

I CONGRESSO INTERNACIONAL

# TraumaClinic

Do Nascimento à Vida:  
Reprocessando Nosso Desenvolvimento

Del Nacimiento a la Vida:  
Reprocesando Nuestro Desarrollo

PSICÓLOGA DÉBORA ARAÚJO  
CRP 05/46109



# Trauma racial e desenvolvimento

*Trauma racial y desarrollo*

Contribuições de uma prática culturalmente sensível em EMDR no atendimento à população negra.

Contribuciones de una práctica culturalmente sensible en EMDR en la atención a la población negra.

---

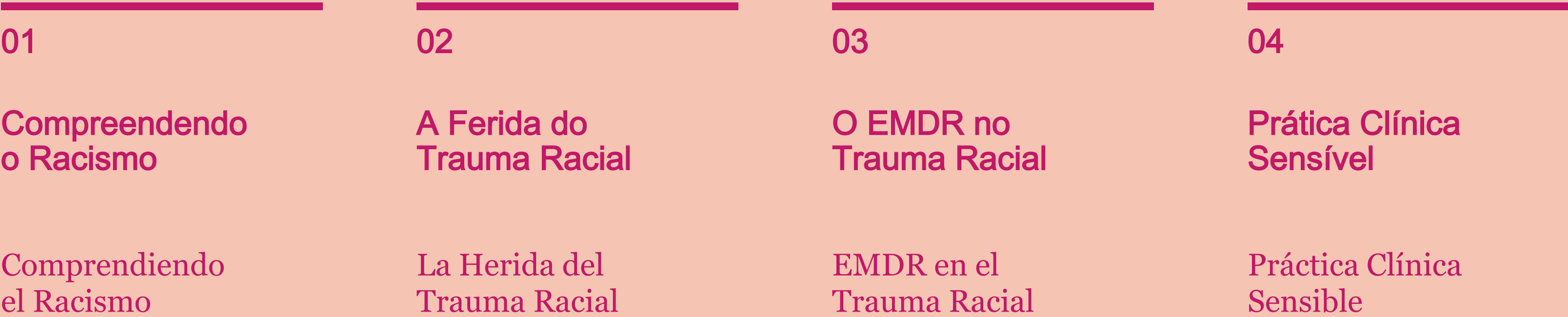
OBJETIVO • Compartilhar experiência clínica

OBJETIVO • Compartir experiencia clínica



# Os Quatro Pilares

# Los Cuatro Pilares



# Compreendendo o Racismo Comprendiendo el Racismo

- Um sistema multidimensional de dominação sociogênica que opera de forma contínua através de níveis estruturais, institucionais, culturais e interpessoais, ou seja, é a manifestação normal da sociedade.
- Un sistema multidimensional de dominación sociogénica que opera de forma continua a través de niveles estructurales, institucionales, culturales e interpersonales, es decir, es la manifestación normal de la sociedad.





PILAR 02 / PILAR 02

# A Ferida do Trauma Racial

*La Herida del Trauma Racial*

Experiências cotidianas de racismo que impctam no corpo e afasta a o sujeito da sua identidade.

Experiencias cotidianas de racismo que impactan en el cuerpo y alejan al sujeto de su identidad.

NOMEAR • VALIDAR • REPROCESSAR

NOMBRAR • VALIDAR • REPROCESAR

## EMDR no Trauma Racial

### Modelo PAI



O objetivo não é apagar a memória  
é transformar a forma como ela  
permanece armazenada.

## EMDR en el Trauma Racial

### Modelo de Procesamiento Adaptativo



El objetivo no es borrar la memoria,  
sino transformar cómo permanece  
almacenada.

# Prática Clínica Sensível Práctica Clínica Sensible

## ESCUTAR SEM INVALIDAR

Escuchar sin invalidar

**VALIDAÇÃO**  
dos relatos de racismo  
**VALIDACIÓN**  
dos relatos de racismo

**MANEJO**  
do estresse racial presente  
**MANEJO**  
del estrés racial presente

**LETRAMENTO**  
e postura racial  
**ALFABETIZACIÓN**  
y postura racial

# Introdução Introducción

---

Paciente com trauma complexo, histórico de abuso e experiências reiteradas de discriminação racial.

Paciente con trauma complejo, historial de abuso y experiencias reiteradas de discriminación racial.

*Relato anonimizado • confidencialidade preservada*

*Relato anonimizado • Confidencialidad preservada*



## Fase 3 - Avaliação / Fase 3 - Evaluación

---

### PORTUGUÊS

Alvo: Patrão me xingando porque eu não sabia se tinha chovido muito ou pouco

CN: Eu sou invisível

CP: Eu sou competente e tenho o meu lugar

VOC: 1

Emoção: Muita raiva...

SUDS: 10

SC: Um aperto no peito e um nó na garganta.

### ESPAÑOL

Objetivo: Mi jefe insultándome porque no sabía si había llovido mucho o poco

CN: Soy invisible

CP: Soy competente y tengo mi lugar

VOC: 1

Emoción: Mucha rabia...

SUDS: 10

SC: Un apretón en el pecho y un nudo en la garganta.

## Fase 4: Dessensibilização e Processamento

---

### PORTUGUÊS

T: Pense na imagem dessa experiência difícil, nas palavras negativas (Eu sou invisível), observe onde você sente isso no seu corpo e siga os MBLs.

T: Respire, solte o ar. O que surgiu?

P: (Chorando) Lembrei da minha mãe... Ela trabalhava até não aguentar mais. Um dia mandaram ela embora dizendo que ela “não dava conta”. Mas ela dava tudo! Eles só não enxergavam ela como gente.

T: Vamos com isso... E agora, o que surgiu?

### ESPAÑOL

T: Piensa en la imagen de esa experiencia difícil, en las palabras negativas (Soy invisible), observa dónde lo sientes en tu cuerpo y sigue los MBLs.

T: Respira, suelta el aire. ¿Qué surgió?

P: (Llorando) Recordé a mi madre... Trabajaba hasta no poder más. Un día la despidieron diciendo que “no podía”. ¡Pero ella lo daba todo! Simplemente no la veían como una persona.

T: Vamos con esto... ¿Y ahora, qué surgió?

## Fase 4 - Avaliação / Fase 4 - Evaluación

### PORTUGUÊS

(Pausa)

P: Dá uma raiva profunda... Percebo que o Ângelo, na fazenda, fez a mesma coisa comigo. Cobrou o impossível, me culpou e me diminuiu. E eu achei que a culpa era minha. Passei a vida achando que se eu falhasse um segundo, ia ser descartada como a minha mãe foi.

T: Vamos com isso? Eu estou aqui com você! E agora?

(Pausa)

P: Choro intenso...

T: Eu estou aqui com você!

P: Lembrei que eu tinha uma colega no jardim e que a professora sempre perguntava se ela queria ajuda, e quando levantava a mão pra pedir ajuda, ela me olhava com “cara” de nojo e virava às costas.

T: Vamos seguir com isso?

### ESPAÑOL

(Pausa)

P: Siento una rabia profunda... Me doy cuenta de que Ângelo, en la hacienda, hizo lo mismo conmigo. Exigió lo imposible, me culpó y me menospreció. Y pensé que la culpa era mía. Pasé la vida creyendo que, si fallaba por un segundo, me descartarían como descartaron a mi madre.

T: Vamos con esto. ¡Estoy aquí contigo! ¿Y ahora?

(Pausa)

P: Llanto intenso...

T: ¡Estoy aquí contigo!

P: Recordé que tenía una compañera en el jardín y que la profesora siempre le preguntaba si quería ayuda, pero cuando levantaba la mano para pedirla, me miraba con “cara” de asco y le daba la espalda.

T: ¿Seguimos con esto?

## Fase 4 -

### PORTUGUÊS

P: Meus coleguinhas me desenharam com o cabelo de bombril e passaram o desenho pela sala toda. (Postura mudou e chorou muito)

T: Imagina que estou segurando suas mãos! Podemos seguir?

P: Acho que é melhor ser invisível como o Ângelo disse...

T: Vamos com isso!

P: Sou invísivel.

T: Será que essa invisibilidade é uma marca do racismo? Segue com isso!

P: Já me senti muito julgada pelos olhares das pessoas por ser preta, até hoje é assim.

T: Vamos com isso!

P: Nunca fui escolhida pra namorar, todas as minhas colegas “claras” namoravam.

T: Vamos seguir?

### ESPAÑOL

P: Mis compañeros me dibujaron con el cabello de lana de acero y pasaron el dibujo por toda la sala. (Cambió la postura y lloró mucho)

T: ¡Imagina que estoy sosteniendo tus manos! ¿Podemos seguir?

P: Creo que es mejor ser invisible como dijo Ângelo...

T: ¡Vamos con esto!

P: Soy invisible.

T: ¿Será que esa invisibilidad es una marca del racismo? ¡Sigue con esto!

P: Ya me he sentido muy juzgada por las miradas de las personas por ser negra, hasta hoy es así.

T: ¡Vamos con esto!

P: Nunca fui elegida para salir con alguien; todas mis compañeras “blancas” salían con alguien.

T: ¿Seguimos?

## Fase 4 - Sessão / Fase 4 - Sesión

### PORTUGUÊS

P: Eu fui a única que saiu de casa pra tentar uma vida melhor.

T: Hum

P: Estou casada com uma pessoa preta, estudando, não parei nem com toda discriminação. Lembra daquele senhora que achou que eu ia invadir a casa dela e começou a gritar “assalto”? Referiu Suds: 5

T: Lembro, vamos com isso?!

P: Registrei um B.O contra ela e vai ser sempre assim agora, aprendi a me defender, eu tenho valor, amo a minha cor, meu cabelo (risos)

T: Também sorri! Vamos com isso!

### ESPAÑOL

P: Fui la única que salió de casa para intentar una vida mejor.

T: Hum.

P: Estoy casada con una persona negra, estudiando, no paré a pesar de toda la discriminación. ¿Recuerdas a aquella señora que pensó que iba a entrar en su casa y empezó a gritar “¡asalto!”? Refirió Suds: 5.

T: Lo recuerdo, ¿vamos con esto?

P: Registré una denuncia contra ella y ahora será siempre así; aprendí a defenderme, tengo valor, amo mi color y mi cabello (risas).

T: ¡También sonrío! ¡Vamos con esto!

## Fase 4 - Encerramento / Fase 4 - Cierre

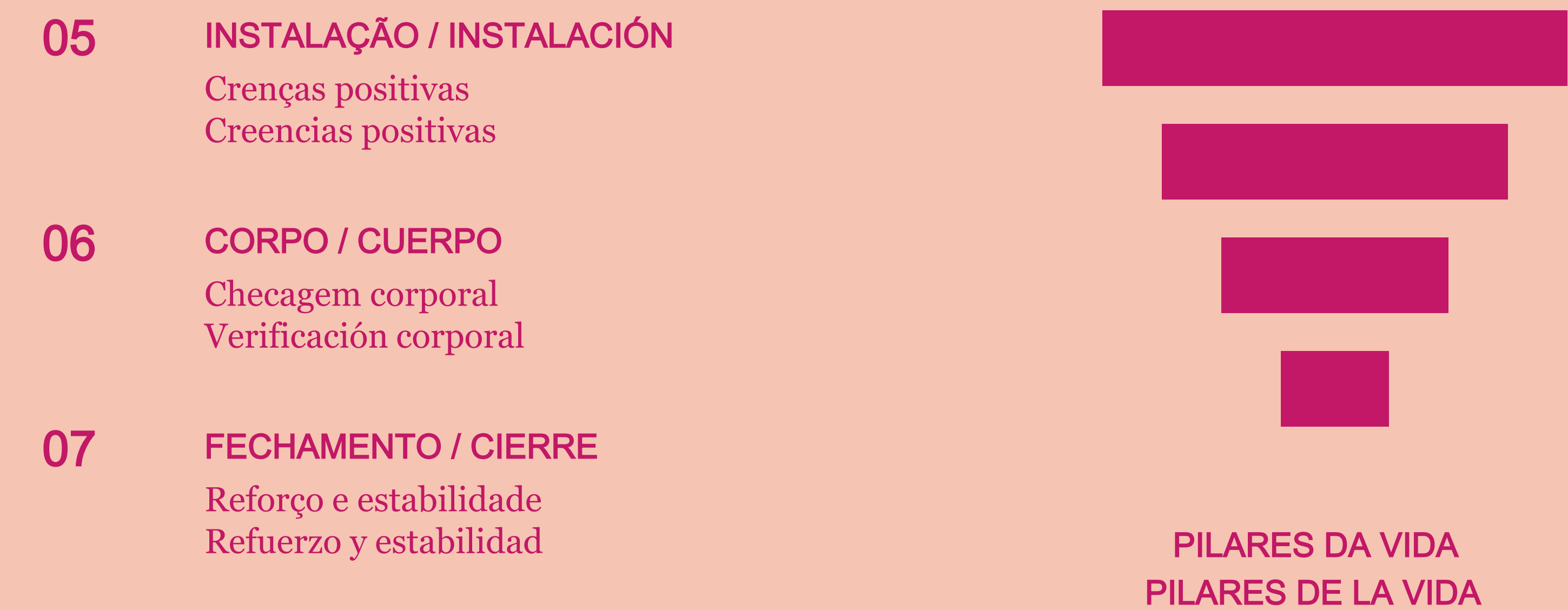
### PORTUGUÊS

P: Estou aliviada, sei que tudo isso que passei não tem a ver comigo, é o controle que querem ter sobre meu corpo...  
SUDS: o.

### ESPAÑOL

P: Estoy aliviada, sé que todo esto por lo que pasé no tiene que ver conmigo, es el control que quieren tener sobre mi cuerpo... SUDS: o.

Fases 5 a 7 / Fases 5 a 7



## REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, Grazielle Pimentel de; GUIMARÃES, Renata Tavares da Silva. A Psicologia e a saúde mental da população negra: uma análise crítica das práticas tradicionais da Psicologia no Brasil. UNIFESO, 2024.
- FANON, Frantz. Pele negra, máscaras brancas. Tradução de Renato Zwick. Porto Alegre: L&PM, 2020.
- GONZALEZ, Lélia. A cor do inconsciente. In: O lugar de negro. Rio de Janeiro: Marco Zero, 1982.
- KILOMBA, Grada. Memórias da plantação: episódios de racismo cotidiano. Tradução de Jess Oliveira. Rio de Janeiro: Cobogó, 2019.
- LEVINE, Peter A. Trauma e memória: cérebro e corpo em busca do passado vivo. Tradução de Teresa Cristina Padilla. São Paulo: Cultrix, 2018.
- SHAPIRO, Francine. Dessensibilização e Reprocessamento por Meio de Movimentos Oculares (EMDR): Princípios básicos, protocolos e procedimentos. 3.<sup>a</sup> ed. Ribeirão Preto: Novo Conceito, 2020.
- SOUZA, Neusa Santos. Tornar-se negro: as vicissitudes da ascensão social do negro brasileiro. Rio de Janeiro: Edições Graal, 1983.

## REFERENCIAS

- ALMEIDA, Grazielle Pimentel de y GUIMARÃES, Renata Tavares da Silva. (2024). La Psicología y la salud mental de la población negra: un análisis crítico de las prácticas tradicionales de la Psicología en Brasil. UNIFESO.
- FANON, Frantz. (2009). Piel negra, máscaras blancas (P. Garcia, trad.). Ediciones Akal.
- GONZALEZ, Lélia. (1982). El color del inconsciente. En El lugar del negro. Marco Zero.
- KILOMBA, Grada. (2020). Memorias de la plantación: episodios de racismo cotidiano (J. Sicilia, trad.). Katakarak.
- LEVINE, Peter A. (2017). Trauma y memoria: cerebro y cuerpo en la búsqueda del pasado vivo (N. Martí, trad.). Editorial Eleftheria.
- SHAPIRO, Francine. (2019). Terapia de desensibilización y reprocesamiento por medio de movimientos oculares (EMDR): Principios básicos, protocolos y procedimientos (3.<sup>a</sup> ed.). Asociación EMDR España / Editorial Pax México.
- SOUZA, Neusa Santos. (1983). Hacerse negro: las vicisitudes de la ascensión social del negro brasileño. Edições Graal.

CREDENCIAIS / CREDENCIALES

# Débora Araújo

PSICÓLOGA • CRP 05/46109

---

## EMDR

Terapeuta, facilitadora e supervisora em formação  
Terapeuta Facilitadora y supervisora en formación

---

## FORMAÇÃO CLÍNICA / FORMACIÓN CLÍNICA

Terapia Sistêmica • IFS • TCC • Neurociências  
Terapia Sistémica • IFS • TCC • Neurociencias

---

## ATENDIMENTO / CONSULTA

Individual e casal  
Individual y de pareja

PSICÓLOGA DÉBORA ARAÚJO

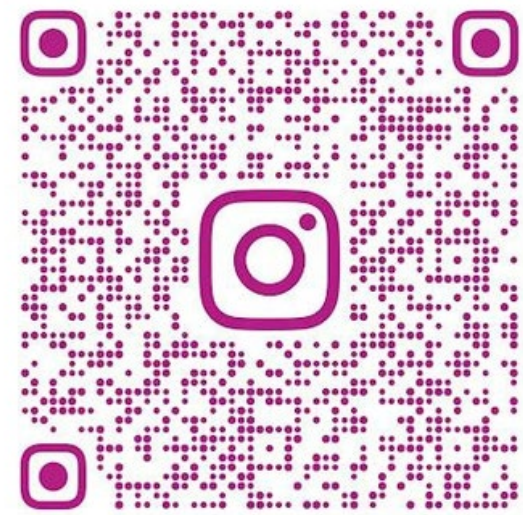


DIÁLOGO / DIÁLOGO

# Muito obrigada!

*¡Muchas gracias!*

---



@DEBORAARAUJOPSICOLOGA

