

Identidade e processos de subjetivação: a importância da transição capilar no enfrentamento ao racismo

Identity and processes of subjectivation: the importance of the capillary transition in facing racism

DOI:10.34117/bjdv6n12-236

Recebimento dos originais:10/11/2020

Aceitação para publicação:10/12/2020

Aline Moreno Mendes

Pós-graduada em Docência Universitária e em Psicopedagogia Clínica e Institucional pela Faculdade de Ciências e Tecnologia da Bahia - FACITE

Graduada em Psicologia pelo Centro Universitário Guanambi – UNIFG

Instituição: Faculdade de Ciências e Tecnologia da Bahia - FACITE.

Endereço: Rua Emílio Marques, 298 - Parque de Exposição, Santa Maria da Vitória - BA

E-mail: alinem.mendes06@gmail.com

Ana Maria de Lima Carneiro

Acadêmica do 10º semestre do curso de Psicologia da Faculdade de Ciências e Tecnologia da Bahia – FACITE

Instituição: Faculdade de Ciências e Tecnologia da Bahia - FACITE

Endereço: Rua Emílio Marques, 298 - Parque de Exposição, Santa Maria da Vitória - BA

E-mail: anamariadelimacarneiro@gmail.com

Joseane Macedo dos Anjos

Acadêmica do 10º semestre do curso de Psicologia da Faculdade de Ciências e Tecnologia da Bahia – FACITE.

Instituição: Faculdade de Ciências e Tecnologia da Bahia - FACITE

Endereço: Rua Emílio Marques, 298 - Parque de Exposição, Santa Maria da Vitória - BA

E-mail: joseanemacedo43@gmail.com

RESUMO

Ao longo da história, a Psicologia brasileira produziu conhecimentos que reforçaram estereótipos raciais, todavia, mesmo em dias atuais se mantém conivente com o racismo quando se silencia frente a esse tipo de desigualdade política, fazendo-se necessária a discussão da temática do racismo nas grades curriculares de psicologia, de modo a pensar a atuação do psicólogo nesse âmbito, pautada nos princípios fundamentais do Código de Ética profissional, compreendendo os efeitos psicossociais do racismo, uma vez que o racismo tem efeitos diretos na saúde mental, no autoconceito, bem como na autoestima do sujeito negro. No Brasil, durante muito tempo, os negros sofreram dominação política, econômica e cultural, o preconceito frente ao sujeito negro se amplia a todos sentidos, sobretudo na estética, na identidade, e o cabelo do negro reflete todo esse conflito, sendo considerado também como um sinal de pertencimento a um grupo, é um dos principais signos da identidade negra, que é constituída no processo que inclui o olhar para si, bem como a relação com o olhar do outro visto que as experiências que uma pessoa tem com o seu cabelo ao longo da vida afetam diretamente o seu autoconceito. Com isso, esta pesquisa teve como objetivo verificar os efeitos da transição capilar na

autoestima e no enfrentamento ao racismo. Constituiu-se como uma pesquisa netnográfica quantitativa, com dados obtidos por meio de questionário, aplicado a 134 pessoas de dezoito estados brasileiros e uma dos Estados Unidos. Verificou-se que 59,7% dos entrevistados entendem a transição capilar como um protesto contra o racismo e que 79,9% disseram já ter sofrido preconceito com seu cabelo, sendo um dos principais alvos do preconceito racial. Nota-se que a valorização das características brancas, como o cabelo liso, reforça no sujeito a sensação de estar fora do padrão, corroborando para uma autoestima reduzida, esse efeito na autoestima é confirmado nesta pesquisa, visto que “antes da transição capilar” (44,8%) e “durante a transição” (36,6%) a autoestima foi considerada como “média”, todavia, “depois da transição capilar” a autoestima passa a ser considerada como “muito alta” (27,6%). Com base nos dados apresentados, concluiu-se que o racismo constitui-se como forma de promoção do sofrimento psicológico no sujeito negro, levando-o a não aceitar-se em seu próprio corpo, induzindo a buscar formas de embranquecimento para ser aceito no padrão social preestabelecido. Deste modo, a transição capilar é apresentada como forma de enfrentamento ao racismo, através de uma ressignificação de sua identidade e aceitação de seus traços de origem. Nesse contexto, a psicologia enquanto ciência e profissão deve se atentar aos processos de subjetivação e os efeitos na autoestima provocados pelo racismo, de forma a pensar como o racismo atravessa a construção subjetiva do sujeito, inteirando-se, portanto, sobre os debates acerca da temática, de modo a posicionar-se pensando ações pautadas em um compromisso ético-político do fazer profissional da psicologia, prezando pela dignidade humana e a promoção da saúde mental.

Palavras-chave: Racismo, Transição Capilar, Autoestima, Psicologia.

ABSTRACT

Throughout history, Brazilian psychology has produced knowledge that has reinforced racial stereotypes; however, even today it remains conniving to racism when it is silenced in the face of this type of political inequality, making it necessary to discuss the subject of racism in the curricula of psychology, in order to think about the psychologist's work in this field, based on the fundamental principles of the professional Code of Ethics, understanding the psychosocial effects of racism, since racism has direct effects on mental health, on self-concept, as well as on the self-esteem of the black subject. In Brazil, for a long time, Blacks suffered political, economic and cultural domination, the prejudice against the Black subject is extended to all senses, especially in aesthetics, identity, and the Black person's hair reflects all this conflict, being also considered as a sign of belonging to a group, is one of the main signs of Black identity, which is constituted in the process that includes looking at oneself, as well as the relationship with the other person's eyes, since the experiences a person has with his or her hair throughout life directly affect his or her self-concept. With this, this research aimed to verify the effects of the hair transition on self-esteem and the confrontation with racism. It was constituted as a quantified netnographic survey, with data obtained through a questionnaire, applied to 134 people from eighteen Brazilian states and one from the United States. It was verified that 59.7% of the interviewees understand the hair transition as a protest against racism and that 79.9% said they had already suffered prejudice with their hair, being one of the main targets of racial prejudice. It is noted that the valorization of white characteristics, such as straight hair, reinforces in the subject the sensation of being out of the pattern, corroborating for a reduced self-esteem, this effect in self-esteem is confirmed in this research, since "before the hair transition" (44.8%) and "during the transition" (36.6%) the self-esteem was considered as "average", however, "after the hair transition" the self-esteem is considered as "very high" (27.6%). Based on the data presented, it was concluded that racism constitutes a form of promoting psychological suffering in the black subject, leading him/her not to accept him/herself in his/her own body, inducing the search for forms of whitening to be accepted in the pre-established social standard. In this way, the capillary transition is presented as a way of facing

racism, through a resignification of its identity and acceptance of its traits of origin. In this context, psychology as a science and profession must pay attention to the processes of subjectivation and the effects on self-esteem provoked by racism, in order to think about how racism goes through the subjective construction of the subject, thus becoming aware of the debates about the subject, in order to position itself thinking about actions based on an ethical-political commitment to making psychology a professional, valuing human dignity and the promotion of mental health.

Keywords: Racism, Capillary Transition, Self esteem, Psychology.

1 INTRODUÇÃO

No Brasil, a psicologia surgiu reforçando o preconceito, utilizando teorias racistas que colocavam o negro como inferior. Somente a partir dos anos 2000, com a contribuição de psicólogas negras, a psicologia voltou-se mais intensamente ao tema do racismo, todavia, muitas vezes é conivente com o racismo, quando se silencia frente à ele, quando o psicólogo não reflete sobre os seus efeitos, quando não pensa formas de atuação voltadas ao tema, quando finge que isso não existe no Brasil. A psicologia tem uma grande bagagem de conhecimentos que pode ajudar no enfrentamento ao racismo e não utilizá-la é um descompromisso social (CFP, 2017).

Tendo em vista a importância de uma práxis voltada pra o compromisso ético-político da psicologia frente a temas como o racismo, é importante pensar a prática profissional pautada no Código de Ética Profissional do Psicólogo, e a respeito dessa temática destaca-se os princípios fundamentais II e III:

- II. O psicólogo trabalhará visando promover a saúde e a qualidade de vida das pessoas e das coletividades e contribuirá para a eliminação de quaisquer formas de negligência, discriminação, exploração, violência, crueldade e opressão.
- III. O psicólogo atuará com responsabilidade social, analisando crítica e historicamente a realidade política, econômica, social e cultural (CFP, 2005, p. 7).

Nesse sentido, pode-se considerar que a formação no curso de psicologia é importante para a construção dos futuros profissionais, para que consigam ter uma visão crítica a cerca da realidade em suas atuações. Mas é raro encontrar o tema do racismo em disciplinas obrigatórias nas grades de psicologia do Brasil, é um tema em que não é dada muita atenção durante o curso. Isto é um problema, pois o profissional irá se atentar às coisas que ele teve acesso no curso, assim, muitos profissionais saem da formação sem uma visão crítica acerca dessa realidade. Dessa forma, é necessário que se aborde cada vez mais sobre esse assunto nas grades curriculares de psicologia, incluindo disciplinas como História da África e Relações Raciais. Também é importante que se trabalhe as identidades

raciais negras de forma positivada, mostrando quais atuações podem ser feitas para contribuir na desconstrução dos preconceitos e práticas discriminatórias; entendendo que os psicólogos como formadores de opinião, precisam discutir sobre a temática para contribuir para uma sociedade menos desigual (CFP, 2017).

Historicamente, encontramos diversos fatos racistas ocorridos no Brasil (além do período de escravidão). Entre os anos 1930 e 70, ocorreu no Brasil uma ideologia da mestiçagem; Nina Rodrigues, legista baiano, defendia que a raça negra tinha uma capacidade cognitiva menor que a dos brancos, por isso as pessoas brancas deveriam estar no poder, para ele não deveriam haver cruzamentos inter-raciais. Já Silvio Romero e Oliveira Vianna acreditavam que a partir dessas misturas de raças, depois de um tempo as características brancas se sobressaíam. Essas discussões continuaram ao longo desse período. Os discursos políticos apresentavam ideias nacionalistas, o Brasil era um país de misturas de raças, onde não havia diferenciação entre raças, havia a chamada brasilidade, mas na prática ainda acontecia uma hierarquia entre as raças, assim, o que acontecia era o mito da democracia racial, um mito que de certa forma se estende até os dias atuais (COSTA, 2001).

Atualmente, muitas mulheres alisam os cabelos para parecerem com as mulheres de cabelos lisos naturais e assim obter aceitação das outras pessoas e adquirir espaços nos grupos sociais, inclusive para conquistar uma vaga de emprego (KING, 2015). Se alisar significa se enquadrar em um padrão para a aceitação social, então não alisar seria contestar o que está posto. Desta forma, pode-se considerar que quando se assume o cabelo de origem, se está tendo um ato de resistência étnica.

Nesse sentido o movimento que denomina tal atitude frente aos cabelos é chamado na atualidade como “transição capilar” (grifo nosso), e pode ser compreendido como um processo que consiste em parar de alisar os cabelos, os deixando crescerem; durante esse período, o cabelo fica com a raiz ondulada, cacheada ou crespa e com o restante liso, assim, a pessoa corta de uma vez ou aos poucos as pontas lisas, deixando o seu cabelo totalmente natural (SANTOS, 2015).

Vale destacar que a transição capilar envolve o processo de se reconhecer enquanto sujeito, e essa construção não se faz de forma individual, mas se dá nas relações sociais. Visto que, as experiências que uma pessoa tem com o seu cabelo ao longo da vida influenciam a forma como ela percebe o cabelo e os traços que demonstram sua origem africana (FAGUNDES, 2007). A identidade negra se constrói num processo que inclui o olhar para si e também a relação com o olhar do outro, essa construção se dá em um contexto histórico de uma sociedade racista (GOMES, 2012). Nesse sentido, Ciampa (1997) aponta que nossa identidade se constrói por meio dos grupos que participamos, desta forma as identidades são afetadas pelas realidades sociais e também afetam essa realidade,

conservando-a ou modificando-a. Para Stuart Hall (2006), a identidade é uma "celebração móvel", formada e transformada continuamente em consequência das formas pelas quais somos representados e interpelados nos sistemas de cultura que nos rodeiam.

Deste modo, tendo em vista que o processo da construção da identidade do sujeito negro, perpassa questões culturais e históricas de uma sociedade e como esta atravessa o processo de subjetivação do sujeito, é importante pensar que nesse processo o sujeito negro não se identifica em seu próprio corpo, traços e tonalidades, e tal ruptura requer um movimento de empoderamento e ressignificação de sua autoestima. Para Julio (2011), assim como as pessoas se constroem em um processo contínuo, a autoestima também é construída a partir das relações sociais que cada um estabelece. D'Adesky define a autoestima como "a aspiração de ser reconhecido como ser humano" (D'ADESKY, 1997, p. 167). Segundo ele, é a autoestima que faz com que os negros queiram se ver livres dos preconceitos raciais, promovendo uma não aceitação do lugar de inferioridade que muitas vezes a sociedade os coloca.

Para Rogers (1954 *apud* RAFAEL, 2000) a autoestima é algo que todo ser humano necessita para se sentir bem e confiante, sendo assim, para obtê-la é preciso que seja feita sua construção a partir da infância, dando continuidade ao longo da vida. Quando o bebê, é acolhido por afeto e comportamentos que lhe demonstram compreensão, é integrada à ele uma autoestima (HALL; LINDZEY, 1984 *apud* RAFAEL, 2000). Na construção do autoconceito, a pessoa tem algo que almeja ser (self ideal) e o que se percebe sendo (self real), uma diferença muito grande entre esses dois pode ocasionar um adoecimento (ROGERS, 1954 *apud* RAFAEL, 2000). Neste sentido, a constituição desse autoconceito em uma situação dominada pelo racismo pode acabar se tornando um fator de adoecimento psíquico.

A partir da consciência crítica do seu pertencimento racial, como um ato político, os negros poderão transformar a realidade. É com a criticidade que eles constroem sua identidade e sua autoestima. Por meio do pertencimento racial pode-se trazer novos conceitos do que é ser negro, trazer a igualdade entre as pessoas ressaltando os direitos de todos (JULIO, 2011).

Nesse sentido, considerando a importância da psicologia voltar-se para a compreensão do processo de subjetivação do negro, bem como compreender o adoecimento psíquico deste, esta pesquisa objetivou-se por verificar os efeitos da transição capilar na autoestima e no enfrentamento ao racismo.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

Esta é uma pesquisa netnográfica exploratória de natureza quantiquantitativa que utilizou de questionário que foi analisado por estatística descritiva. Foi utilizado um questionário que contou com 26 questões objetivas e de respostas curtas. O questionário foi empregado à pessoas de 18 estados brasileiros e uma pessoa de Morristown, New Jersey, EUA. O critério de inclusão restringiu-se a qualquer pessoa que tivesse acesso a internet e fosse maior de 18 anos e que já tivesse passado (ou estava passando) pelo processo de transição capilar. A aplicação ocorreu via internet por meio do formulário do Google e não houve escolha dos participantes, esses foram alcançados de forma aleatória, mediante a divulgações em redes sociais e indicação de uma para outra pessoa.

A amostra foi de 134 pessoas que participaram do dia 24 a 28 de outubro de 2017; destas pessoas, 79 já passaram pela transição capilar e 55 pessoas ainda estavam passando pelo processo. 133 pessoas são do gênero feminino e 1 pessoa do gênero masculino; 51 pessoas se consideram negras, 50 pardas, 31 brancas e 2 amarelas.

A respeito dos cuidados éticos, foi disponibilizado, no início do formulário, um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, garantindo o sigilo, em que a pessoa poderia assinalar se aceitava ou não participar da pesquisa. E todos participantes aqui apresentados assinalaram, assim concordando com o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido dessa pesquisa.

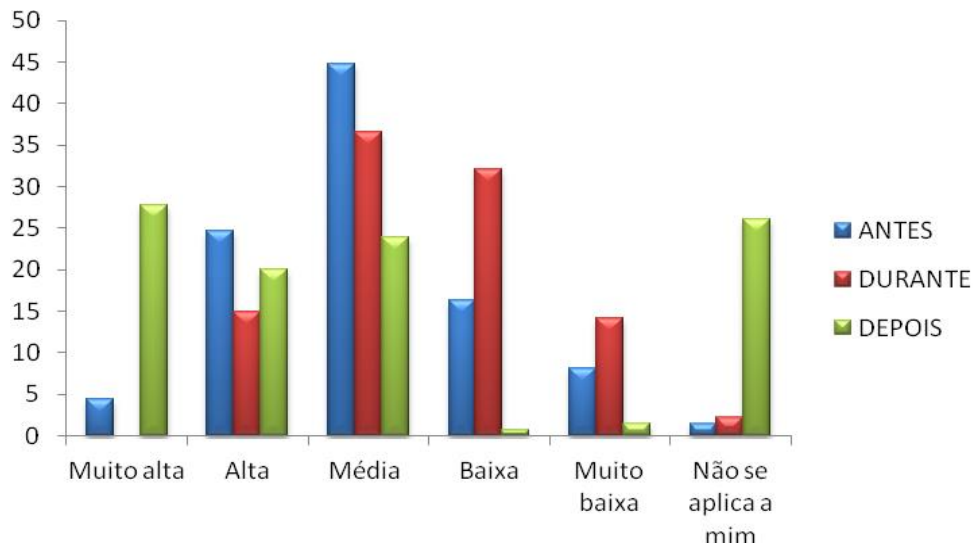
Os resultados foram tabulados através da própria plataforma do Google Forms, calculando as frequências relativas e absolutas de cada variável. Os gráficos foram construídos pelas autoras, a partir dos dados observados.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

No questionário aplicado, a temática da autoestima foi dividida em três questões (Figura 1): autoestima antes da transição capilar, durante a transição e depois. Vale ressaltar que dentre os participantes 59% relata ter passado pela transição e 41% ainda estar passando. Os resultados nessa questão buscaram compreender a autoestima dos participantes durante todos os processos da transição. Constatou-se portanto, que antes da transição a autoestima foi considerada como “média” (44,8%) e “alta” (24,6). De acordo com Ferrari e Assis (2017) muitas mulheres que decidiram alisar os cabelos, passaram por preconceitos desde a infância por conta do cabelo, recebendo várias críticas como “cabelo ruim” e “cabelo duro”. Segundo eles, a mídia as influenciava a desejar o padrão de cabelo liso, nesse processo ocorria-se a perda da autoestima, as mulheres passavam a ter uma autoimagem relacionada a

estereótipos preconceituosos. Sendo assim, para se sentir bem e aceitas a única alternativa era alisar o cabelo.

Figura 1. Autoestima antes, durante e depois da transição capilar



Fonte: Informações cedidas pelos participantes. Elaboração própria.

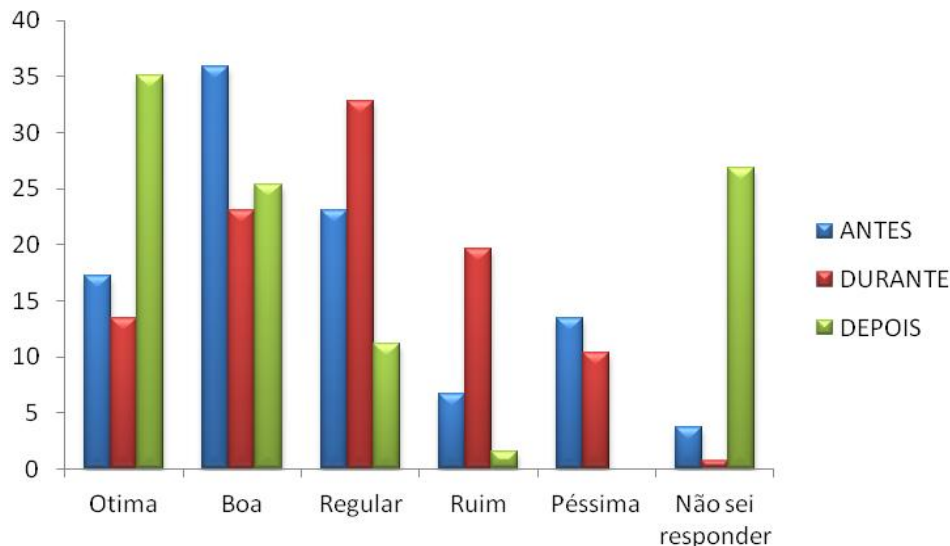
Os participantes assinalaram que durante a transição a autoestima esteve de “média” (36,6%) a baixa (32,1%), Matos (2016) explica essa situação, ao relatar que durante a transição capilar, as duas texturas diferentes de cabelo afetam diretamente a autoestima, e assim, as mulheres passam a se sentir feias. O processo durante a transição é uma mudança estética radical e afeta diretamente a forma como a pessoa se vê.

Os resultados destacaram que após a transição a autoestima dos participantes elevou, indicando como “muito alta” (27,7%) e “alta” (20,1%). Destaca-se que 26,1% assinalaram “não se aplica a mim” pelo fato de ainda estarem em processo de transição capilar. Para Schultheisz e Aprile (2013), a autoestima está relacionada aos eventos que acontecem de forma positiva ou negativa na vida das pessoas, sendo assim, a respeito da pesquisa, a transição capilar é um evento que ocasiona a mudança de autoestima. Pode-se perceber nos resultados que a autoestima dos participantes aumentou, King (2015) explica que a autodescoberta e o fortalecimento da autoestima, se dá pelo fato de reconhecerem em seus cabelos um corpo historicamente excluído, nisso Julio (2011) traz, que a partir da consciência crítica do seu pertencimento racial, como um ato político, os negros poderão transformar a realidade. É com a criticidade que eles constroem sua identidade e sua autoestima.

A respeito da relação com os comentários das outras pessoas sobre o cabelo, no questionário foram feitas três questões: sobre antes da transição capilar, durante e depois da transição (ver Figura

2). Diante disso, o resultado apontou que antes a relação com os comentários estava entre “boa” (35,9%) e “regular” (23,1%). Durante a transição a relação com os comentários das pessoas foi “regular” (32,8%) e após a transição ser concluída, passou a ser “ótima” (35,1%) e “boa” (25,4%). Percebe-se que a relação com o comentário das outras pessoas sobre o cabelo melhora consideravelmente depois da transição capilar. Segundo D'Adesky (1997) é através da autoestima que se desenvolve uma criticidade a respeito dos julgamentos dos outros, ajudando o sujeito a se posicionar. Relacionando a perspectiva desse autor com os dados obtidos nesta pesquisa, possivelmente com o aumento da autoestima depois da transição, também veio uma melhor relação com os comentários dos outros sobre o cabelo. Para Gomes (2012), a identidade é constituída a partir do olhar para si e da relação com o olhar dos outros. Assim, com os resultados mostrados acima, percebe-se que a transição capilar contribui para melhorar a relação com os comentários dos outros sobre o cabelo, isto faz com que haja uma interferência e uma reafirmação da identidade.

Figura 2. Relação com o comentário das pessoas sobre o cabelo

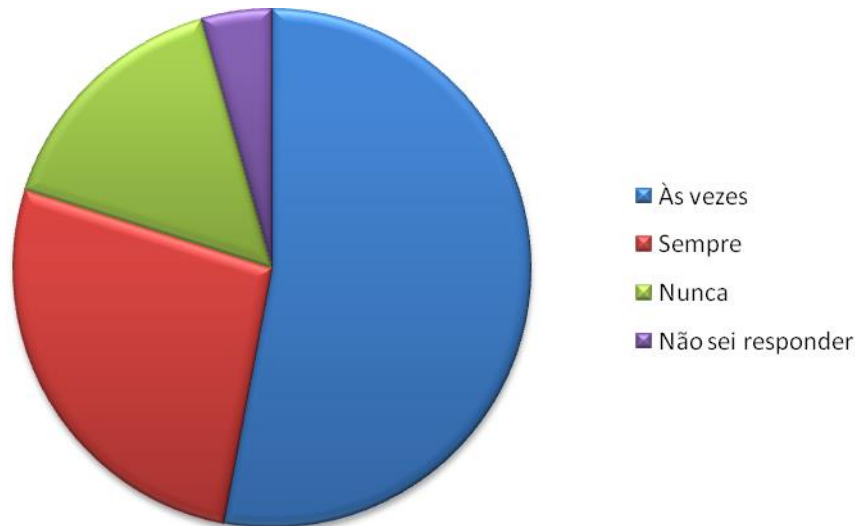


Fonte: Informações cedidas pelos participantes. Elaboração própria.

Das pessoas que participaram da pesquisa, 53% disseram que sofreram preconceito por conta do cabelo às vezes, 26,9% sempre, 15,7% nunca e 4,5% não souberam responder (Figura 3). De acordo com o Conselho Federal de Psicologia (2017), os principais elementos que integram o racismo são os estereótipos, preconceitos e discriminações, quando não há esses elementos, ou algum deles, não há racismo, pois a materialização do racismo se dá com a discriminação. Segundo Gomes (2012), no Brasil, durante muito tempo os negros sofreram (e ainda sofrem) dominação política, econômica e cultural por parte dos brancos. O cabelo do negro reflete todo esse conflito racial; pode-se perceber as

desigualdades quando o cabelo do negro é tido como “ruim” e o do branco é tido como “bom”. O seu cabelo também é um sinal de pertença a um grupo e é um dos principais signos da identidade negra, sendo o cabelo o principal alvo do preconceito racial no Brasil (SANTOS, 2015).

Figura 3. Preconceito decorrente do cabelo



Fonte: Informações cedidas pelos participantes. Elaboração própria.

Foi perguntado aos participantes: “Você entende a transição capilar como um protesto contra o racismo?”, em resposta a essa questão 59,7% dos entrevistados disseram que “sim”, 35,1% que “não” e 5,2% disseram “não saber responder”. Esses resultados remetem ao que King (2015) diz, que quando se assume o cabelo natural, além de assumir a si mesmo, também se assume a coragem de tantas pessoas negras que lutaram contra o racismo e foram vítimas do preconceito. Para Gomes (2012) o estilo de cabelo pode representar o reconhecimento das raízes africanas como uma forma de resistência, de protesto contra o racismo. Horochovski e Meirelles (2007, p. 486), definem “empoderamento como resultante de processos políticos no âmbito dos indivíduos e grupos”, dessa forma, os resultados relatados acima demonstram um empoderamento das pessoas que passam ou estão passando pela transição. Também é possível relacionar os dados com o que é dito por Gomes (2012, p. 12): “A questão racial, em um país racista, sempre será política e ideológica, quer queiramos ou não, pois se contrapor ao racismo é se contrapor a práticas, posturas e ideologias. Exige posicionamento e mudança de comportamento”.

Para construir uma identidade é necessária a interação do indivíduo com o meio, a percepção que faz de si mesmo, ou seja, do seu “eu”, sendo intermediada na identificação da relação com os outros, por meio do seu comportamento. Uma vez que, a identidade é construída na relação com os

demais, não isoladamente. É um aprendizado contínuo em que a identidade pessoal e a identidade social, são formadas por meio do diálogo aberto, as quais são resultados da forma de viver de cada pessoa em suas relações dialógicas (D'ADESKY, 1997). A identidade pessoal sofre impactos da identidade social, o que ocorre em um grupo social que a pessoa faz parte afeta a sua identidade pessoal, pois essas relações são como uma rede (JULIO, 2011).

Ansara (2008) pontua que o sentimento de pertencimento do grupo racial negro, intensifica uma construção saudável da sua identidade pessoal e coletiva, contribuindo para compressão positiva das suas próprias habilidades. Com isso, entende-se que tanto a identidade pessoal como a identidade coletiva negra, colabora para o aumento da autoconfiança, autoestima e competências em toda sociedade.

Da mesma forma que a democracia racial pode omitir os conflitos raciais, o estilo do cabelo, o penteado e o sentido dado pelos sujeitos que os usam, podem ser aplicados para mascarar o pertencimento étnico/racial, com objetivo de encobrir o processo de formação da identidade negra. Mas, essas ações podem também representar a cultura das raízes africanas, em meio ao reconhecimento da mesma, mostrando-se resistência e enfrentamento contra o racismo (GOMES, 2012). Pois, o cabelo liso é tido como padrão de beleza, imposto como único aceitável (SILVA; BRAGA, 2015), os alisamentos dos cabelos refletem a valorização das características brancas, que se dá desde a época do Brasil Colonial (SANTOS, 2015), existe um conflito quando se diz que o cabelo do branco é “bom” e o do negro é “ruim”, isso pode levar as pessoas que acreditam ter o cabelo “ruim” a alisá-los para sair de um lugar que é considerado de inferioridade pela sociedade (GOMES, 2012).

As pessoas brancas comumente são vistas, de forma automática, como tendo um diferencial, somente e simplesmente por serem brancas, isso acontece porque existe uma escala hierárquica, onde o grupo racial branco ocupa o topo da hierarquia e o grupo racial negro (preto e pardo) tem sido colocado, historicamente, nos lugares mais desqualificados; o que faz com que suas identidades e modos de vida fiquem marcados, pois enquanto a população branca, por estar no topo, e dessa forma, no ideal, tem mais chances de ter uma constituição subjetiva de modo afirmativo, a população negra normalmente se vê em uma luta constante e, às vezes, sem sucesso, contra os sentimentos de inferioridade, culpa (por não encaixar naquele ideal) e angústia (por continuamente vivenciar situações de opressão) (CFP, 2017). De acordo com Filho (2006) no Brasil vêm se discutindo sobre os sintomas sociais e individuais do sofrimento psíquico ocasionado pelo preconceito, o qual traz para o sujeito traumas psicológicos, o levando até mesmo a não se aceitar em seu corpo, cor de pele e traços físicos.

Pela falta de debates sobre o racismo, às vezes, até mesmo para a vítima, é difícil o perceber, mas, em maior ou menor intensidade, o sujeito negro é impactado negativamente, pois sente a constante diminuição, desafios e humilhações que vive. Assim, combater o racismo, principalmente a nível interpessoal, está ligado diretamente com o respeito ao outro, temas essenciais na atuação da psicologia (CFP, 2017).

A psicologia pode colaborar para melhor compreender, enfrentar e superar os sentimentos que estão envolvidos nas relações raciais permeadas pelo racismo, e também a compreender, a partir da teoria e técnica, a construção da subjetividade negra. Se silenciar frente a isso, é o mesmo que estar cúmplice com o mito da democracia racial (SILVA, 2001 apud CFP, 2017). Pois,

À Psicologia cabe contribuir para o desmantelamento dessa modalidade de dominação. Cabe ao Sistema Conselhos, aos sindicatos da categoria, às universidades de Psicologia e as(os) psicólogas(os) ajudar a pensá-la, a denunciá-la e a colaborar com o desvelamento de mecanismos sociais e subjetivos que a legitimam, o que exige a realização de ações em diferentes âmbitos, todos os possíveis. São práticas a serem realizadas no campo e na cidade, na rua e nos serviços públicos (jurídico, de saúde, de educação, de cultura, de trabalho etc.), no consultório particular, na pesquisa e ao lado do Movimento Negro. (CFP, 2017, p. 17, 18).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com base nos dados apresentados, concluiu-se que o racismo constitui-se como forma de promoção do sofrimento psicológico no sujeito negro, levando-o a não aceitar-se em seu próprio corpo, induzindo a buscar formas de embranquecimento para ser aceito no padrão social preestabelecido, deste modo, a transição capilar é apresentada como forma de enfrentamento ao racismo, através de uma ressignificação de sua identidade e aceitação de seus traços de origem.

Dessa forma, a participação em grupos étnicos raciais é muito importante, principalmente para o fortalecimento da identidade negra e o enfrentamento do racismo. Além disso, é importante que os debates sobre o racismo estejam presentes nos diversos setores da sociedade, principalmente nos espaços escolares, já que não é algo tão discutido, e o racismo está muito presente nesses locais, além de que é na escola que se formam os novos cidadãos, assim, se houver debate sobre o racismo se construirá uma sociedade menos racista.

Assim, a psicologia enquanto ciência e profissão deve se atentar aos processos de subjetivação e os efeitos na autoestima provocados pelo racismo, de forma a pensar como o racismo atravessa a construção subjetiva do sujeito, inteirando-se, portanto, sobre os debates acerca da temática, de modo a posicionar-se pensando ações pautadas em um compromisso ético-político do fazer profissional da psicologia, prezando pela dignidade humana e a promoção da saúde mental.

REFERÊNCIAS

- ANSARA, Soraia. Memória Política, Ditadura Militar e Repressão no Brasil. Curitiba: Juruá, 2008.
- CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. Código de Ética Profissional do Psicólogo. Brasília: Conselho Federal de Psicologia, 2005. Disponível em: <https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2012/07/codigo-de-etica-psicologia.pdf>. Acesso em: 17 set. 2017.
- _____. Relações Raciais: Referências Técnicas para atuação de psicólogas/os. Brasília, CFP, 2017. Disponível em: https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2017/09/relacoes_raciais_baixa.pdf. Acesso em: 16 set. 2018.
- CIAMPA, Antônio da Costa. Identidade. In: LANE, S. M. T.; CODO, W. G. Psicologia Social: o homem em movimento. São Paulo: Brasiliense, 1997. Disponível em: <https://psico48.files.wordpress.com/2012/04/ciampa-a-identidade.pdf>. Acesso em: 15 set. 2017.
- COSTA, Sérgio. A mestiçagem e seus contrários - etnicidade e nacionalidade no Brasil contemporâneo. Tempo Social; Rev. Sociol. USP, S. Paulo, 13(1): 143-158, maio de 2001. Disponível em: <http://www.revistas.usp.br/ts/article/view/12354>. Acesso em: 15 set. 2017.
- D'ADESKY, Jacques. Pluralismo étnico e multiculturalismo: racismos e anti-racismos no Brasil. Afro-Ásia, [S.l.], n. 19/20, p. 165-182. 1997. Disponível em: <https://portalseer.ufba.br/index.php/afroasia/article/view/20952/13555>. Acesso em: 15 set. 2017.
- FAGUNDES, Raphaela M., Penteados afro: cultura, identidade e profissão. 2007. Disponível em: <http://www.palmares.gov.br/wp-content/uploads/2010/11/Penteados-Afro-Cultura-Identidade-e-Profiss%C3%A3o.pdf>. Acesso em: 7 set. 2017.
- FERRARI, Érica; ASSIS, Juliana. A dimensão informacional da transição capilar: identidade e empoderamento nas mídias sociais. REBECIN – Revista Brasileira de Educação em Ciência da Informação, Rio de Janeiro, RJ, v.4, n.1, p.74-95, jan./jun. 2017. Disponível em: <http://abecin.org.br/portalderevistas/index.php/recebi>. Acesso em: 17 set. 2017.
- FILHO, José Tiago Reis. Negritude e sofrimento psíquico. Pulsional – Revista de Psicanálise, ano XIX, n. 185, p. 150-156, mar. 2006. Disponível em: http://www.editoraescuta.com.br/pulsional/185_12.pdf. Acesso em: 7 set. 2017.
- GOMES, Nilma Lino. Corpo e cabelo como símbolos da identidade negra. 2012. Disponível em: http://titosena.faed.udesc.br/Arquivos/Artigos_textos_sociologia/Negra.pdf. Acesso em: 7 set. 2017.
- HALL, Stuart. A identidade cultural na pós modernidade. Tradução: Tomaz Tadeu da Silva e Guacira Lopes Louro. DP&A Editora, 1ª edição em 1992, Rio de Janeiro, 11ª edição em 2006.
- HOROCHOVSK, Rodrigo Rossi; MEIRELLES, Giselle. Problematizando o conceito de empoderamento. Anais do II Seminário Nacional Movimentos Sociais, Participação e Democracia. UFSC, Florianópolis, Brasil. 2007. Disponível em: http://www.sociologia.ufsc.br/npms/rodrigo_horochovski_meirelles.pdf. Acesso em: 7 set. 2017.

JULIO, Ana Luiza. Por uma visão psicossocial da autoestima de negros e negras. Protestantismo em Revista, São Leopoldo, RS, v. 24, jan./abr. 2011. Disponível em: <http://periodicos.est.edu.br/index.php/nepp/article/view/79>. Acesso em: 15 set. 2017.

KING, Ananda Melo. Os cabelos como fruto do que brota de nossas cabeças. 2015. Disponível em: <http://thinkolga.com/2015/>. Acesso em: 20 set. 2017.

MATOS, Lídia De Oliveira. “Não é só cabelo, é também identidade”: transição capilar, luta política e construções de sentido em torno do cabelo afro. Trabalho apresentado na 30ª Reunião Brasileira de Antropologia, João Pessoa/PB, ago. 2016. Disponível em: <http://www.30rba.abant.org.br/arquivo/downloadpublic?q=YToyOntzOjY6InBhcmFtcyI7czozNToiYToxOntzOjEwOiJJRF9BUiFVSVZPIjtzOjQ6IjI5NTEiO30iO3M6MT0iaCI7czozMjoiNzlkMGNhOTc1ZWFiMjE1ZTM3ZjE5ZDU3NGM5MTkyNjIiO30%3D>. Acesso em: 20 set. 2017.

RAFAEL, Maria da Graça Ferreira. A Relação de Ajuda e a Acção Social: Uma Abordagem Rogeriana. 2000. 141 f. Dissertação (Pós-Graduação em Relação de Ajuda)–Instituto Superior de Psicologia Aplicada, 2000. Disponível em: <http://www.cpihts.com/PDF/M%20Gra%C3%A7a%20Rafael.pdf>. Acesso em: 15 set. 2017.

SANTOS, Nádia Regina Braga dos. Do black power ao cabelo crespo: a construção da identidade negra através do cabelo. 2015, 35 p., monografia, especialização em mídia, informação e cultura, Universidade de São Paulo, São Paulo. Disponível em: http://myrtus.uspnet.usp.br/celacc/sites/default/files/media/tcc/artigo_nadia.pdf. Acesso em: 7 set. 2017.

SCHULTHEISZ, Thais Sisti de Vincenzo; APRILE, Maria Rita. Autoestima, conceitos correlatos e avaliação. Revista Equilíbrio Corporal e Saúde, São Paulo, SP, 5(1), p. 36-48, 2013. Disponível em: <https://revista.pgsskroton.com/index.php/reces/article/view/22/19>. Acesso em: 15 set. 2017.

SILVA, Paula Camilla Soares; BRAGA, Ângela Márcia da Silva. Transição Capilar: o cabelo como instrumento de política e libertação através da identidade e suas influências. Intercom – Sociedade Brasileira de Estudos Interdisciplinares da Comunicação, XX Congresso de Ciências da Comunicação na Região Sudeste, Uberlândia - MG, jun. 2015. Disponível em: <https://www.portalintercom.org.br/anais/sudeste2015/resumos/R48-0059-1.pdf>. Acesso em: 15 set. 2017.