIMENTOS

Não se aplica.

REFERÊNCIAS

- Anselmo, A. dos S. (2021). Os impactos da colonização: epistemicídios na psicologia. *Revista da ABPN*, 13(35), 441-463. Recuperado de <https://abpnrevista.org.br/site/article/view/917/1083>
- Crisostono, S. M. de O., & Ribeiro, D. de F. (2024). Raízes e ancestralidade: um processo grupal sociodramático como enfrentamento do racismo na escola. *Conecte-Se! Revista Interdisciplinar de Extensão*, 8(17), 238-256. <https://doi.org/10.5752/P.2594-5467.2024v8n17p238-256>
- Ferreira, I. G. (2024). O racismo científico e seu contágio no Código Criminal Brasileiro de 1830. *Revista Brasileira de História do Direito*, 10(1). <https://doi.org/10.26668/IndexLawJournals/2526-009X/2024.v10i1.10474>
- Moreno, J. L. (1975). *Psicodrama*. Cultrix.
- Nascimento, B. (2021). *Uma história feita por mãos negras*. Zahar.
- Oliveira, D. R. (2025). Psicodrama brasileiro e a luta antirracista: o legado de Alberto Guerreiro Ramos. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 33(1), e696. <https://doi.org/10.1590/psicodrama.v33.696>
- Oliveira, D. R., & Fontoura, A. M. T. (2023). Racismo e resistência: o povo negro no palco psicodramático. *Cadernos InterPesquisas*, 1, 1-17. <https://doi.org/10.5281/zenodo.8126527>
- Ramos, A. G. (2023). *Negro sou: a questão étnico-racial e o Brasil – Ensaios, artigos e outros textos (1949–73)* (M. S. Barbosa, Org.). Zahar.
- Santos, T. L. dos, & Santos, S. S. dos. (2025). A compreensão de psicólogas(os) sobre o racismo e a estruturação de subjetividades. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 45, e271980, 1-12. <https://doi.org/10.1590/1982-3703003271980>
- Sousa, J. A. de, & Brussio, J. C. (2023). Racismo estrutural no Brasil: a luta por uma sensibilidade do mundo decolonial. *ODEERE: Revista Internacional de Relações Étnicas*, 8(1), 264-284. <https://doi.org/10.22481/odeere.v8i1.11658>
- Souza, N. S. (1983). *Tornar-se negro: as vicissitudes da identidade do negro brasileiro em ascensão social* (Vol. 4). Edições Graal.
- Vomero, L. de S. Z. (2022). Decolonizando o conceito de reconhecimento (EU-TU). *Revista Brasileira de Psicodrama*, 30(1), 1-9. <https://doi.org/10.1590/psicodrama.v30.576>