



PSICOLOGIA AFRICANA E CLÍNICA AFROCENTRADA: ESTRATÉGIAS E FERRAMENTAS METODOLÓGICAS

Maylla Monnik Rodrigues de Sousa Chaveiro¹
Universidade Federal de Santa Catarina. Florianópolis, SC, Brasil.

Resumo: O objetivo deste artigo é contribuir para o campo da Psicologia Africana na clínica afrocentrada, apresentando ferramentas metodológicas para intervenções em psicoterapia no atendimento de pessoas negras. Apresentamos discussões teórico-metodológicas para compreensão de processos psicológicos e afro-subjetividade: epistemologias de terreiro, quilombismo na psicoterapia, prosperidade afrocentrada, amor entre pessoas negras, transformar dor e raiva em potência, “ori-entação”, ubuntu e ética, provérbios africanos, sankofa e afrofuturismo. A escrita deste artigo envolveu os seguintes procedimentos: 1) pesquisa teórica; 2) vivências nos contextos da psicologia clínica afrocentrada enquanto psicoterapeuta, supervisora e paciente, 3) observação participante em marchas para valorização da estética negra e empoderamento crespo; 4) saberes ancestrais de terreiros de matriz africana; e 5) minhas escrevivências como mulher negra.

Palavras-chave: Psicologia Africana; Clínica Afrocentrada; Psicoterapia; Metodologias

AFRICAN PSYCHOLOGY AND AFROCENTERED CLINICAL: STRATEGIES AND METHODOLOGICAL TOOLS

Abstract: The purpose of this article is to contribute to the field of African Psychology in the afrocentered clinic, presenting methodological tools for intervention in psychotherapy in the care of black people. We present theoretical-methodological discussions for understanding psychological processes and Afro subjectivity: terreiro epistemologies, quilombism in psychotherapy, black spirituality, black love, transforming pain and angry into potency, “orientation”, ubuntu and ethics, African proverbs, sankofa and afrofuturism. The writing of this article involved the following procedures: 1) theoretical research; 2) Afrocentered experiences in the contexts of clinical psychology as a psychotherapist, supervisor and patient; 3) participant observation in marches to value black aesthetics and curly empowerment; 4) ancestral knowledge of terreiros of African origin; and 5) my writings as a black woman.

Keywords: African Psychology; Afrocentered Clinic; Psychotherapy; Afrocentricity; Methodologies

¹ Doutora pelo Programa Interdisciplinar em Ciências Humanas pela Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC). Mestra e Graduada em Psicologia pela Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS). Psicóloga clínica, docente e pesquisadora nas áreas de relações étnico-raciais. Email: maylla.chaveiro@gmail.com Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-7581-105X>



PSICOLOGÍA AFRICANA Y CLÍNICA AFROCENTRADA: ESTRATEGIAS Y HERRAMIENTAS METODOLÓGICAS

Resumen: El propósito de este artículo es contribuir al campo de la Psicología Africana en la clínica, presentando herramientas metodológicas para intervenciones en psicoterapia en el cuidado de personas negras. Presentamos discusiones teórico-metodológicas para comprender los procesos psicológicos y la subjetividad afro: epistemologías de terreiro, quilombismo en psicoterapia, prosperidad negra, amor negro, transformación del dolor en potencia, “orientación”, ubuntu y ética, refranes africanos, sankofa y afrofuturismo. La redacción de este artículo implicó los siguientes procedimientos: 1) investigación teórica; 2) experiencias en los contextos de la psicología clínica afrocentrada como psicoterapeuta, supervisora y paciente, 3) observación participante en marchas de valorización de la estética negra y empoderamiento rizado; 4) conocimiento ancestral de los terreiros de origen africano; y 5) mis escritos como mujer negra.

Palabras-clave: Psicología Africana; Clínica Afrocentrada; Psicoterapia; Afrocentrismo; Metodologías

PSYCHOLOGIE AFRICAINE ET CLINIQUE AFRO-CENTRÉE: STRATÉGIES ET OUTILS MÉTHODOLOGIQUES

Résumé: Le but de cet article est de contribuer au champ de la psychologie africaine dans la clinique, en présentant des outils méthodologiques pour les interventions en psychothérapie dans la prise en charge des personnes noires. Nous présentons des discussions théoriques et méthodologiques pour comprendre les processus psychologiques et la subjectivité afro: épistémologies terreiro, quilombisme en psychothérapie, prospérité noire, amour noir, transformer la douleur en puissance, orientation, ubuntu et éthique, proverbes africains, sankofa et afrofuturisme. La rédaction de cet article a impliqué les démarches suivantes : 1) recherche théorique ; 2) expériences dans les contextes de la psychologie clinique afro-centrée en tant que psychothérapeute, superviseur et patient, 3) observation participante à des marches pour valoriser l'esthétique noire et l'autonomisation bouclée ; 4) savoir ancestral des terreiros d'origine africaine ; et 5) mes écrits en tant que femme noire.

Mots-clés: Psychologie Africaine, Clinique Afrocentricité, Psychothérapie, Méthodologies



INTRODUÇÃO

A psicologia clínica afrocentrada é um campo fértil para praticar sankofa, retornando ao passado para ressignificar o presente e construir o futuro. Voltada à potencialização da afro subjetividade de pessoas negras, com base na aplicação de ferramentas da ancestralidade africana, este modelo de psicoterapia, quando realizada por psicólogas afrocentradas e direcionada para pacientes² negras, torna-se um espaço de aquilombamento e de fortalecimento ancestral.

A fim de contribuir para a compreensão de como a ancestralidade africana pode emergir e ser acessada no decorrer do processo psicoterapêutico, este texto busca apresentar alguns componentes metodológicos para uma psicologia centrada em África, retomando nosso legado civilizatório na busca pela integração entre saúde mental, física e espiritual do povo negro.

Nesse sentido, a psicologia clínica que propomos é metaforicamente um portal do retorno³, oferecendo elementos psicológicos para lembrarmos do nosso passado em perspectiva pré-colonial e nos esquecendo propositalmente do modo de existir nessa estrutura racista. Sobre esse ponto, o filósofo senegalês Cheikh Anta Diop reflete sobre a importância de termos consciência histórica acerca de nosso legado civilizatório:

É preciso conhecer a história dos outros, mas é preciso primeiro conhecer a si mesmo. Porque se não um povo que perde a sua memória histórica se torna um povo frágil, um povo sem união. É a consciência histórica que nos permite sermos um povo forte (DIOP, 1974, p. 93).

A partir de tais elementos, o presente artigo tem como objetivo contribuir para o campo de estudos da Psicologia Africana na clínica, apresentando ferramentas metodológicas para intervenções em psicoterapia no atendimento de pessoas negras. A metodologia para escrita deste texto envolveu os seguintes procedimentos: 1) pesquisa teórica; 2) vivências nos contextos da psicologia clínica afrocentradas enquanto psicoterapeuta, supervisora e paciente, 3) observação participante em marchas para

² Neste artigo vamos utilizar o termo “*pacientes*”, porém entendemos que na psicologia clínica afrocentrada, o que fazemos é oferecer condições para que as pessoas negras em atendimento psicoterápico abandonem a postura de *paciente* ao se transformar em *agente* de sua/nossa própria história.

³ Esse trecho é uma referência à porta do não retorno, um monumento na cidade de Uidá, no Benim, construído em 1995 no local de embarque dos africanos, que eram enviados para o continente americano. Próximo desse monumento foi construído um novo, denominado de Portal do Retorno, representando um símbolo de suposta paz.



valorização da estética negra e empoderamento crespo desde o ano de 2015; 4) experiências com saberes ancestrais de terreiros de matriz africana; e 5) minhas próprias escrevivências como mulher negra. Tendo em vista esses aspectos, me situo simultaneamente enquanto pesquisadora-participante no decorrer do desenvolvimento desta investigação.

Este artigo se alicerça nas experiências de supervisões clínicas e de atendimentos clínicos online a pessoas negras das regiões nordeste, norte, sul, sudeste e centro-oeste do Brasil, além de países como Cabo Verde, Angola, Portugal e Espanha. Para a produção deste conhecimento, o formato online foi fundamental, pois possibilitou que acompanhássemos os deslocamentos subjetivos e geográficos dos africanos em diáspora. Os contextos sociais e políticos dos últimos anos no Brasil e no mundo foram cenário para nosso aquilombamento clínico, traçando estratégias engenhosas de transgressão e insubordinação ao modelo colonial de existência, nos tornando sementes.

Este artigo também reflete minha pesquisa de doutorado (CHAVEIRO, 2020) com observações participantes realizadas durante o período de 2014 a 2019 em Marchas do Orgulho Crespo, Marchas do Empoderamento Crespo e Encontros de Crespas em nove capitais brasileiras. Buscamos aprender com as crianças negras algumas estratégias de resistência elaborando reflexões acerca da infância em diáspora, vislumbrando novas produções epistemológicas, estéticas e políticas que se distanciem das elaborações subjetivas coloniais. Os saberes e as desobediências epistêmicas de crianças negras se opondo aos procedimentos de alisamento compulsório foram fundamentais para pensar sentidos pluriversais de mundo, prevendo possibilidades futuras de ontologias contracoloniais que rompam com estratégias de controle de corporeidades negras (CHAVEIRO, 2020; 2021).

Em outros termos, a estética dos cabelos crespos ofereceu condições simbólicas e subjetivas para que se desenvolvam novas perspectivas de resistência aos campos ideológicos do racismo na psicologia clínica, com o protagonismo das crianças negras. Desse modo, mesmo quando não estive atendendo crianças na clínica, o foco era acolher pessoas adultas negras para que recuperassem sua infância, entendida aqui como uma condição existencial contracolonial (NOGUERA, 2019; CHAVEIRO, 2020). Assim, em nosso aquilombamento clínico, fomos ensinando pessoas a imaginarem novos mundos e a desobedecerem, como fazem as crianças, as normas do racismo nesse mundo. Consideramos, em nossa clínica afrocentrada, a potência criadora de crianças na



articulação de novos fundamentos epistêmicos, pois tendo menos tempo de vida na sociedade colonial e racista, elas mantêm legado de nossos ancestrais e não reproduzem acriticamente tantos estereótipos.

Após desenvolver esta intensa pesquisa de campo no doutorado, sendo guiada pela própria ancestralidade, pude incorporar tais saberes na prática clínica, elaborando metodologias que potencializassem a ontologia africana em pessoas negras, como: a corporeidade, o cabelo crespo, a espiritualidade, a intuição, a arte, a dança, o amor, a comida e a ética africana. Em outros termos, nossa clínica afrocentrada é espaço para fortalecer tudo que um dia fora desrespeitado, honrando o legado de nossos ancestrais e nos mantendo conscientes das armadilhas coloniais para não adoecer. Buscamos também criar estratégias para a manutenção da vida de pessoas quilombolas e de terreiros, oferecendo suporte profissional e de gestão de recursos materiais a fim de rompermos com a falsa supremacia racial branca. Não se trata somente de nos curarmos das feridas do racismo e da colonialidade em nossas vidas, mas de elaborar rotas para o afrofuturismo, fortalecendo as gerações futuras (CHAVEIRO, 2023).

Neste artigo, buscamos articular nossa experiência clínica com perspectivas epistemológicas afrocentradas de Wade Nobles, Na'im Akbar, Abdias do Nascimento, Lélia Gonzalez, Oyèrónké Oyěwùmí, bem como nas teorias de Audre Lorde, bell hooks, Grada Kilomba, Neusa Santos Souza. Em um primeiro momento, oferecemos discussões teóricas acerca da Psicologia Africana enquanto uma potente abordagem para compreensão e intervenção clínica. Em seguida, discorremos sobre o conceito de ancestralidade africana enquanto pilar da psicologia africana. Posteriormente, serão apresentados modelos de ferramentas metodológicas com técnicas e instrumentos para processo terapêutico a partir de perspectivas afrocentradas como: epistemologias de terreiro, aquilombamento na psicoterapia, afeto entre pessoas negras, transformar dor em potência, “ori-entação”. Também elaboramos reflexões acerca das famílias inter-raciais (SCHUCMAN, 2018), orientação sexual, alimentação, prosperidade afrocentrada, pertencimento, provérbios africanos como chave de compreensão, descolonização da subjetividade e sentimentos e emoções de pessoas negras.

Este artigo justifica-se em função da história da psicologia clínica, a qual vem sendo utilizada há décadas como instrumento político para fortalecimento da branquitude na sociedade brasileira. É possível perceber esse cenário quando nos deparamos como as ementas de disciplinas dos cursos de graduação em psicologia, as



quais apresentam quase que exclusivamente disciplinas eurocentradas. Com isso, as estudantes brancas/os, que são maioria em função do privilégio branco, seguem desenvolvendo pesquisas e produzindo saberes a partir de marcos ontológicos, epistemológicos e metodológicos coloniais. Por outro lado, estudantes negras/os sofrem racismo institucional e muitas vezes mal conseguem concluir a graduação ou a finalizam em sofrimento psíquico.

Atualmente, nos deparamos ainda com o panorama de propagação das discussões intituladas “decoloniais” (ou recoloniais) por pessoas brancas em que o ponto é se definir como latino-americano, ocasionando em um apagamento e apropriação de saberes dos povos africanos e indígenas. Segundo Grada Kilomba: “o fato é que nossas vozes, graças ao sistema racista, têm sido sistematicamente desqualificadas, consideradas conhecimento inválido, ou então representados por pessoas brancas que, ironicamente, tornam-se ‘especialistas’ em nossa cultura, ou até mesmo em nós” (2019, p. 51).

Na esteira dessa crítica, o presente artigo busca oferecer ferramentas teórico-metodológicas a fim de fortalecer a psicologia africana e a prática clínica afrocentrada no âmbito da formação de psicólogas/os negras nas universidades (ainda brancas e eurocentradas) do Brasil. O texto pode atuar como um manual para supervisões clínicas em estágios na graduação e para o planejamento de sessões psicoterápicas de psicólogas negras. Mesmo focando este texto no contexto da psicologia clínica, tais metodologias podem também auxiliar em outros campos, como escolar, hospitalar, jurídico, organizacional, contribuindo para a compreensão dos fenômenos afro subjetivos e na proposição de intervenções afrocentradas.

PSICOLOGIA AFRICANA E ANCESTRALIDADE

Neste artigo, buscamos nos amparar em aspectos ontológicos e epistemológicos que fundamentam a Psicologia Africana. De acordo com esta perspectiva as bases eurocêntricas hegemônicas estão no alicerce das ciências psicológicas modernas. Em contrapartida, a Psicologia Africana se caracteriza enquanto crítica aos modelos psicológicos ocidentais na medida em que propõe um arcabouço filosófico e conceitual



fundamentado nos sentidos de mundo africanos na busca pela promoção de práticas que visem a emancipação do povo negro.

A psicologia clínica africana que propomos é embasada no conceito de afrocentricidade, elaborado por Molefi Kete Asante, um cientista e filósofo estadunidense, professor do departamento de Africologia da Universidade Temple. Segundo Asante, as pessoas negras precisam dispor de recursos psicológicos, sociais e culturais para que desenvolvam a capacidade de agenciar suas próprias vidas (ASANTE, 2009). Para o autor, o projeto afrocêntrico possui cinco características: 1) o conceito de agência; 2) interesse pela localização psicológica, 3) defesa dos elementos culturais africanos, 4) compromisso com o refinamento léxico e 5) compromisso com uma nova narrativa da história da África (ASANTE, 2009).

Tal teoria, elaborada por Molefi Asante na década de 1980, considera os povos africanos em diáspora como sujeitos com poder de agenciar sua própria imagem cultural e agindo de acordo com seus próprios interesses (ASANTE, 2009, p. 93). Consideramos aqui, que a produção de estratégias e ferramentas metodológicas alternativas às perspectivas universais validadas pela racionalidade ocidental podem ser vislumbradas a partir da concepção da afrocentricidade para se pensar em constituição de afrosujeitividade, sentimentos, emoções, potências e agência de pessoas negras.

Para fundamentar epistemologicamente nossos recursos metodológicos, também nos embasamos na perspectiva de Wade Nobles, um dos fundadores e membro vitalício da Associação de Psicólogos Negros (ABPSy) nos EUA. Nobles é professor de estudos africanos da Universidade Estadual de São Francisco, fundador do Instituto de Estudos Avançados da Família, Vida e Cultura Negra, sendo um importante expoente da Psicologia Africana.

De acordo com Wade Nobles (2009), a Psicologia Ocidental Eurocêntrica ancorada no status de objetividade foi uma das responsáveis pela criação do sistema industrial de adoecimento mental, e conseqüentemente, não consegue fornecer explicações e fundamentos lógicos ou práticas preventivas e curativas para o próprio povo. Em outras palavras, ela corre o risco de participar, de alguma forma, da opressão dos povos negros. Em contraposição a tal tendência, a proposta teórica da Psicologia Africana não está voltada para o projeto de “*enegrecer a psicologia ocidental*” na busca de um pensamento europeu revisitado, mas de fundar raízes psicológicas no próprio pensamento africano e afrodiaspórico.



Em suma, considerando que a psicologia tem se embasado, geralmente, no modelo de pensamento europeu tradicional, os instrumentos e suportes teóricos para lidar com as consequências do racismo, em sua maioria, retroalimentam a própria lógica racista e mantém intactas as estruturas de dominação vigente. De acordo com Wade Nobles (2009):

A psicologia dos africanos deriva de uma singular experiência histórica e é por ela determinada. O imperativo humano natural e instintivo dessa psicologia é adquirir o impulso revolucionário para atingir a libertação física, mental e espiritual. Portanto, o que obviamente se faz necessário é uma psicologia centrada em nossas essências e integridade africanas, o que exige irmos além de desenvolver uma perspectiva negra, ou mesmo “afrocêntrica”, sobre a psicologia ocidental. Fundamental a essa tarefa é criar e criticar um corpo de ideia, teorias e práticas destinado a favorecer a compreensão, a explicação e, quando necessário, a cura do ser, do vir a ser e da pertença africanos em todas as expressões históricas e desdobramentos contemporâneos. Não se trata de um pensamento europeu revisado ou rearranjado; busca raízes profundas no pensamento africano (p. 279).

A Psicologia Africana busca respostas para as seguintes questões: Qual seria a natureza do funcionamento natural do povo africano e afrodiaspórico na ausência da dinâmica racista? Reações e acomodações à opressão racial constituem integralmente o ser africano? (NOBLES, 2009). Segundo Wade Nobles é fundamental fortalecer a lógica e a linguagem que nossos ancestrais trouxeram de África e é isso que temos trabalhado em nossos atendimentos psicológicos:

Nossos ancestrais vieram com uma lógica e uma linguagem de reflexão sobre o que significava ser humano e sobre quem eles eram, a quem pertenciam e por que existiam. Somente por meio de uma interpretação profunda da linguagem e da lógica de nossa própria ancestralidade seremos nós, os africanos diaspóricos capazes de verificar os significados e as compreensões que determinadas comunidades transportaram para o *maafa*⁴ da escravidão (NOBLES, 2009, p. 281).

Nesse sentido, também nos embasamos na ideia de Maulana Karenga (KARENGA *apud* NOGUEIRA e GUZZO, 2016, p. 212) na tentativa de criar espaços

⁴ De acordo com Nobles: “Marimba Ani (1994) introduz o conceito de *maafa* e o define como grande desastre e infortúnio de morte e destruição além das convenções e da compreensão humanas. Para mim, a característica básica do *maafa* é a negação da humanidade dos africanos, acompanhada do desprezo e do desrespeito, coletivos e contínuos, ao seu direito de existir. O *maafa* autoriza a perpetuação de um processo sistemático de destruição física e espiritual dos africanos, individual e coletivamente” (2009, p. 281).



cada vez mais negros e afrocentrados no âmbito da clínica psicológica. Karenga afirma o seguinte:

Os interesses da Psicologia negra giram em torno do desenvolvimento de uma disciplina que não só estuda o comportamento de pessoas negras, mas busca também transformá-las em agentes conscientes sobre si mesmos e sua própria libertação mental e política. Isto é adquirido por meio de: 1) uma crítica e rejeição severa à psicologia branca, nos termos de sua metodologia, conclusões e premissas ideológicas nas quais repousa; 2) provisões de modelos afrocentrados de estudo e terapia; 3) intervenções autoconscientes nos esforços sociais para promoção de um ambiente mais negro e humano (KARENGA 1986, p. 322).

Na elaboração das metodologias que serão apresentadas neste artigo, contamos também com os ensinamentos de Na'im Akbar, psicólogo clínico e epistemólogo da abordagem afrocentrada na psicologia. Akbar apresentou suas primeiras críticas à psicologia eurocêntrica, nos anos 1970 afirmando que esse modelo mantinha a opressão intelectual e tinha um viés patologizante sobre os afro-americanos. Em 1976 Dr. Akbar escreve em parceria com Cedrick Clark, D. Phillip McGee e Wade Nobles um importante artigo chamado “*Voodoo or I.Q.: An Introduction to African Psychology (1976)*”. Neste artigo, os autores elaboram profundas críticas à perspectiva psicológica eurocentrada, e ao modelo patologizante acerca da ontologia de pessoas africanas e afro-americanas. O texto destes autores elucidam que a psicologia eurocentrada é incapaz de produzir epistemologias e metodologias acerca da subjetividade do povo negro. Desse modo, pessoas negras passando por testes de QI, por exemplo, os quais foram elaborados a partir do modelo eurocentrado, irão receber interpretações atravessadas pelo racismo, não convergindo com a cosmopercepção africana. Os testes de QI da Psicologia Euro-Americana são incapazes de apreender a natureza da inteligência negra. Nas palavras dos autores: “As diferenças entre Psicologia Africana e Psicologia Euro-Americana refletem as diferenças entre pessoas negras e pessoas brancas ou, em termos de cultura básica entre africanos e europeus” (1976, p. 03).

Para pensarmos sobre a realidade de mulheres negras na clínica, nos embasamos na teoria da pesquisadora nigeriana Oyèrónké Oyèwùmí (2021). Professora de Sociologia da Universidade de Stony Brook em Nova York nos Estados Unidos, desenvolve um trabalho de pesquisa interdisciplinar nas áreas de sociologia de gênero e conhecimento, estudos africanos, estudos pós-coloniais e modernidades. Seu livro: *The Invention of Women: Making an African Sense of Western Gender Discourses* (A Invenção das Mulheres: Construindo um sentido africano para os discursos ocidentais



de gênero) equivale à publicação de sua tese de doutorado de 1997, a qual foi premiada por realizar uma interessante discussão conceitual acerca da distinção na categoria de gênero.

De acordo com a autora, os conceitos baseados no corpo não eram centrais na organização das sociedades yorubás antes da colonização. Assim, sua análise destaca a natureza contraditória de dois pressupostos fundamentais da teoria feminista: que o gênero é socialmente construído e que a subordinação das mulheres é universal. Desse modo, refletimos sobre os seguintes aspectos: 1) a categoria de gênero é uma categoria colonial e não estava presente como marcador social na sociedade yorubá, sendo a senioridade a categoria principal; 2) as obìnrin, anafêneas yorubás não são subalternizadas, pois o sistema matriarcal⁵ e matrilinear africano é preponderante (OYĚWÙMÍ, 2021).

Desse modo, trazendo o pensamento de Oyěwùmí para a clínica afrocentrada, ao atendermos mulheres negras a partir da perspectiva da psicologia africana, é fundamental lembrá-las sobre o passado pré-colonial africano em que o matriarcado alicerçava os modos de vida, e, ao invés de mulheres, eram obìnrin insubordinadas. Além disso, faz-se relevante ter como guia a perspectiva histórica do impacto do sistema patriarcal para a descolonização da subjetividade de pacientes negras.

O surgimento da mulher como categoria identificável, definida por sua anatomia e subordinada aos homens em todas as situações resultou, em parte, da imposição de um Estado colonial patriarcal. Para as fêmeas, a colonização era um duplo processo de inferiorização racial e subordinação de gênero (OYĚWÙMÍ, 2021, p. 189).

Com efeito, as mulheres yorubás ocupavam diferentes cargos na esfera política, conduziam a economia e ocupavam muitos espaços para além do contexto doméstico. Assim sendo, nossa clínica busca a construção de estratégias para retomarmos tal perspectiva existencial de mulheres negras.

A psicologia clínica que propomos neste texto é embasada no conceito de ancestralidade. Segundo Oliveira, 2007:

⁵ De acordo com Cheik Anta Diop (1989) o continente africano foi um dos berços de desenvolvimento da organização matriarcal, sendo o patriarcado introduzido apenas com a inserção do islamismo no continente. Toda a África traria esta concepção de uma unidade cultural, transmitindo entre as gerações estes valores e crenças, considerando as diferenças que foram impostas ao longo do tempo pelas dominações árabe e europeia.



Em solo brasileiro, a *Filosofia da Ancestralidade* reivindica para seu fazer filosófico a tradição dinâmica dos povos africanos – especialmente a tríade: **nagô, jêje e banto** –, como leitmotiv do filosofar. (...) Tem no *mito*, no *rito* e no *corpo* seus componentes singulares. Tem como desafio a construção de mundos. Tem como horizonte, a crítica dogmaticamente universalizante e como ponto de partida a **filosofia do contexto**. Intenta **produzir encantamento**, mais do que conceitos, mudando a perspectiva do filosofar. Ambiciona **conviver com os paradoxos**, mais do que resolvê-los. É mais propositiva que analítica. É singular e reclama seu direito ao diálogo planetário. Fala desde um matiz cultural, mas não se reduz a ele. Desenvolve o conceito de ancestralidade para muito além de relações consanguíneas ou de parentesco simbólico. A ancestralidade aqui é uma categoria analítica que contribui para a **produção de sentidos e para sua experiência ética** (p. 30, grifos meus).

Uma perspectiva relevante desta discussão é a aproximação da categoria de ancestralidade com a categoria de xenofilia, uma das características centrais do sentido de mundo africano (NOGUERA, 2019). Uma prática afrocentrada é ancestrática e xenofílica por natureza: “O Outro, excluído ou não, é o critério da ação ética, pois nele reside o elemento ontológico que nos vincula ao mundo e que não nos subtrai dele. O Outro é o Mundo!” (OLIVEIRA, 2007, p. 45). Desse ponto de vista, podemos considerar a psicoterapia racializada como campos de xenofilia, nos quais a pluralidade do pensamento africano é bem-vinda.

Falar de ancestralidade é também falar sobre tempo. Nossa psicoterapia, segundo a psicologia africana, busca respeitar o tempo como elemento ancestral, acolhendo as pessoas negras em suas angústias e não acelerando seu processo. O tempo não é rígido e linear como no pensamento hegemônico europeu. Pelo contrário, o tempo na clínica é ancestral e circular. Em minhas práticas na clínica, sempre ouço a voz de minhas mais velhas, *ègbón mi*, me falando no terreiro “devagar se vai ao longe”. É preciso tempo para lembrar uma pessoa negra de sua grandeza ancestral. Segundo Sara Machado e Mestre Janja Araújo (2015):

A referência à ancestralidade diz de quem somos nós, a quem devemos a nossa existência aqui e agora, mas vai além dos laços consanguíneos, trazendo seu sentido para o pertencimento. Implica em conhecer e reconhecer-se na construção de sua própria história e missão de vida. A ancestralidade remete não ao passado descolado do presente e do futuro, mas a partir da ideia do tempo circular, não-linear. Ela remete ao reconhecimento dos valores e sentidos que nos conformam, que dão sentido à nossa auto-percepção no mundo, ao auto-conhecimento, à compreensão mais ampla de nossa própria existência. Ancestralidade que envolve a dimensão espiritual, passando pelo corpo e pela natureza (2015, p. 107).



Ao descentralizarmos a perspectiva eurocêntrica na clínica afrocentrada, potencializamos as epistemologias e metodologias africanas, e, conseqüentemente, enfraquecemos o pensamento supremacista racial branco e epistemicida. A ancestralidade nos dá o chão para criarmos caminhos que nos conduzem à nossa própria afro subjetividade. Este modelo de clínica, que é ancestral, nos permite ter orgulho de tudo que somos e do que ainda seremos em união com nosso povo. Renato Nogueira nos afirma o seguinte:

A matéria da filosofia afroperspectivista, os segredos de seu plano de imanência estão na compreensão da ancestralidade africana tomada como as vísceras da terra, como o sentido através do qual a vida se realiza. Vale repetir que tudo isso se situa longe de algo além da terra num além deste mundo; mas, se trata de pensar a partir das entranhas da terra mesmo. Estou falando de imanência com marcas de pés descalços, de pegadas sobre a terra para reconhecer que de dentro da terra surgem as potências que interessam à filosofia afroperspectivista. Que potências são essas? Elas são potências negras e forças pretas que primam pela diversidade, elas são xenófilas, cultivam o dissenso, percebem e inventam a vida em conexões imanentes. Não se trata de uma ancestralidade pensada em termos arborescentes, nem de uma busca essencialista por uma matriz do modelo africano ideal. Ainda assim se pode afirmar que este texto trata de uma filosofia de cor. Numa frase: a ancestralidade está na terra, constitui a terra e só a partir dela que se podem fazer experimentos na roda da afroperspectividade. A afroperspectividade não supõe transparências no ato de pensar, tampouco, obscuridade. Aqui, pensar filosoficamente é colorir a vida, dar cores, pensar significa enegrecer, tornar um movimento retinto, colorir a vida; numa palavra: afroperspectivizar. O plano de imanência é a roda da afroperspectivização, a condição de possibilidade para afroperspectivizar. Na filosofia afroperspectivista, a ancestralidade é o alvo do culto do pensamento. É importante sublinhar que natureza e cultura não são instâncias cindidas. A ancestralidade constitui um elemento chave, porque impede a cisão entre natureza e cultura. Não existe uma anterioridade entre natureza e cultura. A roda da afroperspectividade permite que a atividade filosófica se desenvolva como uma dança ou como um jogo. A ancestralidade recria caminhos num pretérito do futuro que se afirma no futuro do pretérito entendido em sua presença como instante ininterrupto de criação (NOGUERA, 2011, p. 10).

Nesse sentido, buscamos compreender como a ancestralidade africana pode ser compreendida e acessada na clínica, e por meio de quais dinâmicas e metodologias ela emerge no processo psicoterapêutico. Além disso, também buscamos sentir quais os efeitos psicológicos do racismo na vida das pessoas que atendemos na clínica e como conduzir o processo psicoterapêutico a fim de transformar as cicatrizes coloniais em potência e fortalecimento ancestral. Na próxima seção trataremos algumas pensadoras negras que também embasaram a construção das ferramentas metodológicas de nossa clínica afrocentrada.



PENSADORAS NEGRAS

No texto *Vivendo de amor* (2010), a autora bell hooks apresenta reflexões sobre as relações de afeto em pessoas negras, principalmente relacionadas às mulheres negras, acerca da elaboração de emoções diante das dinâmicas dos processos coloniais e pós-coloniais, os quais construíram na realidade do povo negro um distanciamento do que vem a ser o amor. Nas palavras de bell hooks:

A escravidão condicionou os negros a conter e reprimir muitos de seus sentimentos. O fato de terem testemunhado o abuso diário de seus companheiros- o trabalho pesado, as punições cruéis, a fome- fez com que se mostrassem solidários entre eles somente em situações de extrema necessidade. E tinham boas razões para imaginar que, caso contrário, seriam punidos. Somente em espaços de resistência cultivados com muito cuidado, podiam expressar emoções reprimidas. Então, aprenderam a seguir seus impulsos somente em situações de grande necessidade e esperar por um momento "seguro" quando seria possível expressar seus sentimentos (hooks, 2010, s/p.).

O fortalecimento do vínculo terapêutico entre psicóloga negra e pacientes negras/os ocorre muitas vezes com base no reconhecimento nossa história pré-colonial e colonial, atravessando a construção de nossas experiências de vida. O vínculo terapêutico na clínica é o exercício de criar redes de afeto e de amor entre nós. Assim, as emoções poderão emergir sem que as pacientes sintam medo de serem punidas, porque ela também se percebe na figura da psicóloga negra. É bem mais que acolhimento num sentido branco, é amor e lealdade ao nosso povo.

Nesse sentido, as palavras de bell hooks sobre o amor entre pessoas negras nos ajuda a reelaborar o conceito de vínculo terapêutico na clínica afrocentrada. Não se trata apenas de ouvir sem julgar, mas de se ver em cada passo que seu paciente trilhou até aqui. É perceber que sua própria existência enquanto psicóloga negra também esteve conectada à existência de seu paciente negro/a. Em um sentido ubuntu⁶, não nos vemos separadas de nosso povo, e somos todos um só. Desse modo, não há o exercício de autoridade e de poder nessa relação terapêutica e não estamos desconectadas em um sentido individualista. A ética ubuntu e o amor afrocentrado são pilares do vínculo terapêutico em nossa clínica. A psicologia clínica africana apresenta ferramentas de

⁶ Na ética ubuntu, a comunidade possui três dimensões: os ancestrais, os que estão vivos e os que ainda não nasceram. Ubuntu pode ser traduzido como “o que é comum a todas as pessoas” (NOGUERA, 2012).



escuta e acolhimento permitindo que o povo negro se sinta integralmente acolhido e protegido para a expressão de suas emoções, dores, traumas coloniais, feridas do racismo. Segundo bell hooks:

Quando nós, mulheres negras, experimentamos a força transformadora do amor em nossas vidas, assumimos atitudes capazes de alterar completamente as estruturas sociais existentes. Assim poderemos acumular forças para enfrentar o genocídio que mata diariamente tantos homens, mulheres e crianças negras. Quando conhecemos o amor, quando amamos, é possível enxergar o passado com outros olhos; é possível transformar o presente e sonhar o futuro. Esse é o poder do amor. O amor cura. (hooks, 2010, s/p.)

Outro conceito imprescindível para a construção de metodologias é a noção de *amefricanidade* de Lélia Gonzalez (1988). Antropóloga e ativista negra brasileira, a autora desenvolveu esta categoria no cenário de propagação das teorias pós-coloniais as quais questionam o cânone do conhecimento hegemônico eurocentrado. Lélia endossa sua crítica apontando que a formação histórico-cultural do Brasil e outros países da América Latina não é composta de processos de constituição de subjetividade aos moldes do pensamento europeu e branco. Lélia desenvolveu uma discussão importante sobre racismo disfarçado e racismo por denegação, miscigenação e democracia racial.

Ela afirma que a presença da cultura africana no continente americano possibilita a proposição da categoria *amefricanidade* como estratégia de ação a partir da necessidade de pensar “desde dentro” as culturas indígenas e africanas como resistência. Nas palavras de Lélia Gonzalez:

Para além do seu caráter puramente geográfico, a categoria de Amefricanidade incorpora todo um processo histórico de intensa dinâmica cultural (adaptação, resistência, reinterpretação e criação de novas formas) que é afrocentrada, isto é, referenciada em modelos como: a Jamaica e o akan, seu modelo dominante; o Brasil e seus modelos Yorubá, banto e ewe-fon. Em consequência, ela nos encaminha no sentido da construção de toda uma identidade étnica. Desnecessário dizer que a categoria de Amefricanidade está intimamente relacionada àquelas de Panafricanismo, “Négritude”, “Afrocentricity” etc (1988, pp. 76-77).

As contribuições de Lélia Gonzalez refletem a influência do pensamento de um dos precursores das teorias pós-coloniais e diaspóricas, o psiquiatra Frantz Fanon⁷. A autora desenvolveu críticas muito contundentes à objetificação da mulher negra no

⁷ Nascido na Martinica, de ascendência africana e francesa, foi um pensador antirracista e também psiquiatra, filósofo, cientista social que influenciou diversos movimentos políticos e teóricos na África e inspirando inúmeras análises sobre a Diáspora Africana.



cenário brasileiro analisando o modo como a disseminação de estereótipos negativos funcionam como uma perpetuação da violência. Nesse sentido, sua categoria *amefricanidade* é muito rica para se pensar as intersecções a partir da perspectiva da raça.

Neste artigo também nos inspiramos na noção de escrevivência de Conceição Evaristo, doutora em Letras, romancista e ensaísta elucidada na apresentação de seu livro “Becos da Memória”.

“Também já afirmo que invento sim e sem o menor pudor. As histórias são inventadas, mesmo as reais, quando são contadas. Entre o acontecimento e a narração do fato, há um espaço em profundidade, é ali que explode a invenção. Nesse sentido venho afirmando: nada que está narrado em Becos da memória é verdade, nada que está narrado em Becos da memória é mentira. Ali busquei escrever a ficção como se estivesse escrevendo a realidade vivida, a verdade. Na base, no fundamento da narrativa de Becos está uma vivência, que foi minha e dos meus. Escrever Becos foi perseguir uma escrevivência.” (EVARISTO, 2017, p. 10).

Nesse sentido, em nossa trajetória de atendimentos clínicos, inspiramos nossas/os pacientes a elaborarem seus escritos pessoais a fim de potencializarem sua existência ancestral. Em alguns momentos das sessões de psicoterapia, as pacientes também faziam a leitura de seus escritos pessoais como modo de expressar suas angústias. Nossa clínica afrocentrada é espaço de fala, escuta, dança, afeto e escrita. Este exercício de escrevivência é importante também para afrontar a Lei nº 1, de 14 de janeiro de 1837, a qual proibia pessoas negras de frequentarem as escolas públicas. Desse modo, escrever sobre nossas histórias é um ato de insubordinação ao sistema racista:

As memórias subterrâneas, ao emergirem em espaços delineados pelo poder da escrita, rasuram a cena dos grandes feitos e permitem a composição de outras histórias nascidas, como acentua Pollak (1989), da experiência da periferia e da marginalidade. O movimento que caracteriza o afloramento das memórias confinadas ao silêncio instiga a escuta das vozes que emanam do corpo dos espoliados, dos indivíduos acossados pela dor da pobreza extrema. (EVARISTO, 2017, p. 191-192)

Na próxima seção iremos apresentar algumas ferramentas metodológicas para conduzir o processo psicoterapêutico na clínica afrocentrada.



ESTRATÉGIAS E FERRAMENTAS METODOLÓGICAS PARA PSICOTERAPIA AFROCENTRADA

O racismo produz efeitos muito severos sobre a subjetividade negra, pois vivem em uma sociedade hostil e “antiafricana”. Nesse sentido, a psicologia africana ocupa-se das consequências da contradição entre *ser e não ser africano* em contexto de diáspora. A clínica afrocentrada conduz à busca pela compreensão do significado e da experiência de ser africano a partir da alegria e da beleza em ser, pertencer e tornar-se africano (NOBLES, 2009, p. 278).

Vislumbramos a clínica como espaço de produção de axé⁸, esta força vital e propulsora que pode ser transmitida por meio de gestos, de palavras proferidas acompanhadas de movimentos do corpo, respiração, hálito. Ou seja, no processo psicoterapêutico, compreendo que a palavra é condutora do poder do axé na medida em que é pronunciada, em que é um som. Assim, enquanto psicóloga negra afrocosmologizada⁹, desenvolvo uma clínica com respeito à fala porque sei que ela é axé. Portanto, conduzo meus pacientes à criação de lugares imaginários positivados para que nossas palavras e ações possam produzir axé para transformação de vida. Entendo que o papel de uma psicóloga negra afrocentrada é conduzir as pessoas negras em psicoterapia na criação de axé e de poder em suas vidas, imaginando futuros afrocentrados (CHAVEIRO, 2023).

O espaço da clínica é lugar de enunciação. O momento da psicoterapia é tempo de romper com o silêncio colonial: “(...) a boca se torna o órgão da opressão por excelência, representando o que as/os brancas/os querem – e precisam – controlar e, conseqüentemente o órgão que, historicamente, tem sido severamente censurado” (KILOMBA, 2008, p. 33-34).

Em nossa clínica não há lugar para o silêncio que é fruto do racismo. As pessoas não sentem vergonha de ouvir sua própria voz. É nesse som que conduzimos reflexões que rasgam o passado e inundam a clínica de ancestralidade. Durante as sessões, falamos também sobre os episódios de racismo que a pessoa sofreu na vida e enunciamos os nomes das pessoas brancas que foram racistas (em alto e bom tom) para

⁸ Axé é compreendido como energia vital, presente em todos os elementos da natureza. Uma força que assegura a existência dinâmica (DOS SANTOS, 2002).

⁹ Pessoa iniciada no candomblé.



que paciente, psicóloga e a ancestralidade estejam conscientes do ocorrido. Analisamos também de maneira sistemática as dinâmicas racistas operadas por estas pessoas brancas que ainda estão no círculo de convivência da paciente negra, pois conhecer o comportamento das pessoas racistas é premissa para se proteger cotidianamente. Assim, em nossa prática clínica buscamos identificar o viés racial no sofrimento psíquico e nas experiências de pacientes negra/os como comprometimento ético e político com a ancestralidade africana.

Inspiradas por Abdias do Nascimento, nossa clínica afrocentrada ocupa-se também de identificar quais os possíveis aquilombamentos para pacientes negras/os no decorrer de sua vida. Assim, ao invés de falar sobre redes de apoio, preferimos chamar de aquilombamentos, pois são as existências de outras pessoas negras que potencializam e nutrem a existência do paciente em processo psicoterapêutico.

A seguir, sistematizamos em tabela nossas intervenções e metodologias na clínica com base em conceitos de intelectuais negros que nos inspiram.

Tabela 1: Ferramentas metodológicas com base em conceitos de intelectuais negras para clínica afrocentrada

Categorias trabalhadas na clínica	Conceito	Intervenções em Psicoterapia Afrocentrada
Pele negra, máscaras brancas de Frantz Fanon	O título deste tópico teve como influência as discussões apresentadas no livro: <i>Pele Negra, Máscaras Brancas</i> publicado originalmente em 1950 pelo autor Frantz Fanon. Nesta obra, Fanon expõe argumentos que ajudam a compreender as subjetividades estruturadas pelo racismo, ressaltando que tornar-se negro é retirar as máscaras brancas a partir da descolonização mental, embora o autor aponte também que o negro é uma experiência colonial, chegando a propor o abandono da ideia deste conceito.	Identificar quais máscaras brancas a pessoa está utilizando, ou seja, quais os processos de branqueamento ela já passou. Identificar quais pessoas negras inspiram esta pessoa, e como ela se sente fortalecida por meio da existência destas pessoas. Assim, retiramos as máscaras brancas para a descolonização subjetiva da/o paciente negra/o.
Aquilombamento de Abdias do Nascimento	Conceito elaborado por Abdias do Nascimento, poeta, ator, escritor, dramaturgo, artista plástico, professor universitário, político e ativista dos direitos civis e humanos dos povos negros. Considerado um dos maiores expoentes da cultura negra no Brasil e no mundo. Elabora o quilombismo como sistema político e econômico tradição africana. Quilombo quer dizer reunião fraterna e livre, solidariedade, convivência, comunhão existencial.	Conduzir a reflexões sobre “rede de apoio”, que na clínica afrocentrada chamados de aquilombamentos.



Transformar dor e raiva em poder de Audre Lorde	Audre Lorde (1934 - 1992) foi uma mulher negra caribenha-americana, mãe, lésbica, poeta e acadêmica, seus poemas e ensaios tornaram-se internacionalmente conhecidos. Segundo Audre Lorde (2019), é importante acessar a raiva que sentimos do racismo e conduzir o potencial reativo desta emoção para a própria superação do racismo.	Auxiliar os pacientes negros a identificarem de quem, de que e quando sentem raiva. Conduzir a psicoterapia de modo que possam abraçar a raiva que sente do racismo e usá-la de maneira positivada ao transformarem essa raiva em força de resistência e luta no cotidiano.
Americanidade e Pretuguês de Lélia Gonzalez	“Pensar “desde dentro” as culturas indígenas e africanas como resistência enquanto estratégia de ação. A presença da cultura africana no continente americano possibilita a proposição dessa categoria como efeitos conjuntos do racismo, colonialismo, imperialismo” (p. 71). Outra influência é o "pretuguês" (1983; 1988), termo criado para pensar a formação da identidade cultural brasileira por meio das palavras provenientes de idiomas africanos.	O pensamento de Lélia Gonzalez nos inspira a construir uma clínica afrocentrada que ofereça protagonismo aos elementos da cultura africana. Nesse sentido, ressaltamos o pretuguês em detrimento do português, respeitando a fonética de quimbundo e ambundo. Assim, ressignificamos dislexia em ancestralidade e herança fonética africana.
Escrevivências de Conceição Evaristo	O conceito de Conceição Evaristo nos motiva a escrever nossas vivências e desenvolver epistemologias a partir de nossas memórias. “Pode-se dizer que o fazer literário das mulheres negras, para além de um sentido estético, busca semantizar um outro movimento, ou melhor, se inscreve no movimento a que abriga todas as nossas lutas. Toma-se o lugar da escrita, como direito, assim como se toma o lugar da vida.” (EVARISTO, 2005, p. 54)	Inspirar pessoas negras na clínica a escreverem sobre sua própria história, marcando sua existência no tempo e se eternizando também por meio da escrita. Durante a sessão de psicoterapia, mostrar-se disponível para ouvir a leitura dos textos escritos pelos pacientes negros que estão em processo psicoterapêutico.
Afrofuturismo de Octavia Butler	O Afrofuturismo pode ser considerado como um movimento estético, artístico e cultural que objetiva projetar possibilidades futuras de reconstrução subjetiva de pessoas negras. “O Destino da Semente da Terra é criar raízes entre as estrelas” (BUTLER, 2020, p. 100).	Na clínica apresentamos informações acerca do cinema, música, fotografia, moda, artes plásticas, filosofia, literatura buscando romper com a lógica ocidental e europeia ao localizar as pessoas negras como protagonistas em narrativas anticoloniais.
Amor e afeto negro de bell hooks	Autora e ativista estadunidense, bell hooks nos ensina a amar a negritude. Somos um povo com feridas coloniais e o amor negro é a cura.	Responder às consequências do racismo por meio do amor próprio e do amor pelo povo negro. É fundamental a construção de um amor afrocentrado como estratégia de resistência à lógica colonial. Precisamos estar atentas às emoções de pessoas negras na clínica.
Sem perder a raiz de Nilma Lino Gomes	Nilma Lino Gomes em seu livro ‘Sem perder a raiz: corpo e cabelo como símbolos da identidade negra’ (2008) expõe o cabelo crespo como	O cabelo é analisado não apenas como parte do corpo individual e biológico, mas, como corpo



	formas de expressão estética e fortalecimento da identidade negra. Também escrevemos uma tese de doutorado sobre a infância negra e a potência de cabelos crespos de crianças (CHAVEIRO, 2020), a qual tem nos auxiliado e trabalhar autoestima, afroestética e identidade negra na clínica.	social, linguagem e símbolo de resistência cultural. É importante compreender quais experiências a pessoa negra teve com seu cabelo crespo, compreendendo-o também em perspectiva transgeracional (bisavós, avós, mãe, tias, primas). Na clínica perguntamos se a pessoa já passou por alisamento compulsório, se passou pela transição capilar, quem alisava seu cabelo, o que sentia antes, durante e depois do alisamento.
--	--	---

Fonte: Elaboração própria

Após apresentar estas análises e metodologias acima, partimos para outro ponto muito relevante: Como podemos nos utilizar das ferramentas metodológicas da psicologia africana para atender pacientes negras/os que foram iniciadas em terreiros de candomblé e de umbanda no Brasil? Em nossas experiências em psicologia clínica africana, oferecemos escuta, acolhimento e “ori-entação” para pessoas que foram cosmologizadas a partir de perspectivas de matriz africana?

De acordo com Wade Nobles (2009): “a língua e a lógica banto-congo sugerem que nossos ancestrais angolanos acreditavam que a pessoa é uma energia, espírito e poder” (p. 282). A discussão sobre ancestralidade está relacionada também à concepção de corpo na Filosofia Africana. Nesse sentido, de acordo com Muniz Sodré (2017), não temos simplesmente um corpo, nós somos igualmente o corpo. Nessa perspectiva, pode-se adotar uma concepção alternativa sobre a subjetivação de modo a desenvolver uma percepção do corpo e dos cabelos crespos a partir do pensamento ontológico africano. Ao se referir à subjetivação nagô, Muniz Sodré argumenta:

Que nova subjetivação é essa, “nagô”? Em princípio, uma diferença radical frente à unificação coercitiva implícita na noção de um sujeito consciente de si e idêntico a si mesmo, o moderno sujeito da consciência (cristã), que deixa perder-se, na hegemonia da representação, a potência da intuição e da comunicação com a diversidade fenomênica. Decorre daí a grande importância outorgada ao corpo, já que não se trata de uma subjetivação ancorada em estruturas lógicas de representação, mas nos posicionamentos de potência corporal inscritos num território. Seja entre nagôs ou entre hindus, o corpo abriga as representações do cosmo e de todos os princípios cosmológicos, portanto, as divindades. Corpo não se entende, portanto, como um receptáculo passivo de forças da alma, da consciência ou da linguagem, a exemplo da



síntese teológica, segundo a qual “o corpo é a carne possuída pelas palavras que nele habitam” (2017, p. 101).

Neste sentido, é preciso se descolonizar para atender pessoas negras que foram iniciadas no candomblé ou na umbanda. Na clínica afrocentrada é fundamental conhecer o *Ori*¹⁰ da pessoa que está em atendimento. É importante conhecer quais as energias que estão vinculadas à pessoa, entender quem são seus orixás, inquices, voduns ou guias. Uma psicologia africana só pode ser possível se nos conectarmos à ancestralidade e à nossa história pré-colonial que antecede ao violento processo colonial de catequese. Nossa clínica não pode ser espaço para perpetuação de racismo religioso e é incoerente se descolonizar sem tomar distância dos valores civilizatórios euro cristãos.

Nesse sentido, o psicólogo negro que não for pertencente às matrizes religiosas africanas deve estar muito atento para não reproduzir preconceitos em suas intervenções e falas, pois: “discriminar alguém por conta de sua fé e visão de mundo é um aprofundamento e da prática racista” (FEDERICO, 2017).

Na tabela abaixo sistematizamos algumas propostas metodológicas com base em nossas próprias experiências na clínica afrocentrada.

Tabela 2: Ferramentas metodológicas elaboradas a partir de nossas escrituras na clínica afrocentrada

PONTOS A SEREM IDENTIFICADOS	POSSÍVEIS PERGUNTAS	ANÁLISE
Compreensão do lugar étnico-racial de sua família	Conte-me um pouco sobre a sua família a partir da perspectiva étnico-racial. Como é sua mãe? Seu pai? Como são as/os avós? Você tem fotos deles? Posso vê-las? Como é seu esposo/esposa, namorada/namorado? A cultura dela/e se parece com a sua?	Buscar compreender como o critério étnico-racial organiza e hierarquiza as dinâmicas familiares da pessoa que está em atendimento psicoterápico. Em caso de famílias inter-raciais analisar quais os efeitos psicológicos do racismo na vida da pessoa em atendimento clínico.

¹⁰ *Ori* é um importante conceito filosófico e metafísico dos Yorubás que significa cabeça. De acordo com Wade Nobles (2009), *Ori* é entendido como guardião do eu, a essência da pessoa, aquele que a protege, o que influencia a personalidade. Na cosmologia africana, a cabeça é a *origem*, e é por meio dela que as pessoas se individualizam. Ao nascer, de maneira natural, a cabeça é a primeira a inaugurar o mundo, carregando os possíveis caminhos que poderemos construir no decorrer da vida. De acordo com Muniz Sodré: “O corpo compõe-se de duas partes inseparáveis, que são a cabeça (*ori*) e o suporte (*aperê*). O homem é indivíduo-corpo com elementos singulares e intransferíveis na cabeça, ligados ao seu destino pessoal” (2017, p. 117). Uma discussão mais aprofundada sobre o tema pode ser encontrada também no documentário *Ori* com participação de Beatriz Nascimento e com Direção de Raquel Gerber (1989).



	Como tais dinâmicas têm influenciado seu casamento?	Auxiliar a pessoa a identificar quando e como sofre racismo por parte de seus familiares. Propor estratégias de intervenção visando sua saúde mental, tais como fortalecimento de rede de apoio formada por pessoas negras e distanciamento de contextos em que possa sofrer racismo.
Identificar se alguém da família foi afrocosmologizado em terreiro de candomblé ou umbanda	Você tem conhecimento se em sua família havia alguém que frequentava terreiros de umbanda ou candomblé? Há alguém com hipersensibilidade em sua família? Alguém já foi considerado médium em sua família? Como você entende esta questão? Qual a religião de cada pessoa de sua família?	Tais perguntas podem auxiliar a pessoa a compreender melhor sua função ancestral no seio de sua família.
Identificar se já fez psicoterapia com psicólogo/a branca	Você já fez psicoterapia antes? Como era sua/seu psicoterapeuta? Qual era sua abordagem e seu lugar social em relação à raça/etnia?	Estes questionamentos podem ajudar a delinear quais as consequências positivas e negativas para o fortalecimento ancestral da pessoa negra. O processo psicoterapêutico anterior geralmente exerce certa influência no processo atual da pessoa e é importante verificar como ocorreu. Em caso de ter sido atendido por psicoterapeuta branca sem letramento étnico-racial, identificar possíveis violências contra paciente negro e ressignificar estas situações.
Aprendendo a sentir	Você possui intuições? Como são seus sonhos? Como seu corpo reage a alguns ambientes, falas, contextos? Quando você se encontra com algumas pessoas, como seu corpo reage depois? Há algum lugar que você não se sente bem? Quais espaços você mais gosta de estar e por quê?	Muitas pessoas negras desaprenderam a sentir em uma perspectiva ancestral africana. Estas perguntas podem promover reflexões para que voltem a se reconectar com sua própria ancestralidade.
Uso de álcool e outras drogas	Você faz uso de bebida alcoólica? Alguém de sua família faz uso abusivo de álcool e outras drogas?	A ingestão abusiva de álcool pode possuir um impacto negativo para nosso povo. Além dos aspectos biológicos, há também os danos psicossociais, espirituais e emocionais. As pessoas africanas trabalharam durante séculos em plantações de cana, matéria prima para açúcar e bebidas



		Desse modo, beber socialmente é permitido para pessoas que são socialmente aceitas, ou seja, pessoas brancas. Em outros termos, nossas dores são tão profundas que podem ser potencializadas de forma negativa por meio do consumo de abusivo álcool. Além disso, a depender da espiritualidade da pessoa negra, a bebida pode não ser permitida, por exemplo, filhos de Oxalá.
Hábitos alimentares	Como você se alimenta? Quais são suas comidas preferidas? Você cozinha sua própria comida? Se sim, em quais dias/momentos? Como sua família se alimenta? Há algum alimento que você não gosta ou que te faça mal?	Identificar a relação entre racismo alimentar e subjetividade de pessoas negras; Compreender os processos alimentares transgeracionais. Entender sobre quizzilas, alimentação e ancestralidade.
Corporeidade	Você já alisou seu cabelo? Como você percebe seu corpo? Qual a parte do seu corpo que você mais gosta? Existe alguma parte que você menos gosta? Você se acha parecida com alguém de sua família? Se pudesse escolher seu próprio corpo, como ele seria?	Neste campo, as perguntas nos permitem que entendamos como a pessoa negra percebe sua corporeidade, quais os efeitos do racismo e como ressignificar para uma autopercepção positivada e ancestral.
Orientação Sexual E Identidade de Gênero	Como você se identifica em relação à orientação sexual? Como foi seu processo de se perceber nesta orientação? Como você se identifica em relação ao gênero? Como foi seu processo de se perceber com esta identidade?	A realidade de pessoas que estão fora do sistema cisheteropatriarcal é muito difícil em função do entrelaçamento entre raça/etnia e orientação sexual e identidade de gênero. O atendimento a pessoas negras lésbicas, gays, pessoas trans, não-binárias deve ser conduzida de maneira muito cuidadosa e acolhedora.
Pertencimento	Em que espaços você tem a sensação de pertencimento? Quais comunidades você participa em seu meio social?	O povo negro existe a partir da coletividade. Estar sozinho e desconectado, não sentir que pertence a algum espaço pode ser muito nocivo. Desse modo, é preciso perceber se a/o paciente possui vínculos e se sente pertencente a alguma comunidade.
Relação com o próprio nome	Como você se sente com o seu nome? Você conhece a história do seu	Os nomes africanos são memórias ancestrais que estão encobertas pelo denso véu da



	<p>nome e sobrenome? Se você pudesse escolher um nome e sobrenome africanos, quais seriam?</p>	<p>colonialidade escravagista. A colonização no Brasil tinha como estratégia dar nomes católicos, como apagamento dos nomes e sobrenomes africanos, dificultando o mapeamento de registros étnicos.</p>
<p>Perspectivas de Prosperidade</p>	<p>Quais são seus planos para o futuro? Quais suas habilidades que podem ser monetizadas? Você possui casa própria? Como você gasta seu dinheiro?</p>	<p>Precisamos nos organizar para criar e agenciar nosso próprio poder. Contextualizando, a lei de Terras de 1850 foi uma estratégia para que pessoas negras não tivessem direito à propriedade. Nesse sentido, a clínica afrocentrada deve auxiliar as pessoas negras a: 1) pensarem estratégias de maneira intencional e consciente para o acesso aos bens materiais (casa própria, veículos, móveis), assessoria para concursos públicos, assessoria acadêmica para mestrado e doutorado, elaborar emoções para que ter segurança e organização financeira.</p>
<p>Provérbios Africanos</p>	<p>Você já ouviu falar no seguinte provérbio africano: (elaborar lista com provérbios e utilizar como recurso metodológico para desenvolver metáforas na clínica).</p> <p>O que ele te remete? Como você se sente ao ouvir? Acha que faz sentido para você pensar dessa maneira?</p>	<p>Condução de reflexões na clínica e construção de metáforas a partir de provérbios africanos a fim de resgatar os saberes populares de etnias distintas de África.</p>
<p>Relacionamentos afetivo-sexuais</p>	<p>Como você tem se relacionado afetivamente e sexualmente? Quais memórias você carrega de seus relacionamentos anteriores?</p>	<p>Refletir acerca do livro: Espírito da Intimidade de Sobonfu Somé (2007), a qual afirma que as questões do coração são iniciadas pelo espírito, e devemos nos voltar ele a fim de obter saúde e bem estar nos relacionamentos. Este precioso livro nos oferece uma perspectiva que ajuda a restaurar o contexto sagrado e ancestral das relações afetivas.</p>

Fonte: Elaboração Própria

CONSIDERAÇÕES FINAIS



Este artigo teve como objetivo contribuir metodologicamente para a construção de novas práticas em psicologia clínica afrocentrada. Para lidarmos com novas possibilidades de existência, é preciso compreender os impactos do racismo sobre nossa subjetividade. De acordo Neusa Santos Souza (1983):

A partir do momento em que o negro toma consciência do racismo, seu psiquismo é marcado com o selo da perseguição pelo corpo próprio. Daí por diante, o sujeito vai controlar, observar, vigiar este corpo que se opõe à construção da identidade branca que ele foi coagido a desejar. A amargura, desespero ou revolta resultantes da diferença em relação ao branco vão traduzir-se em ódio ao corpo negro (p. 06).

Sabendo disso, na clínica afrocentrada não há espaço para violência colonial e perspectivas rasas da branquitude. Ao longo desses anos, nossas práticas na clínica foram alicerçadas também pela leitura e interpretação da obra *Os Condenados da Terra* (1961), de Frantz Fanon. O autor afirma que “a descolonização é sempre um fenômeno violento” (FANON, 1961, p. 30). Assim, entendemos que o processo psicoterapêutico para pessoas negras precisa ser permeado de muita leveza, afeto e acolhimento, pois mesmo o processo de descolonização subjetiva não é suave.

Enquanto psicoterapeuta negra, busquei acolher os traumas coloniais e curar as feridas provocadas pelo racismo. A clínica que construímos não é um espaço romantizado e de retroalimentação de práticas coloniais. É um quilombo que visa gerenciar a redistribuição da violência (MOMBAÇA, 2020) e potencializar perspectivas futuras a partir de estratégias de luta e resistência a fim de colaborar para a demolição das estruturas do sistema colonial como um todo: “A motivação básica do eu africano é um esforço por algo que vai além da individualidade e reconecta o eu com o eu extenso” (AKBAR, 1975, p. 98). Nossa clínica elabora ebós de cuidado para a orientação de pessoas negras em diáspora e este artigo buscou compartilhar tais rotas metodológicas com outras/os psicoterapeutas para fortalecermos sempre mais os nossos quilombos.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AKBAR, Na'im. *Papers in african psychology*. Flórida: Mind Productions, 1975.

AKBAR, Na'im. Psychological Legacy of Slavery. In: *Breaking the Chains of Psychological Slavery*. Tallahassee: Mind Productions & Associates, 1996, p.1-25. Tradução Roberta Federico, 2020.



ASANTE, Molefi. Afrocentricidade: Notas sobre uma posição disciplinar. In: Nascimento, Elisa Larkin (org.). *Afrocentricidade: uma abordagem epistemológica inovadora*. São Paulo: Selo Negro, 2009. p. 93-110.

BUTLER, Octavia. *A Parábola do Semeador*. Trad. Carolina Cai-res Coelho, São Paulo: Editora Morro Branco, 2020.

CHAVEIRO, Maylla M. R. de S. Cabelos Crespos em Movimento(s): Infância e Relações Étnico-Raciais. Tese (doutorado) - Universidade Federal de Santa Catarina. Centro de Filosofia e Ciências Humanas. Programa de Pós-Graduação Interdisciplinar em Ciências Humanas. Florianópolis, 2020.

CHAVEIRO, Maylla M. R. de S., MINELLA, L. S. Infâncias Decoloniais, Interseccionalidades e Desobediências Epistêmicas. *Cadernos de Gênero e Diversidade*. 7(1), 99-117. 2021. <https://doi.org/10.9771/cgd.v7i1.43661>

CHAVEIRO, Maylla Monnik Rodrigues de Sousa. Infâncias afrofuturistas, cabelo crespo e sankofa: a estética como estratégia de resistência. *ODEERE*, [S. l.], v. 8, n. 1, p. 176-191, 2023. <https://doi.org/10.22481/odeere.v8i1.12338>.

DIOP, Cheikh Anta. *The African Origin of Civilization: Mith or Reality?* Westport: Lawrence Hill, 1974.

DIOP. Cheik Anta. *The cultural unity of Black Africa – the domains of patriarchy and of matriarchy in classical antiquity*. Westbourne, Karnak house, 1989.

DOS SANTOS, Juana Elbein. *Os Nagô e a Morte: pàdê, àsèsè e o culto Égun na Bahia*. Editora Vozes, 2002.

EVARISTO, Conceição. Da representação à auto-representação da Mulher Negra na Literatura Brasileira. *Revista Palmares: cultura afro-brasileira*, ano 1, n. 1, p. 52-57, ago. 2005. Disponível em: <https://www.palmares.gov.br/sites/000/2/download/52%20a%2057.pdf> Acesso em: 30/07/2023

EVARISTO, Conceição. *Becos da Memória*. Rio de Janeiro: Pallas, 2017.

FANON, Frantz. *Pele negra, máscaras brancas*. Salvador: EDUFBA, 2008.

FANON, Frantz. *Os condenados da Terra*. Lisboa: Editora Uliseia Limitada, 1961.

FEDERICO, Roberta. M. Raça e espiritualidade: o pensamento clínico nas práticas da psicologia escolar. *Revista da Associação Brasileira de Pesquisadores/as Negros/as (ABPN)*, [S. l.], v. 10, n. 24, p. 183-197, 2018. Disponível em: <https://abpnrevista.org.br/site/article/view/580>. Acesso em: 23/07/2023.

GONZALEZ, Lélia. "Racismo e sexismo na cultura brasileira". In: SILVA, Luiz Antonio et al. Movimentos sociais urbanos, minorias e outros estudos. *Ciências Sociais Hoje*, Brasília, ANPOCS n. 2, p. 223-244, 1983. Disponível em: <https://edisciplinas.usp.br/mod/resource/view.php?id=2217066&forceview=1> Acesso em: 23/07/2023.

GONZALEZ, Lélia. A categoria político-cultural de amefricanidade. *Tempo Brasileiro*, Rio de Janeiro, n. 92/93, p. 69-82, jan./jun. 1988. Disponível em: <https://institutoodara.org.br/public/gonzalez-lelia-a-categoria-politico-cultural-de->



[amefricanidade-tempo-brasileiro-rio-de-janeiro-v-92-n-93-p-69-82-jan-jun-1988b-p-69-82/](https://www.geledes.org.br/vivendo-de-amor/)

Acesso em: 23/07/2023.

HOOKS, bell. *Vivendo de Amor*. Disponível em: <https://www.geledes.org.br/vivendo-de-amor/>
Acesso em: 23/07/2023.

KILOMBA, Grada. A máscara. Tradução Jéssica de Oliveira de Jesus. *Cadernos de Literatura em Tradução*, São Paulo, n. 16, p. 171-180, 2016.

KILOMBA, Grada. *Memórias da plantação: episódios de racismo cotidiano*. Editora Cobogó, 2020.

LORDE, Audre. Os usos da raiva: as mulheres reagem ao racismo. In: LORDE, Audre. *Irmã outsider*. 1. ed. Belo horizonte: Autêntica, 2019 [1984]. cap. 12, p. 155 - 167. ISBN 9788551304311.

MACHADO, Sara Abreu da Mata; ARAÚJO, Rosângela Janja Costa. Capoeira Angola, corpo e ancestralidade: por uma educação libertadora. *Horizontes*, v. 33, n. 2, p. 99-112, jul./ dez. 2015. <https://doi.org/10.24933/horizontes.v33i2.256>

MOMBAÇA, Jota. *Não vão nos matar agora*. Rio de Janeiro: Cobogó, 2020.

NASCIMENTO, Abdias. *O Quilombismo*. Petrópolis: Vozes, 1980.

NASCIMENTO, Beatriz. *Texto e narração do filme Ori*. São Paulo: Angra Filmes, 1989.

NOBLES, Wade. Sakhu Sheti: retomando e reapropriando um foco psicológico afrocentrado. In: NASCIMENTO, Elisa. L. *Afroncentricidade: uma abordagem inovadora*. Vol. Sankofa: matrizes da cultura brasileira. São Paulo: Selo Negro, 2009. p. 277-298.

NOGUERA, Renato. *O Ensino de Filosofia e a Lei 10.639*. Rio de Janeiro: CEAP, 2011.

NOGUERA, Renato. Denegrindo a Educação: Um Ensaio Filosófico Para uma Pedagogia da Pluriversalidade. *Revista Sul-Americana de Filosofia e Educação*, Rio de Janeiro, v. 18, n. 93, p. 62-73, mai./ out. 2012. Disponível em: <http://periodicos.unb.br/index.php/resafe/article/view/7033/5556>. Acesso em: 29/07/2023.

NOGUERA, Renato. O poder da infância: espiritualidade e política em afroperspectiva. *Momento: diálogos em educação*, v. 28, n. 1, p. 127-142, jan./ abr. 2019. <https://doi.org/10.14295/momento.v28i1.8806>

NOGUEIRA, Simone Gibran; GUZZO, Raquel Souza Lobo. Psicologia Africana: Diálogos com o sul global. *Revista Brasileira de Estudos Africanos*, v. 1, n. 2, 2016. <https://doi.org/10.22456/2448-3923.66828>

OLIVEIRA, Eduardo de. *Filosofia da Ancestralidade: Corpo e Mito na Filosofia da Educação Brasileira*. Curitiba: Editora Gráfica Popular, 2007.

OYĒWÙMÍ, Oyèrónké. *A Invenção das Mulheres: construindo um sentido Africano para os Discursos Ocidentais de Gênero*. Rio de Janeiro: Bazar do Tempo, 2021.

SANTOS, Juana Elbein dos. *Os Nàgô e a morte: Pàdè, Àsèsè e o culto Égun na Bahia*. 13ª ed. Vozes, 2008.



SOUZA, Neusa Santos. *Tornar-se negro*. Rio de Janeiro: Graal, 1983.

SCHUCMAN, Lia Vainer. *Famílias inter-raciais: tensões entre cor e amor*. Salvador: Edufba, 2018. 146 p.

SODRÉ, Muniz. *Pensar Nagô*. Petrópolis: Vozes, 2017.

SOMÉ, Sobonfu. *O Espírito da intimidade: ensinamentos ancestrais africanos sobre maneiras de se relacionar*. São Paulo: Odysseus, 2007.

Recebido em: 31/07/2023

Aprovado em: 21/09/2023