

## DA AUTOCONSCIÊNCIA À CONSCIENTIZAÇÃO DA BRANQUITUDE: ESTRATÉGIAS DE LETRAMENTO RACIAL NA ABORDAGEM CENTRADA NA PESSOA

*<sup>1</sup>Menkell Souza Rodrigues, <sup>2</sup>Michelle Conceição Guimarães Silva*

1 Universidade Federal do Pará. E-mail: menkell.rodrigues@gmail.com

2 Universidade Federal do Pará. E-mail: michellecgsilva89@gmail.com

### RESUMO

Este trabalho se constitui como um ensaio teórico que visa pautar estratégias de letramento racial, considerando as implicações da Branquitude na sua própria invisibilização enquanto raça. Partindo da importância de compreender os processos de constituição do Eu Branco, este estudo aproxima conceitos da Teoria da Personalidade da Abordagem Centrada na Pessoa com estudos de relações raciais, teorias da Branquitude e as contribuições da Psicologia Existencial-Humanista de James Bugental. A análise crítica da Branquitude enquanto posição de poder e privilégios que agenciam símbolos e materialidades destaca a necessidade de caracterizar os processos de atualização do sujeito branco em sua dinâmica de percepção de si e do mundo. Assim, propõe-se que efetivas estratégias de letramento racial para pessoas brancas devem considerar a distinção entre autoconsciência e conscientização, visando propor a luta antirracista como uma aprendizagem significativa que opera mudanças a nível experiencial, atitudinal e institucional.

**Palavras-chave:** Branquitude; Letramento racial; Conscientização; Abordagem Centrada na Pessoa

### FROM SELF-AWARENESS TO WHITENESS AWARENESS: RACIAL LITERACY STRATEGIES IN THE PERSON-CENTERED APPROACH

### ABSTRACT

This work constitutes a theoretical essay that aims to guide racial literacy strategies, considering the implications of Whiteness in its own invisibility as a race. Starting from the importance of understanding the processes of constitution of the White Self, this study brings together concepts from the Personality Theory of the Person-Centered Approach with studies of racial relations, theories of Whiteness and the contributions of James Bugental's Existential-Humanist Psychology. The critical analysis of Whiteness as a position of power and privileges that manage symbols and materialities highlights the need to characterize the processes of updating the white subject in their dynamics of perception of themselves and the world. Thus, it is proposed that effective racial literacy strategies for white people should consider the distinction between self-consciousness and awareness, aiming to propose the anti-racist struggle as a significant learning that operates changes at the experiential, attitudinal and institutional levels.

**Keywords:** Whiteness; Racial literacy; Awareness; Person-Centered Approach

## INTRODUÇÃO

É cabível situar que o conceito de “raça” tem origens complexas, pois envolve não apenas a história, mas a ciência e a política. Podemos pensar que é a partir do século XV, e posteriormente com o colonialismo e o racismo científico que o termo raça criou suas raízes, sobretudo, para justificar pseudociências como o “darwinismo social” e superioridade racial. Esse conceito enquanto um entendimento biológico e não social perdurou por muitos séculos até ser repensado pela comunidade científica. Nesse ínterim, compreendemos que, os estudos das estruturas racializadas têm sido discutidos de maneira crítica há algumas décadas, principalmente a partir de contextos históricos nos Estados Unidos e na Europa. Entretanto, tais debates ganharam maior visibilidade apenas nos anos 1990, impulsionados pelas discussões nos espaços acadêmicos e políticos. É fundamental situar esses estudos no contexto geográfico e temporal para compreender suas influências no cenário brasileiro, que apresenta especificidades históricas e culturais no que tange à racialização e ao racismo.

No território brasileiro, os estudos sobre as estruturas raciais merecem uma atenção mais cautelosa devido suas particularidades históricas imbricadas na escravidão no período colonial. Aqui no Brasil, mesmo com a oficialização do tráfico negreiro e com a realidade escancarada dos lugares sociais que cada um ocupava, se instaurou uma perspectiva que tentou (e ainda tenta) mascarar a realidade vivida no país<sup>1</sup>. Estamos falando do mito da democracia racial, que é descrita na década de 1930 como resultado do processo de miscigenação forçada pela minoria branca através da violentação de mulheres negras, e um processo que envolveria questões políticas por meio do incentivo a imigração europeia e a eugenia brasileira (esse termo significa “bem nascido” e era utilizado para justificar a exclusão de imigrantes, negros e pessoas com alguma deficiência)<sup>2</sup>.

Sabe-se que uma das maiores estratégias para manter essa perspectiva é entendida como branqueamento da população. Todavia, essa estratégia de branqueamento com o processo de mestiçagem ou imigração não deu certo devido às inúmeras formas de resistência da população negra. Mas o ideário de que há uma democracia racial no Brasil ainda persiste enquanto uma construção de supremacia branca em que as pessoas não teriam uma distinção pela cor e que não existe desigualdades, aliás, todos seriam “brasileiros”, de acordo com esse mito. Corroborando a reflexão dessa ideologia, a atribuição racial no Brasil só tem um parâmetro avaliativo para pessoas negras, e que ser branco no nosso país constitui-se na liberdade de qualquer pressuposto que avalie o colorismo. É o que entendemos como os reflexos da colonialidade por meio da Branquitude no Brasil<sup>3</sup>.

Para uma compreensão ampliada e crítica dessas estruturas racializadas no nosso território, este texto abordará a Branquitude, conceito que permite desnudar a posição do

sujeito branco como norma invisibilizada nas relações raciais. No Brasil, os estudos sobre a Branquitude começaram a ganhar destaque a partir dos anos 2000, com influências das pesquisas realizadas nos Estados Unidos e na Europa. Esses estudos visam compreender como a identidade branca é construída e mantida, bem como sua contribuição para a perpetuação de desigualdades raciais<sup>4</sup>.

No campo da Psicologia, o Conselho Federal de Psicologia tem produzido notas técnicas, publicações e orientações éticas que demandam um fazer profissional comprometido com uma visão crítica e contextualizada dos aspectos sociais, culturais e políticos, especialmente em uma sociedade racializada como a brasileira. Essas contribuições têm sido cruciais para a formação de uma Psicologia crítica e comprometida com as transformações sociais.

O conceito de Branquitude, descrito como uma posição de poder que estrutura hierarquias raciais, tem sido debatido no campo da Psicologia como um elemento fundamental para a compreensão das desigualdades sociais no Brasil. Destaca-se que a Psicologia brasileira, ao longo de sua história, perpetuou um modelo epistemológico hegemônico, alicerçado em perspectivas eurocentradas que naturalizam o sujeito branco como universal<sup>5</sup>. Tal modelo desconsidera as interseccionalidades de gênero, raça e classe na constituição do psiquismo humano, reforçando a invisibilização do racismo nas práticas psicológicas. Assim, é imperativo desconstruir essas epistemologias hegemônicas para avançar na construção de uma Psicologia crítica e comprometida com a equidade racial.

Evidencia-se que a formação em Psicologia no Brasil ainda negligencia as discussões sobre raça e racismo em suas grades curriculares, perpetuando uma prática desvinculada dos contextos históricos e sociais<sup>5</sup>. Essa omissão, reflete uma concepção universalista do ser humano, que ignora as especificidades raciais na constituição do psiquismo<sup>4</sup>. Nesse contexto, a Branquitude opera como um marcador de privilégios materiais e simbólicos, consolidando-se como uma ferramenta essencial para a análise das relações raciais no Brasil e para o avanço de práticas psicológicas mais inclusivas e críticas.

De modo a refletir como é formada a subjetividade do sujeito branco nessas configurações sociais, define-se a Branquitude como um lugar vinculado à ideologia da colonialidade<sup>4</sup>. O termo descreve as construções das identidades raciais brancas por meio das relações de poder que estruturam uma sociedade racista. Nesse sentido, a Branquitude é sustentada pela ideia fictícia de superioridade racial, uma construção forjada pela colonialidade que, historicamente, hierarquizou corpos e subjetividades.

Essa concepção de Branquitude permeia todas as estruturas sociais. Um conceito central nesses estudos é o de privilégio branco, que diz respeito às vantagens normalizadas e frequentemente invisibilizadas que pessoas brancas possuem em uma sociedade racialmente estratificada. No Brasil, esse privilégio é evidente em áreas como educação, mercado de trabalho, segurança pública e representação midiática<sup>6</sup>. Além disso, a invisibilidade da própria Branquitude – ou seja, a ausência de reconhecimento dela como uma identidade racial – reforça o *status quo* e naturaliza desigualdades raciais<sup>4</sup>.

Dessa forma, surge a necessidade do letramento racial, que envolve a capacidade de reconhecer, entender e questionar as estruturas raciais e o impacto do racismo na sociedade. Esse processo requer não apenas uma conscientização pessoal, mas também um esforço contínuo para desnaturalizar práticas e discursos racistas. No caso das pessoas brancas, o letramento racial demanda um confronto direto com os próprios privilégios, frequentemente ignorados ou minimizados<sup>7</sup>.

Compreende-se o letramento racial como um conjunto de práticas que permite aos sujeitos brancos desenvolverem uma consciência crítica acerca de sua posição privilegiada nas dinâmicas de poder racial. Baseando-se no conceito foucaultiano de "técnicas de si", argumenta-se que o letramento racial não apenas possibilita o reconhecimento do racismo estrutural, mas também promove a dissociação entre brancura – aspectos fenotípicos – e Branquitude, compreendida como ideologia de superioridade racial. Essa prática, portanto, não apenas desafia o mito da democracia racial brasileira, mas também contribui para a construção de subjetividades críticas e engajadas na transformação social<sup>7</sup>.

Na Psicologia, embora o debate sobre Branquitude e letramento racial tenha avançado, ainda há quem considere essas temáticas como "complementares" ou restritas às disciplinas de Psicologia Social. Essa visão é problemática, pois perpetua violências estruturais ao negligenciar os impactos do racismo na saúde mental e nas relações humanas<sup>8</sup>. Reconhecer e desconstruir privilégios brancos é um passo essencial para promover uma prática psicológica ética e comprometida com os Direitos Humanos.

A perspectiva abordada neste trabalho articula a formação em Psicologia com os pressupostos da Abordagem Centrada na Pessoa (ACP), desenvolvida por Carl Rogers. Embora seja fruto de um contexto norte-americano – marcadamente branco –, essa abordagem precisa ser recontextualizada à luz das dinâmicas políticas, sociais e raciais brasileiras. Autoras e psicólogas da ACP, enfatizam que é indispensável que a formação de profissionais inclua discussões sobre racismo e adoecimento psíquico, destacando a importância de um posicionamento antirracista como facilitador do processo terapêutico<sup>9</sup>.

*A priori*, o desenvolvimento da abordagem não estava preocupado em dialogar com as dinâmicas raciais, apenas com conceitos que pudessem explicar a dinâmica de funcionamento da personalidade e as relações de ajuda, muito embora todas essas temáticas estejam atravessadas por questões de cunho racial. O histórico da ACP não está distanciado da história da Psicologia, ou seja, as reflexões que discutimos neste trabalho ainda podem ser vista para muitos profissionais como “complementares” ou pensadas como uma teoria racializada que só interessa a um público ou área pontual. Dessa maneira nos questionamos se: é possível que haja desenvolvimento de qualquer perspectiva teórica sem considerar as interseccionalidades, de maneira mais particular, as questões raciais da Branquitude?

A compreensão da Branquitude como estruturante na sociedade brasileira é essencial para a prática psicológica. Dentro da ACP, que considera o conceito de si como um processo em constante formação, é fundamental reconhecer que as experiências organísmicas incluem o impacto das dinâmicas raciais e sociais. Assim, ao propor estratégias de letramento racial, este estudo tem por objetivo integrá-las à concepção do Eu-processo da Psicologia Existencial-Humanista<sup>10</sup> e noções centradas na pessoa, reforçando a importância de uma prática psicológica ética, crítica e inclusiva.

## **METODOLOGIA**

Este trabalho é um ensaio teórico que utiliza uma abordagem qualitativa e reflexiva, com o objetivo de articular conceitos e perspectivas relacionadas à Branquitude e ao letramento racial. A metodologia deste trabalho fundamenta-se em um ensaio bibliográfico crítico, buscando estabelecer diálogos entre autores/as clássicos/as e contemporâneos/as no campo da Abordagem Centrada na Pessoa, a partir dos quais se estabelecem contribuições, diretas ou indiretas, para esse debate. Nesse sentido, o trabalho teórico visa não apenas compreender os debates já consolidados, mas também identificar lacunas, desafios e possibilidades para avanços teóricos no que se refere ao letramento racial da Branquitude.

O percurso metodológico envolveu a análise de referências teóricas da ACP indicadas como produções científicas que orientam a prática profissional de Psicólogas(os/es) Centradas(os/es) na Pessoa. Desse modo, priorizamos autoras e autores que articulam os eixos de 1) Teorias a Branquitude, 2) Teoria da Personalidade na ACP e 3) contribuições da Psicologia Humanista-Existencial. A seleção e organização dessas bases bibliográficas se deram pela relevância científica e pela capacidade estratégica de articular subjetividades, relações raciais e prática profissional. Essa metodologia foi adotada e sustentada nas discussões do texto a partir da explanação dos estudos da ACP em cursos de graduação, especialmente sobre a teoria da personalidade, os estudos sobre racialidade na ACP, bem como os estudos que partem de uma perspectiva existencial-humanista.



Para isso, partimos de um estudo documental inédito realizado por pesquisadores da Universidade Federal do Pará em 2023, que analisou a formação em Psicologia no Norte do Brasil por meio da análise de Planos Pedagógicos de Cursos de Graduação. Tal estudo<sup>11</sup>, permitiu identificar as atuais configurações da formação na Abordagem Centrada na Pessoa na região norte do país. Com base nesse estudo, entendemos que as obras de Carl Rogers mais utilizadas na formação de profissionais psicólogos<sup>11</sup>, são relevantes para entender quais aspectos da teoria rogeriana se materializam como referencial formativo para a atuação profissional.

Além disso, como ponto de inflexão teórica, utilizamos as contribuições do Psicólogo Existencial-Humanista James Bugental, na sua visada em questionar e ampliar a conceituação do *Self* por meio de tensionamentos de um Eu-Atributo a um Eu-Processo<sup>10</sup>. Visou-se, com isso, a articulação do conceito de Eu-ideal e Eu-real, da Teoria da Personalidade<sup>12</sup>, com a distinção conceitual de autoconsciência e conscientização<sup>10</sup>, propostas neste ensaio como chaves de leitura para uma postura crítica de letramento racial da Branquitude. Outrossim, produções atuais dentro da ACP que já têm iniciado discussões a nível interseccional se somam ao debate e às proposições deste ensaio.

As produções selecionadas foram examinadas de maneira reflexiva, destacando convergências e pontos de tensão teórica entre os/as autores/as. Ademais, busca-se incorporar uma perspectiva interdisciplinar, promovendo um diálogo entre a Abordagem Centrada na Pessoa e as ciências políticas e sociais para enriquecer o escopo analítico. A análise é conduzida de forma a pensar cada conceito elencado numa perspectiva de atualização das sensibilidades da Abordagem Centrada na Pessoa, ponderando estratégias e qualificações de letramento racial para a formação de profissionais e/ou de cidadãos de modo geral. Optar pelo formato de ensaio teórico justifica-se pela natureza exploratória e reflexiva do tema em questão, que demanda um ulterior espaço para articulação argumentativa frente às vicissitudes de uma validação empírica e, ao mesmo tempo, afirma que a empiria nos estudos étnicos-raciais na Abordagem Centrada na Pessoa é uma lacuna que igualmente precisa de respostas. Por fim, o ensaio teórico busca oferecer uma contribuição original ao campo, apresentando um posicionamento que instigue novos debates e reflexões acadêmicas, como também engajamento político.

## **RESULTADOS**

Ao situarmos as produções clássicas que formam os profissionais centrados na pessoa, certamente partimos do precursor Carl Ransom Rogers que, ao longo da sua trajetória, se propôs a pesquisar e discorrer sobre muitos temas, porém, se limitou em outros tantos. Ainda assim, é notório que obras escritas ao fim de sua vida convidaram àqueles que

adotaram seus pensamentos a desenvolver novas perspectivas e compreensões. Dentre essas obras<sup>11</sup>, temos “Tornar-se Pessoa”<sup>13</sup> e “Sobre o Poder Pessoal”<sup>14</sup> como as referências bibliográficas de Rogers mais indicadas nos cursos de graduação em Psicologia, ao menos na região norte. “Tornar-se Pessoa”<sup>13</sup> é um livro ensaístico de Rogers, no qual o autor ordena um compilado de textos que descrevem a sua longa trajetória como pesquisador e psicoterapeuta e argumentam sobre suas principais proposições acerca do fazer psicológico e do crescimento das pessoas. A obra costuma ser indicada como bibliografia básica sobretudo para componentes curriculares que são destinados à teoria e prática da Psicologia Clínica, mesmo essa não sendo a que, de fato, sistematiza a Teoria da Personalidade e a Teoria da Mudança Terapêutica de Personalidade, por exemplo.

Em “Sobre o Poder Pessoal”<sup>14</sup> assume-se essa limitação pessoal de Carl Rogers em temáticas que dizem respeito às minorias raciais e étnicas. Contudo, nessa e em outras obras, paradoxalmente, Rogers aponta as contribuições de como uma ética centrada na pessoa poderia ser facilitadora no que se refere às desigualdades vividas na sociedade. Vale ressaltar que, apesar de ser classificada como uma bibliografia complementar para a maioria dos estudantes de Psicologia, essa obra tem um dos maiores arcabouços políticos e críticos feitos por Rogers. Ainda em “Sobre o poder pessoal”<sup>14</sup>, é proposto um modelo de relações humanas que valoriza as atitudes facilitadoras como uma forma de superar os sistemas de controle e opressão presentes nas organizações sociais, reconhecendo e valorizando as potencialidades individuais. No entanto, quando se visualiza para quais componentes curriculares essa obra é indicada, nota-se que a proposta de Rogers é frequentemente cooptada e transformada em uma ferramenta de gestão no mundo do trabalho contemporâneo<sup>11</sup>, onde os indivíduos são gerenciados com base em atributos como maturidade, resiliência e responsabilidade, perpetuando assim uma lógica de controle e mérito.

Desse modo, saltasse aos olhos como as literaturas consideradas básicas para os estudos da Abordagem Centrada na Pessoa podem estar cumprindo muito pouco sua função de explicitar o complexo arcabouço teórico da ACP. E mais do que isso: como a práxis da Abordagem Centrada na Pessoa tende a se reduzir numa aplicação generalista das atitudes facilitadoras, na sua problemática qualificação de “necessárias e suficientes”. Esses dados são relevantes quando pensamos num necessário caminho formativo em questões de relações étnico-raciais dentro da ACP, pois pode ser o indicativo de uma inadequada apropriação das teorias da abordagem, tanto nas suas potencialidades quanto nos seus limites.

Dentro da Abordagem Centrada na Pessoa, autoras contemporâneas<sup>9</sup> têm trazido novas reflexões que se inspiram nas ideias de Rogers, especialmente aquelas que emergiram na década de 1970. Essas reflexões são solidificadas por estudos interseccionais e

decoloniais, que buscam problematizar as relações de poder e as dinâmicas de exclusão presentes na sociedade. Destaca-se a importância do letramento racial para os psicoterapeutas, ou seja, a necessidade de que esses profissionais tenham uma compreensão profunda das dinâmicas raciais e de como elas impactam a prática clínica. No entanto, essa preocupação não se limita à prática clínica, mas também se estende a outros contextos da prática profissional<sup>(9,15)</sup>.

Ademais, entre as contribuições mais significativas para o desenvolvimento dessa discussão em nível teórico, o texto "O Eu: Processo ou Ilusão?", articula uma perspectiva existencial-humanista sobre a formação das subjetividades, diferenciando o fluxo processual e o puro objeto, que ele denomina, respectivamente, Eu-Processo e Eu-Atributo<sup>10</sup>. Embora não haja referências diretas à Abordagem Centrada na Pessoa, é possível estabelecer articulações com conceitos da Teoria da Personalidade e, para interesse central desse ensaio, os processos de construção da Branquitude, por meio da distinção perceptual entre autoconsciência (branca) e conscientização (da branquitude). Nesse sentido, os resultados ensaísticos emergem a partir de reflexões do campo da psicologia humanista-existencial em diálogo com as reivindicações de humanidades pautadas pelos movimentos da Negritude – os quais nomearam a “invisibilidade branca”. As colocações de Bugental possibilitam uma compreensão para discutir Branquitude e a construção da noção do Eu Branco, o que defendemos ser pertinente e imprescindível para uma efetiva estratégia e luta de letramento racial a partir e para a ACP.

## **DISCUSSÃO / ANÁLISE DOS DADOS**

Além de dar significado próprio às coisas, pessoas e acontecimentos, o indivíduo dá a si mesmo um sentido e tem de si uma percepção como ser-no-mundo. Na Abordagem Centrada na Pessoa, chamamos de *self* essa percepção de si e do mundo<sup>12</sup>. O termo *self* não encontra uma tradução adequada em português para designar a conceituação que assume na prática psicológica da ACP. Por aproximações, é possível indicá-lo como sendo autoimagem, conceito de si, eu. Essas expressões podem ser usadas como sinônimos. O conceito de Eu é um dos principais elementos constitutivos da Teoria da Personalidade de Rogers, juntamente com a tendência à realização. O Eu é parte integrante do campo perceptual, é referente ao significado que o indivíduo dá a si mesmo, emergindo das experiências que ele faz com os outros e com o meio. À medida que essas experiências se processam, vai surgindo um conjunto de significados, dando-lhe a “realidade” subjetiva que ele pensa que é.

Cabe ressaltar que na Teoria da Personalidade de Rogers, há uma distinção clara entre a noção de Eu-real, que corresponde à percepção que a pessoa tem de si mesma no presente,



e a noção de Eu-ideal, que representa a ideia que a pessoa tem de como gostaria de ser ou como acredita que deveria ser. Contudo, essa percepção não acontece de modo bipartido. A noção de Eu não se caracteriza por um conjunto desordenado de percepções justapostas, mas sim por um sistema que busca organizar-se de forma coerente. À medida que a pessoa adquire novas percepções sobre si mesma, essas percepções tendem a se organizar de forma a criar uma imagem de si que reflita a sua identidade. Existe uma tendência em manter essa imagem estável, garantindo assim a consistência da noção de Eu. É como se a estabilidade dessa imagem fosse essencial para a manutenção da sua identidade, para que a pessoa possa continuar sendo quem é. Como resultado, as novas percepções que a pessoa tem de si mesma são aceitas apenas se puderem se integrar à configuração já existente. Se essas percepções não se ajustam à imagem, elas são rejeitadas ou distorcidas de forma a se encaixar nelas. Essas duas situações, em que as percepções são negadas ou distorcidas, correspondem a processos de simbolização incorreta.

Para ajudar a aprofundar as implicações de uma “psicologia do *Eu/Self*”, presente nas Teorias da ACP, com as reflexões sobre Branquitude, procuramos pensar esse Eu como atributo ou processo numa relação com os conceitos de autoconsciência e conscientização de James Bugental. O “Eu”, como processo ativo da pessoa, é muito diferente do “me” ou “mim”, estes que se compõe dos atributos que a pessoa recebeu. O Eu-processo é puro sujeito, fluxo processual do presente e não qualidades substantivas intrínsecas<sup>10</sup>. O Eu atributo é puro objeto, exclusivamente atributivo e substantivado no passado. Fazemos notar que o conceito de Eu-atributo se aproxima do conceito de Eu-ideal da ACP, pois ambos se referem ao conjunto de características que um indivíduo deseja reclamar a si. Enquanto o conceito de Eu-processo se aproxima do Eu-real da ACP por se referir a um estado de fluxo contínuo, centrado no presente e que muda constantemente e em favor de aferições mais realísticas. Rogers explica que o termo percepção é sinônimo de consciência. Entretanto, “percepção se emprega geralmente referindo-se à excitantes de fonte externa, enquanto consciência pode englobar o conceito de excitantes provenientes de fontes puramente internas como a memória ou os processos fisiológicos, produzindo efeitos semelhantes aos excitantes de fonte externa”<sup>12</sup>.

Compreendemos que a lógica da Branquitude, que opera de modo invisibilizado, é uma “realidade” construída subjetivamente e materializada objetivamente dentro dessa dinâmica de constituição do Eu Branco, que, paradoxalmente, não se nomeia, mas se referencia como critério numa sociedade estruturalmente racista. A Branquitude depende de sua pele de “raça invisível” para não se afogar no próprio mar do não-dito. Um anonimato que evidencia não apenas conveniência e cumplicidade, mas também uma amálgama de ameaças a esse Eu Branco de rosto invisível e máscara universal que, se retirada, nada mostraria por baixo dela, literalmente nenhum nome especificado como parcial, nada, um vazio absoluto de

simbolizações da própria racialidade. Não poderia encontrar uma fonte segura de identidade no próprio lugar em que construíram o seu sentimento de eu atributo, em seu pretensão fazer de medida única de humanidade.

Ilustrativamente, assim como acabamos por formar um conceito de “mesa” pelo fato de vermos muitas mesas diferentes, também desenvolvemos um conceito de “mim” através de muitos anos de observação do “mesmo eu”. O Eu-ideal (Eu-atributo) é uma espécie de álbum de recortes onde guardamos tudo o que percebemos de substantivado a nós. Dota-nos com um sentido de continuidade. É frequentemente útil quando se procede a escolhas automáticas, porquanto constitui a base da coerência de comportamentos que nos torna mais estáveis e compreensíveis aos olhos públicos. Como herdeira do privilégio estrutural forjado no processo de colonização mundial, a Branquitude é dotada desses sentidos automáticos de poder e valor, caracterizada por um Eu-ideal (Eu-atributo) estabilizado no tempo. No seu quadro de referencial interno, o Eu Branco é, por circunstâncias imensamente vantajosas a si, pautado e lido a partir de um Eu-ideal (Eu-atributo), numa perpetuada dinâmica transgeracional. Reiteradamente, o Eu-ideal (Eu-atributo) é substancialmente estimado, mas só tem utilidade quanto a um registro de “o que foi” ou “deve vir/voltar a ser”. Como raça, os brancos não dizem *quem são* (pois operam no anonimato), mas *o que são*. Nessa lógica, a Branquitude assume-se como identidade universal e, portanto, prescinde dela. No campo perceptual da Branquitude, o que há são tarefas a se executar, moldadas por “obviedades” de mérito. Na Branquitude, “um jeito de ser” é sinônimo de estrutura (racista).

Apontamos que os indivíduos brancos operam seus privilégios tácitos segundo um Eu-ideal (Eu-atributo) e que a inteligibilidade da dinâmica social e política de sua racialidade apela para uma noção de Eu-real (Eu-processo). Contudo, a estratégia de letramento racial proposta aqui não se dá por uma autoconsciência (*self-consciousness*) dos indivíduos brancos, mas por uma conscientização (*self-awareness*). Como discorrido por Bugental<sup>10</sup>, a autoconsciência opera uma compreensão de si ainda mediada por um “Eu” que é sinônimo de “me” e “mim”, ou seja, ela se desenvolve pela autorreferencialidade do Eu-ideal (Eu-atributo), o que implica sempre numa simbolização imprecisa/incorreta porque condicionada ou ameaçada por alguma substantivação do passado. Entretanto, a conscientização é um processo ligado a uma noção de “Eu” mais fidedigno à experiência e, portanto, cômico de um processo atual e em fluxo, aberto à mudança, sem tanta resistência; um Eu-real (Eu-processo) que simboliza corretamente o seu papel numa sociedade hierarquicamente racista. Nestes termos, uma estratégia de letramento racial da Branquitude que vise efetivamente tornar-se antirracista deslocará o centro de sua atenção do apelo à autoconsciência para o processo de conscientização.

Segundo propomos aqui, a partir das conceituações de Bugental, no processo de conscientização (*self-awareness*) o sujeito está certamente em contato ou cômico da própria



experiência interna, presentificado de maneira empática, de tal modo que pode sintonizar-se com alteridades. Na autoconsciência (*self-consciousness*), o sujeito, paradoxalmente, afasta-se de si, atento a atuações contrafeitas ou inibidas. Na autoconsciência, o Eu-ideal (Eu-atributo) reduz a genuína simbolização das experiências organísmicas. Na conscientização, o Eu-real (Eu-processo) realiza a simbolização de modo mais fidedigno à experiência organísmica.

Na conscientização, o sujeito branco está de fato aberto a sua experiência, cômico de seu ser-no-mundo e não tenta se autorreferenciar a si mesmo. Do contrário, dizemos que sujeitos autoconscientes são aqueles que estão mais preocupados em observar o seu próprio desempenho do que com a experiência em si. É a crítica feita à redundância e inépcia da Branquitude: não apenas preocupar-se em, quando “muito”, não ser racista, mas sobretudo engajar-se na luta antirracista<sup>16</sup>. De um lado, compreendemos que uma percepção autoconsciente do sujeito branco circunscreve certos repertórios comportamentais não racistas – que podem se resumir a isso: exterioridades observáveis temporariamente. Por outro lado, o processo de conscientização instala o sujeito branco num repertório experiencial que, mais livre e favorável à significação, orienta o sujeito branco a uma vivência antirracista.

Na ACP, conceitos de experiencição e simbolização são fundamentais para compreender como os indivíduos processam e integram suas experiências internas e externas (se conscientizam). A experiencição refere-se ao processo de fluxo contínuo pelo qual os indivíduos vivenciam e percebem suas experiências internas e externas (inclusive as raciais), vividas corpórea e concretamente no aqui-agora do sujeito e que constitui a matéria base do fenômeno psicológico. Simbolização é o processo pelo qual os indivíduos transformam suas experiencições/experiências subjetivas em símbolos ou representações conscientes. A experiencição fornece a matéria-prima para o processo de simbolização. As experiências internas vividas, como emoções e sensações, são inicialmente sentidas de maneira não verbal e direta. Para que essas experiências se tornem compreensíveis e integradas, elas precisam ser simbolizadas. Isso significa que a pessoa precisa transformar essas experiências em formas representáveis e comunicáveis.

Podemos dizer que a via de conscientização da experiencição/experiência racial é a via da simbolização. A simbolização ajuda os indivíduos a se tornarem mais conscientes e a compreender melhor suas experiências internas (de si e do mundo). Ao simbolizar experiências, as pessoas podem refletir sobre elas, identificá-las e dar-lhes um sentido. A invisibilidade da Branquitude se estabeleceu pelo negativo: ela não construiu simbolizações sobre seus privilégios brancos. Historicamente, foi a Negritude quem nomeou, deu cor, simbolizou os acordos tácitos da Branquitude. Se depender da autoconsciência da pessoa branca, suas lógicas auto privilegiadoras continuarão no anonimato. Atualmente, a

conscientização da Branquidade passa, inevitavelmente, por adotar simbolizações que o outro (o não branco) lhe forneceu.

Em suas Referências Técnicas para a atuação de psicólogas(os) nas relações raciais, O Conselho Federal de Psicologia (CFP) afirma que “tendo em vista a complexidade que envolve discorrer sobre o racismo, para melhor compreendê-lo, ele tem sido comumente dividido em três níveis: racismo institucional, interpessoal e pessoal”<sup>17</sup>. É fundamental que o profissional de Psicologia reconheça a necessidade de enfrentar o racismo em três dimensões interconectadas: pessoal, interpessoal e institucional. Isso implica em uma abordagem integral que permeie todas as modalidades de atuação, incluindo atendimento individual, familiar, grupal e comunitário, bem como trabalhos institucionais em escolas, serviços de saúde, assistência social, jurídica e outras áreas. Além disso, o profissional de Psicologia deve abordar o racismo em suas funções de supervisão clínica e institucional, recursos humanos, gestão e formulação de políticas públicas e privadas, entre outras possibilidades.

Nesse sentido, propomos pensar esse processo de autoconsciência e conscientização nos três âmbitos situados pelo CFP. Trata-se de considerar, dentro de estratégias de letramento racial da Branquitude, possibilidades de percepções segundo essa dinâmica de Eu-ideal (Eu-atributo) e Eu-real (Eu-processo). Com base nessa perspectiva, denominamos "dimensão experiencial" os aspectos de nível pessoal que caracterizam as percepções que pessoas brancas tendem a ter sobre a estrutura racista que as beneficia. De forma análoga, identificamos como "dimensão atitudinal" os aspectos de nível interpessoal e como "dimensão institucional" os aspectos de nível institucional, conforme ilustrado na figura 1. Considerando o que teorizamos, a configuração de percepções da Branquitude, dimensionada em três níveis, tende a atualizar a noção do Eu (branco) ora por dinâmicas de rigidez, ora por dinâmicas de abertura. Diante disso, processos de autoconsciência tendem a limitar-se às possibilidades perceptuais mais defensivas, enquanto que processos de conscientização tendem a facilitar possibilidades perceptuais mais empáticas.

**Figura 1.** Possibilidades perceptuais em processos de letramento racial segundo pressupostos da Abordagem Centrada na Pessoa



POSSIBILIDADES PERCEPTUAIS EM PROCESSOS DE LETRAMENTO RACIAL SEGUNDO PRESSUPOSTOS DA ACP				
A U T O C O N S C I Ê N C I A	DIMENSÃO EXPERIENCIAL		DIMENSÃO ATITUDINAL	DIMENSÃO INSTITUCIONAL
	POSSIBILIDADES DE RIGIDEZ	Considerar que, na branquitude, abrir-se à experiência como sujeitos racializados que usufruem de poder e privilégios geralmente é percebido como ameaçador.	Pautar o empoderamento naturalizado da pessoa branca implica a negociação com o empoderamento do outro não branco. A outridade causa angústia porque também dimensiona o sentido existencial de democracia.	Numa sociedade estruturalmente racializada, todas as organizações são racistas. Sem alterar seus funcionamentos centrais, as organizações continuarão racistas, porque suas lógicas são simbolizadas de forma racista e em favorcimento às pessoas brancas.
	POSSIBILIDADES DE ABERTURA	Contudo, o reconhecimento (conhecimento + aceitação) de ser um partícipe de injustiças e opressões pode também mobilizar, dentro de uma experiência empática, o rompimento com a lógica discriminatória e violenta.	Uma atuação antirracista no mundo focará para além de um repertório comportamental (que pode ser meramente protocolar dentro do "politicamente correto") e se atentará para um repertório experiencial, inaugurando aprendizagens significativas.	Democratizar, dentro das instituições, sistemas de simbolização de alteridades não brancas possibilita superar a autoconsciência da branquitude como única gerenciadora das organizações e da política.
				C O N S C I Ê N T I Z A Ç Ã O

Fonte: dados da pesquisa.

## CONCLUSÃO / CONSIDERAÇÕES FINAIS

Na estrutura das relações étnico-raciais, o Branco é a metáfora do poder, Branco não é uma cor<sup>18</sup>. Branco é uma definição política que representa históricos privilégios sociais, econômicos e políticos de certo grupo que tem acesso às estruturas dominantes e instituições organizadoras da sociedade. Branquitude representa a realidade e história de certo grupo populacional. Quando nós falamos sobre o que significa ser branco, então falamos sobre uma posição política e absolutamente não sobre biologia. Ainda em continuação dos processos de colonialidade, há uma supremacia branca à brasileira. Os Brancos estão em todos os cargos de liderança, em todas as posições de poder, em todas as referências bibliográficas dos cursos de Psicologia. Ao se conformar que as pessoas brancas, bem como as suas epistemologias, estão onde estão porque é mérito e não porque elas têm vantagem na estrutura, porque pertencem a uma raça, perpetua-se a afirmação do supremacismo branco. Nas últimas décadas, no Brasil, contribuições teóricas da Psicologia no campo das relações étnico-raciais têm se intensificado. Contudo, as reflexões sobre Branquitude e letramento racial não significam apontamentos que estão tangenciados pela prática de Psicólogas (os/es) Centradas (os/es) na Pessoa, mas sim consideradas como aspectos da ética comprometida com os Direitos Humanos e é indispensável que durante a formação do profissional se tenha acesso as discussões que relacionem racismo e adoecimento psíquico, sendo isto um posicionamento antirracista e que esta posição pode ser facilitadora para um processo psicológico<sup>9</sup>. Quanto a isso, estudos apontam que há uma fragilizada apropriação do



arcabouço teórico da Abordagem Centrada na Pessoa. A prática da ACP tende a se resumir a uma aplicação genérica das atitudes facilitadoras, consideradas "necessárias e suficientes" de modo indistinto das realidades multifacetadas da sociedade brasileira. Esses achados são relevantes ao considerarmos a necessidade de um caminho formativo em questões de relações étnico-raciais, pois problematizam o quanto uma inadequada apropriação da práxis centrada na pessoa pode dificultar uma atualização dessa abordagem, pois lançam sombras sobre seus limites e possibilidades.

Esse estudo teórico buscou desenvolver um enquadre entre as questões de relações raciais, pautando de modo específico a Branquitude, com conceitos da Teoria da Personalidade de Rogers, embora não se limitando a uma reflexão para o campo da Psicologia Clínica. O resgate da Teoria da Personalidade é tomado como elemento fundamental para pensarmos como a dinâmica da noção do Eu de cada sujeito implica-se nas múltiplas dinâmicas da sociedade, incluso, de modo específico, na lógica e organização da Branquitude. Importa saber caracterizar por quais vias o Eu Branco configura a sua tendência à realização. De tal modo que é a noção do Eu, em última análise, que determina a materialização concreta da tendência à realização. Ajuda-nos a pensar novas nuances sobre esse conceito de noção do Eu as contribuições de James Bugental, pois ao aproximarmos a ideia de um Eu-atributo com à idealização do Eu, pensa-se o quanto a atualização do sujeito branco é evitativa e circular na sua nomeação como raça, uma vez que seu processo de simbolização opera segundo uma autoconsciência, que tende a rejeitar ou distorcer corretamente as experiências raciais porque está em função de uma autorreferencialidade. Porquanto, ao aproximarmos a ideia de um Eu-processo com a noção de um Eu real, a atualização do sujeito branco enseja sair do anonimato racial, pois simboliza em função de alteridades que lhe dispõe referências existenciais outras, ampliando seu campo perceptual, ancorando uma conscientização mais realística.

A estratégia de letramento racial da Branquitude proposta aqui desloca o centro de sua atenção do apelo à autoconsciência para o processo de conscientização. Isso significa que é na conscientização que o sujeito branco pode melhor se abrir a sua experiência, cômico de seu ser-no-mundo e não tentar autorreferenciar a si mesmo como absoluto. A conscientização permite que o sujeito branco compreenda melhor suas experiências internas, incluindo as experiências raciais. Nesse sentido, o caminho traçado para uma compreensão efetiva sobre o letramento racial da Branquitude não perpassa pelo apelo à autoconsciência branca, mas sim pelo fluxo da conscientização, o qual se caracteriza pelo envolvimento político, social, cultural e econômico da sociedade racializada. A conscientização da Branquitude é fundamental para superar as suas lógicas auto privilegiadoras, saindo de um posicionamento dito meramente como não racista para engajar-se efetivamente na luta antirracista, inclusive

no saber-fazer psicológico. É fundamental que Psicólogas(os/es) Centradas(os/es) na Pessoa reconheçam a necessidade de enfrentar o racismo em três dimensões interconectadas: pessoal, interpessoal e institucional. Isso implica em uma abordagem integral que transversa todas as modalidades de atuação. Para tanto, outros estudos se fazem necessários, sobretudo de ordem empírica e numa multiplicidade metodológica. Urge a comunidade científica e profissional da Abordagem Centrada na Pessoa complexificar a sua atuação facilitadora, escalonando a centralidade na pessoa na ordem do experiencial, atitudinal e institucional.

## REFERÊNCIAS

1. Gonzalez L. Por um feminismo afro-latino-americano: ensaios, intervenções e diálogos. Rio de Janeiro: Zahar; 2020.
2. Freyre G. Casa-grande e senzala. 51ª ed. Rio de Janeiro: Record; 2006. 724 p.
3. Devulsky A. Colorismo. São Paulo: Jandaíra; 2021.
4. Schucman LV. Entre o encardido, o branco e o branquíssimo: branquitude, hierarquia e poder na cidade de São Paulo. São Paulo: Annablume; 2014.
5. Ramos MR, Fonseca CS, Carvalho LL. A cor da psicologia: um estudo sobre o estado da arte da psicologia sobre branquitude. Rev Psicol Diversidade [Internet]. 2022 [acesso em 2025 mar 25];11(1):e64917. Disponível em: <https://doi.org/10.14393/REPOD-v11n1a2022-64917>
6. De Jesus CM. Branquitude x branquidade: uma análise documental do ser branco. III Encontro Baiano de estudos em cultura. 2012
7. Severo RT. Letramento racial e técnicas de si. Fórum Lingüístico. 2021 Nov 29;18(3):6400–15.
8. Kilomba G. Memórias da plantação: episódios de racismo cotidiano. Rio de Janeiro: Cobogó; 2019.
9. Carneiro V. Experiências na formação de psicoterapeutas antirracistas. Diaphora. 2021;10(3):32-8.
10. Bugental JFT. O eu: processo ou ilusão? In: Greening TC, organizador. Psicologia existencial-humanista. Rio de Janeiro: Zahar; 1975. p. 85-103.
11. Souza Filho JA, Rodrigues MS, Teixeira HS, Da Luz NNR, Fontenele MVS, Silva GL. Organização: Hian Soares Teixeira, Patrícia Socorro do Espírito Santo. In: Abordagem Centrada na Pessoa na Amazônia. Rio de Janeiro: Matilha; 2024. p. 99-126.
12. Rogers C, Kinget M. Psicoterapia e Relações Humanas: Teoria e prática da teoria não diretiva. Belo Horizonte: Interlivros ; 1977. 1 vol.
13. Rogers C. Tornar-se Pessoa. São Paulo: Martins Fontes; 2017.
14. Rogers C. Sobre o poder pessoal. São Paulo: Martins Fontes; 1978.
15. Silva MMG, Carneiro VT. Implicações da vivência da racialidade para a prática clínica de psicoterapeutas. psi.saber.soc [Internet]. 1º de julho de 2022 [citado 25º de março de 2025];11(2):407-38. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/psi-sabersocial/article/view/88291>
16. Davis A. Mulheres, raça e classe. 1. ed. Brasil: Boitempo editorial; 2016.
17. Conselho Federal de Psicologia. Referências Técnicas para a atuação de psicólogas(os) nas relações raciais. Brasil, 2017. p. 47.
18. Buldwin J. Da próxima vez, o fogo. Companhia das letras; 2024.

