



Deseducar para Pertencer: A Afroestima na Construção das Identidades Negras

Unlearning to Belong: Afro-Esteem in the Construction of Black Identities

Deseducar para Pertencer: A Afroestima en la Construcción de las Identidades Negras

Erick Santos da Silva ^a, Marcos Ribeiro Mesquita ^a

^a Universidade Federal de Alagoas, Maceió, Alagoas, Brasil

Resumo

Este artigo aborda o conceito de afroestima, compreendido como uma prática e uma ferramenta de (re)afirmação do amor pelo corpo negro e pela cultura afro-brasileira. O estudo investiga como a afroestima emerge em meio a desafios estruturais, destacando estratégias de resistência e pertencimento utilizadas por pessoas negras. Os conceitos de pertencimento e deseducação, tão importantes para a ideia de afroestima assumida neste trabalho, permeiam o debate realizado. Utilizando como metodologia as conversas afroafetivas, inspiradas em autoras como bell hooks e Conceição Evaristo, o trabalho evidencia a importância de valorizar narrativas negras na construção de subjetividades fortalecidas. Para tanto, foram convidadas seis pessoas negras para participarem da pesquisa. Para analisar as conversas afroafetivas assumimos a análise interseccional. A pesquisa revela que espaços como a universidade, os movimentos sociais e as religiões de matrizes africanas desempenham papel fundamental na positividade da negritude, promovendo a construção da autoestima e da identidade negra de forma resistente.

Palavras-chave: afroestima, autoestima, negritude, pertencimento, deseducação.

Abstract

This article addresses the concept of Afro-esteem, understood as a practice and a tool for (re)affirming love for the black body and Afro-Brazilian culture. The study investigates how Afro-esteem emerges amid structural challenges, highlighting strategies of resistance and belonging used by black people. The concepts of belonging and unlearning, so important to the idea of Afro-esteem assumed in this work, permeate the debate held. Using Afro-affective conversations as a methodology, inspired by authors such as bell hooks and Conceição Evaristo, the work highlights the importance of valuing black narratives in the construction of strengthened subjectivities. To this end, six black people were invited to participate in the research. To analyze the Afro-affective conversations, we adopted an intersectional analysis. The research reveals that spaces such as universities, social movements, and religions of African origin play a fundamental role in the positivization of blackness, promoting the construction of self-esteem and black identity in a resistant way.

Keywords: afro-esteem, self-esteem, blackness, belonging, unlearning.

Endereço para correspondência: Erick Santos da Silva - erick.silva@ip.ufal.br

Recebido em: 11/03/2025 - Aceito em: 07/08/2025

Editora associada: Amana Rocha Mattos

Financiamento: A pesquisa relatada no manuscrito foi financiada pela bolsa de mestrado do primeiro autor (CAPES/FAPEAL, No. Processo: E:60030.0000001403/2023).



Este artigo da revista Estudos e Pesquisas em Psicologia é licenciado sob uma Licença Creative Commons Atribuição-Não Comercial 3.0 Não Adaptada.

Resumen

Este artículo aborda el concepto de afroestima, entendido como una práctica y una herramienta para (re)afirmar el amor al cuerpo negro y a la cultura afrobrasileña. El estudio investiga cómo surge la afroestima en medio de desafíos estructurales, destacando las estrategias de resistencia y pertenencia utilizadas por las personas negras. Los conceptos de pertenencia y deseducación, tan importantes para la idea de afroestima asumida en esta obra, permean el debate realizado. Utilizando las conversaciones afroafectivas como metodología, inspiradas en autoras como bell hooks y Conceição Evaristo, el trabajo destaca la importancia de valorar las narrativas negras en la construcción de subjetividades fortalecidas. Para tanto, se invitó a seis personas negras a participar en la investigación. Para analizar las conversaciones afroafectivas, adoptamos el análisis interseccional. La investigación revela que espacios como la universidad, los movimientos sociales y las religiones de matriz africana cumplen un papel fundamental en la positivización de la negritud, promoviendo la construcción de la autoestima y la identidad negra de forma resistente.

Palabras clave: afroestima, autoestima, negritud, pertenencia, deseducación.

Este artigo aborda o conceito de afroestima, entendendo-o, antes de tudo, como uma prática de afirmação do corpo negro, da cultura afro-brasileira e do pertencimento coletivo da população negra. Enquanto prática, a afroestima não é nova: ela materializa formas de resistência, cuidado e celebração que sempre estiveram presentes nas comunidades negras, especialmente por meio de saberes orais, da religiosidade, da estética, da dança e do cotidiano de luta e sobrevivência. Contudo, enquanto dimensão conceitual, trata-se de uma formulação recente, que vem ganhando contornos mais definidos sobretudo a partir de sua circulação em redes sociais.

Nessa direção, a afroestima é uma consciência crítica da cultura negra e do valor da coletividade, que demanda, para sua construção, a vivência de uma pertença compartilhada e a valorização dos saberes construídos em comunidade. Trata-se, portanto, de uma prática de cura e reexistência frente às violências históricas do racismo, e que se expressa também como ferramenta de subjetivação e reorganização da autoestima de pessoas negras. Embora o termo tenha conquistado visibilidade nos últimos anos, ele é compreendido aqui como uma formulação conceitual ancorada, sobretudo, nas trajetórias históricas do Movimento Negro brasileiro, que, desde sua origem, convoca a valorização do corpo negro e o cultivo de relações amorosas consigo e com os seus.

Nossa proposta é que, no caso de pessoas negras, autoestima e afroestima estão profundamente entrelaçadas. Considerando as estruturas raciais brasileiras, que historicamente operam na produção do auto-ódio e da desvalorização das identidades negras, desenvolver amor-próprio e autoestima pode exigir, em muitos casos, um processo de (re)definição do que significa ser uma pessoa negra. É importante destacar que nem todas as pessoas negras desenvolvem auto-ódio, mas muitas são atravessadas por experiências que dificultam a construção de uma autoestima em uma sociedade marcada pelo racismo. A afroestima se afirma

como uma prática essencial de reconstrução subjetiva e coletiva, sustentando o florescimento de uma autoestima enraizada no orgulho racial, na valorização da cultura negra e no sentimento de pertencimento.

Em termos conceituais, a afroestima não se confunde com outros conceitos históricos mobilizados pelo Movimento Negro, como “orgulho negro”, “autoimagem positiva do negro” ou “identidade positiva”. Tais categorias foram cruciais, especialmente a partir dos anos 1970, na resistência às narrativas racistas e na reconstrução da subjetividade negra diante das violências simbólicas e materiais do racismo. Como apontam Munanga (2019) e Domingues (2007), essas noções operaram no sentido de afirmar positivamente a negritude, reposicionando o negro como sujeito da sua própria história.

Contudo, a afroestima, tal como propomos neste trabalho, realiza um deslocamento conceitual e epistemológico: não se limita a uma valorização da imagem ou à afirmação de uma identidade essencializada, mas atua como uma prática cotidiana de subjetivação, atravessada por afetos, espiritualidade, estética, ancestralidade e pertencimento coletivo. Ela não apenas combate o auto-ódio promovido pelo racismo — como faz o orgulho negro —, mas propõe formas de cuidado e reinvenção de si que ultrapassam os limites da representação e da afirmação política nos moldes tradicionais.

Nesse sentido, ela não é apenas a afirmação da negritude frente à negação branca, mas uma aposta em modos de existir que se sustentam em vínculos comunitários, amorosos e espirituais, convocando outros paradigmas de humanidade. Essa concepção se aproxima, em parte, dos princípios do movimento *Black is Beautiful*, surgido nos Estados Unidos nos anos 1960, que reivindicava a beleza negra como potência política e estética diante do racismo. Como apontam Domingues e Medeiros (2024), ainda que não tenha sido formalizado como conceito acadêmico, o *Black is Beautiful* produziu efeitos simbólicos importantes e inspirou estéticas e discursos de revalorização da negritude também no Brasil. A afroestima, nesse diálogo, herda e reatualiza essas práticas de valorização, mas busca integrá-las a uma elaboração teórica mais abrangente, que considere o entrelaçamento entre resistência política, elaboração afetiva, espiritualidade e coletividade.

Assim, nossa aposta é que a afroestima não surge do nada, tampouco pretende substituir os conceitos históricos já produzidos e mobilizados pelo Movimento Negro no Brasil. Ao contrário: ela mobiliza e amplia essas categorias, incorporando novas camadas de sentido à luta antirracista. Ela se inscreve em uma genealogia de lutas e produções de sentido que vêm sendo construídas por sujeitas(os) negras(os) ao longo do tempo. Seu diferencial está em articular

teoria e prática, razão e afeto, corpo e ancestralidade, propondo caminhos de cura, autodefinição e fortalecimento coletivo a partir da experiência encarnada de ser negro.

Neste trabalho, apresentaremos narrativas e experiências de pessoas negras de diferentes territórios da cidade de Maceió-AL, cujas trajetórias revelam os caminhos plurais de construção de uma identidade negra afirmada e positivada. A partir dessas vivências, buscamos compreender como a afroestima se manifesta na prática, mesmo em meio a desafios estruturais marcados por desigualdade, racismo e exclusão. As histórias dessas pessoas nos ajudarão a evidenciar as estratégias cotidianas de resistência, produção de pertencimento e processos de deseducação das normas coloniais, acionadas em seus contextos sociais.

Conceituando a Afroestima

Embora não seja possível determinar a origem precisa do termo afroestima, ele tem sido frequentemente utilizado por pessoas negras nas redes sociais como um meio de empoderamento, decorrente do letramento racial, para (re)afirmar o amor ao corpo negro e à história e cultura afro-brasileira. Em uma de suas publicações nas redes sociais, a psicóloga Caroline Cordeiro, uma mulher negra, escreveu o seguinte: “a afroestima é a autoestima de uma pessoa preta, ela é o resultado da visão e crenças que uma pessoa preta tem sobre si mesma, sua negritude, sobre sua aparência, suas habilidades, sua capacidade de realização pessoal e profissional”¹.

Ainda que o termo afroestima seja comumente utilizado nos meios digitais como sinônimo de autoestima direcionada a pessoas negras, propomos neste trabalho, que seu significado vai além. Diferentemente das pessoas brancas, cuja subjetividade é construída dentro de uma lógica que as posiciona como padrão universal da humanidade, as pessoas negras, em geral, necessitam primeiramente desenvolver uma consciência crítica acerca de sua condição racial e do seu pertencimento coletivo para, então, estabelecer uma relação afirmativa e saudável para consigo mesmas. Importante destacar que, não obstante esse processo seja necessário para muitos, nem todas as pessoas negras desenvolvem auto-ódio ou passam pela mesma trajetória.

Isso implica que a afroestima não é um ponto de partida, mas sim um processo que demanda a ruptura com valores racistas internalizados e a resignificação das identidades negras. Tal movimento está profundamente articulado com o que Morais (2024) chama de letramento racial crítico, entendido aqui como a capacidade de reconhecer as estruturas raciais presentes na sociedade brasileira, identificar a branquitude enquanto norma hegemônica e

compreender os impactos desse sistema na constituição dos sujeitos brancos e negros. Como ressalta este autor, todos os sujeitos são racializados - inclusive os brancos -, mas é por meio do letramento racial crítico que se torna possível romper com valores racistas naturalizados, viabilizando processos de conscientização, cura e reconfiguração da subjetividade, especialmente no caso das pessoas negras violentadas pelo racismo.

Para fins desta pesquisa, partimos da concepção de autoestima proposta por bell hooks (2020), que a compreende a partir de um processo múltiplo e interseccional, articulado a dimensões como viver conscientemente, praticar a autoaceitação, assumir a autorresponsabilidade, afirmar-se diante do mundo, viver com propósito e cultivar a integridade pessoal. Tais dimensões, segundo a autora, implicam uma reflexão crítica tanto sobre a constituição da identidade - sobretudo em contextos racializados - quanto sobre os sistemas sociais e culturais que moldam as experiências subjetivas de pessoas negras.

Nesse sentido, o fortalecimento da autoestima entre pessoas negras exige mais do que práticas individuais de valorização pessoal: requer, em muitos casos, um processo ativo de ressignificação da negritude enquanto fonte de potência, dignidade e beleza. Como afirma hooks (2019), amar a negritude é um gesto político e ontológico, que confronta as narrativas coloniais e racistas historicamente construídas para desumanizar e subalternizar os corpos e saberes negros. Esse amor inaugura possibilidades de construção de imagens e discursos que não apenas rompem com imagens impostas, mas também afirmam outras formas de existir no mundo.

Nesse sentido, compreendemos a afroestima como um ponto de virada subjetiva que se manifesta quando pessoas negras que desenvolveram auto-ódio iniciam - ou aprofundam - o processo de ressignificação de seus corpos, histórias e existências. Trata-se de um movimento que envolve o (re)conhecimento da própria beleza, dignidade, inteligência e potência - qualidades que, por séculos, foram negadas ou associadas exclusivamente a pessoas brancas. A afroestima é, portanto, o exercício de saber-se bela(o), saber-se humana(o), saber-se diversa(o) e saber-se herdeira(o) de uma história e de uma ancestralidade que foram sistematicamente apagadas ou desvalorizadas.

Conceituar a afroestima, portanto, é reconhecer sua dimensão política, afetiva e epistemológica: ela não se restringe à valorização individual, mas articula-se com processos históricos de resistência e com o compromisso coletivo de romper com os dispositivos de desumanização racial. É por isso que entendemos que, no caso de pessoas negras, autoestima e afroestima não são sinônimos, mas dimensões profundamente entrelaçadas. A primeira se

fortalece quando enraizada na segunda - quando é nutrida por uma consciência crítica da negritude e por um olhar amoroso sobre si e sobre a comunidade.

Pensando em raça e representação, Patrícia Hill Collins (2019) identificou o fenômeno das "imagens de controle", referindo-se às representações como construções para normalizar e naturalizar o racismo, sexismo, pobreza e outras formas de injustiça social, especialmente na vida cotidiana das pessoas negras. Em seu estudo, ela se concentrou particularmente nas representações das mulheres negras, observando como essas são frequentemente retratadas de forma subalterna e hipersexualizada. Inspirado pelo conceito de imagens de controle de Collins, Milton Ribeiro (2020) expandiu essa análise para incluir as representações dos homens negros na sociedade brasileira. O autor destaca que as imagens de controle tendem a associar historicamente os homens negros à violência, ao perigo e à alta performance sexual.

Além disso, bell hooks (2019) ressaltou a importância de refletir sobre a transformação das imagens referentes à população negra, pois a matriz hétero-patriarcal-colonial reconhece que o controle das representações é essencial para perpetuar as desigualdades raciais. A autora questiona, então, de que perspectiva as pessoas negras são representadas, sugerindo a necessidade de criar imagens transgressoras que desafiem o olhar colonial moldado pelo racismo e pela branquitude. Essas imagens e sua manutenção não constituem apenas um processo político, mas também uma luta por autodefinição, fundamental para a prática da afroestima.

Nesse contexto, a afroestima também se manifesta por meio da produção de narrativas que não apenas valorizem a autoestima de pessoas negras, mas que contribuam para a reconstrução de suas subjetividades diante das marcas deixadas pelas violências do racismo. Como aponta Neusa Santos Souza (2021), a experiência do racismo pode levar algumas pessoas negras a desenvolverem sentimentos de rejeição em relação a si mesmas, especialmente no que diz respeito à corporeidade e aos traços associados à negritude. Para a autora, ser negra(o) não é uma condição natural e dada, mas sim um processo contínuo de elaboração identitária, que envolve a produção de um discurso amoroso e afirmativo sobre si, capaz de interromper a interiorização de valores desumanizantes. Nesse sentido, ser negra(o) é, sobretudo, um tornar-se - um movimento de constituição subjetiva sustentado por escolhas, confrontos e possibilidades.

Como já afirmamos, ainda que o auto-ódio seja uma experiência frequente entre pessoas negras em sociedades marcadas pelo racismo estrutural, é importante evitar a sua generalização como um caminho obrigatório para o "tornar-se negro". Conforme argumentam Lia Vainer Schucman e Mônica Gonçalves (2020), as trajetórias de racialização são históricas, relacionais

e situadas, e não devem ser essencializadas pela dor. A deseducação, conceito que discutiremos posteriormente, é uma necessidade para aqueles cuja construção subjetiva foi atravessada por valores eurocêntricos e brancos, mas não se aplica a todos os sujeitos negros de forma uniforme. A subjetivação negra, nesse sentido, é entendida como um processo dialético, marcado por tensões, resistências e reapropriações de sentido. A experiência da dor e da violência pode estar presente, mas não é fundante ou universal. As identidades negras também se constroem por meio da ancestralidade, da comunidade e do afeto compartilhado.

Essa perspectiva que toma os processos de subjetivação negra como algo em movimento, dinâmico, e não como essências fixas ou como uma condição natural, está em consonância com a compreensão de raça proposta por Stuart Hall (2015). Este autor entende raça como um significante flutuante, ou seja, como um construto social e cultural que só faz sentido dentro dos sistemas de poder e linguagem que o constroem; os significantes se referem a suas práticas de produção de sentido. Para ele “Esse sentido, por ser relacional e não essencial, nunca pode ser fixado definitivamente, mas está sujeito a um processo constante de redefinição e apropriação”. Assim, as experiências do “tornar-se” podem ser inúmeras, atravessadas pelos diferentes contextos e marcadores sociais.

Dessa forma, a afroestima não se limita a uma resposta ao racismo estrutural, mas constitui um processo contínuo de ressignificação da identidade negra, um ato de resistência que desafia e subverte as narrativas coloniais de subalternidade. Ao se apropriar de sua própria história e afirmar seu pertencimento, a população negra rompe com séculos de desumanização e encontra força na coletividade. Como prática política e subjetiva, a afroestima não apenas fortalece o indivíduo, mas também impulsiona a transformação social, projetando um futuro em que a negritude seja plenamente reconhecida, valorizada e celebrada em toda a sua potência.

Metodologia

Adotamos como estratégia metodológica as conversações afroafetivas, um modelo de conversa entre pessoas negras em que o afroafeto – aquilo que atravessa e afeta as vivências cotidianas de pessoas negras – é central. Inspirada na abordagem desenvolvida por Leticia Taynara dos Santos Silva (2021), essa estratégia rompe com hierarquias e posições fixas entre pesquisador(a) e participantes, considerando todas(os) como coautoras(es) do processo investigativo. Diferente de uma entrevista tradicional, as conversações afroafetivas são espaços de trocas horizontais, em que as experiências compartilhadas não apenas produzem

conhecimento, mas também promovem reflexões coletivas sobre identidade, negritude e pertencimento.

Nesta pesquisa, a metodologia foi adaptada para investigar a prática da afroestima na vida de pessoas negras. Para isso, foram incorporados três conceitos como operadores metodológicos: "erguer a voz" e "autorrecuperação", desenvolvidos por bell hooks (2019), e "escrevivência" e sua escuta, formulados por Conceição Evaristo (2011). O ato de erguer a voz representa um rompimento com o silenciamento imposto pela colonialidade, sendo um gesto político de resistência e reafirmação da negritude. Como destaca bell hooks (2019), a transição do silêncio para a fala possibilita não apenas um processo de cura individual, mas também um fortalecimento coletivo. Assim, ao compartilharem suas vivências sobre afroestima, as(os) participantes deste estudo exercem um ato de reconhecimento de si e de suas histórias a partir de um lugar de protagonismo.

Além disso, a autorrecuperação se fez presente como um aspecto essencial da metodologia, pois, como aponta bell hooks (2019), as políticas de dominação fragmentam a identidade das pessoas negras, impondo discursos que dificultam o reconhecimento de sua própria subjetividade. Nesse contexto, recuperar-se significa reunir os fragmentos dispersos da própria história e ressignificá-la a partir de um olhar autônomo. Esse processo envolve tanto a fala quanto a escuta, sendo esta última compreendida a partir da escrevivência de Conceição Evaristo (2011), que enfatiza a importância de ouvir histórias negras com sensibilidade e, reconhecendo que a escuta também é um ato político e de resistência.

As conversações afroafetivas foram divididas em dois momentos. O primeiro momento, denominado "Aproximação", consistiu na apresentação da pesquisa e no diálogo sobre a afroestima e seus significados. Como o termo ainda não é amplamente difundido, essa etapa foi fundamental para introduzir a temática e compartilhar os objetivos do estudo. O segundo momento, intitulado "Primavera Negra", foi dedicado à compreensão de como as(os) participantes passaram a se reconhecer como pessoas negras e a ressignificar sua identidade de forma positivada.

Para garantir a viabilidade da pesquisa, as conversações ocorreram de forma individual e, conforme a disponibilidade das(os) participantes, foram realizadas presencialmente ou remotamente, por meio da plataforma Google Meet. O estudo seguiu todas as diretrizes éticas para pesquisas com seres humanos, garantindo o consentimento livre e esclarecido de cada uma(m) que participou dele.

Nessa direção, seguindo os princípios éticos de pesquisa e visando preservar a identidade das(os) participantes, optamos por utilizar nomes fictícios neste estudo. Essa escolha

busca garantir a privacidade das experiências compartilhadas, respeitando a individualidade de cada pessoa envolvida. Ao todo, participaram desta pesquisa seis pessoas, identificadas aqui como Ana, João, Marcos, José, Beatriz e Carla. Para tornar mais visível a diversidade das experiências e as interseccionalidades presentes, apresentamos a seguir um quadro-síntese com informações sobre as(os) participantes da pesquisa.

Tabela 1

Características das(os) Participantes da Pesquisa:

Nome fictício	Gênero	Autodeclaração racial	Contexto institucional
Ana	Mulher trans	Preta	Ativista e militante do Movimento Negro, influenciadora digital engajada na pauta antirracista e coordenadora de ações voltadas à promoção da diversidade sexual e de gênero.
Beatriz	Mulher cis	Preta	Psicóloga e militante ativa do Movimento Negro. Integra o Movimento Negro Unificado (MNU), dedicando-se à promoção da igualdade racial e à valorização das identidades negras.
Carla	Mulher cis	Parda	Integrante da Bancada Negra, professora de Geografia da rede básica e mestre na mesma área.
José	Homem trans não-binário	Preto	Graduando em História, integrante da Rede de Historiadoras(es) Negras(os), além de participante ativo de movimentos sociais.
Marcos	Homem cis	Preto	Professor de Sociologia da rede estadual de ensino e integrante do Instituto do Negro de Alagoas (INEG). Sua trajetória é marcada pelo compromisso com a educação antirracista e pela valorização da história e da cultura afro-brasileira.
João	Homem cis	Pardo	Professor dos cursos de licenciatura e bacharelado em História. Atua no Núcleo de Estudos Afro-Brasileiros e Indígenas (NEABI) e desenvolve pesquisas voltadas à valorização e à difusão das histórias e culturas afro-brasileiras e indígenas. Também integra o Movimento Negro Unificado (MNU).

Fonte: Elaboração própria com base nos dados coletados na pesquisa.

A seleção dessas(es) participantes para a pesquisa foi intencionalmente realizada com o objetivo de reunir um grupo diverso e representativo de sujeitas(os) que atuam ativamente nas

frentes de luta antirracista, educação e promoção da diversidade racial. Cada uma(um) delas(es) traz experiências singulares que enriquecem a compreensão das dinâmicas sociais e culturais relacionadas às identidades negras e suas interseccionalidades.

Além disso, essas pessoas já desenvolveram afroestima em suas trajetórias pessoais e coletivas, o que tornou possível, por meio das conversações afroafetivas, compreender melhor os processos e as experiências vividas por cada uma(um). Essa perspectiva permite aprofundar a análise sobre a valorização da identidade negra em diferentes contextos, desde a atuação em movimentos sociais até a prática profissional e acadêmica, evidenciando estratégias de resistência ao racismo e formas de fortalecimento identitário essenciais para a luta por igualdade racial.

A análise das conversações afroafetivas foi conduzida a partir de uma abordagem interseccional, considerando as múltiplas camadas que atravessam a experiência de ser uma pessoa negra no Brasil. A interseccionalidade, conforme Patricia Hill Collins e Sirma Bilge (2021), é uma abordagem que compreende a constituição simultânea e relacional das categorias de opressão e identidade. Isso significa que raça, classe, gênero, sexualidade, entre outros marcadores, não se somam, mas se constituem mutuamente. Ao longo deste artigo, essa perspectiva é mobilizada para entender como as violências, e a positividade da negritude, se manifestam de forma singular nos corpos das pessoas participantes.

Resultados e Análise

O Reconhecimento como uma Pessoa Negra

Pensando na positividade da negritude, Neusa Santos Souza (2021, p.115) afirma que “ser negro não é uma condição dada, *a priori*, é um vir a ser. Ser negro é tornar-se negro”. Para a autora, a identidade negra positivada não é algo dado, mas faz parte de um processo contínuo de construção, marcado por lutas contra narrativas e práticas coloniais que posicionam as(os) sujeitas(os) negras(os) em lugares de subalternidade e inferioridade. Nesse sentido, a autora destaca que “uma das formas de exercer autonomia é possuir um discurso sobre si mesmo” (Souza, 2021, p. 45). Esse discurso não é apenas uma narrativa pessoal, mas um ato político de ruptura com as estruturas coloniais que aprisionam corpos negros.

Ao se apropriar desse discurso, cada pessoa negra pode construir um rosto próprio e uma identidade que não é mais definida pelo olhar do colonizador que outrifica, conforme apontou Grada Kilomba (2019), mas pela consciência de si e de sua trajetória. Esse processo

de se tornar negra(o) não apenas desafia as imposições coloniais, mas também reposiciona o que é ser negra(o), reposiciona ainda a pessoa negra como sujeita ativa na construção de sua própria história e identidade, reivindicando o amor ao seu corpo, mas também seu lugar de dignidade, autonomia, humanidade, e sobretudo seu pertencimento.

Durante as conversações afroafetivas, ao perguntar às pessoas participantes desta pesquisa sobre o momento em que se reconheceram como pessoas negras, emergiu um padrão significativo nas respostas: o reconhecimento ocorreu, primeiramente, pela via da violência. Ou seja, esse processo inicial de se ver e sentir enquanto uma pessoa negra não foi marcado por um sentimento de pertencimento ou orgulho, mas por uma diferenciação negativa imposta por apontamentos externos que as marginalizavam e as distinguiram das pessoas brancas, associando as características fenotípicas negras à feiura, ao indesejável e àquilo que é ruim. O relato de Carla ilustra essa violência inicial de forma contundente:

[...] a raça começa a bater na nossa porta e a gente é apontado como negro, porque a gente está sendo apontado como negro, não porque a gente se identifica e constrói isso a partir de um ponto de vista positivo, de se orgulhar dessa história, de saber dessa história etc., mas muito mais por um apontamento externo [que marginaliza].

Ao contrário das demais pessoas participantes, no caso de Ana, essa dinâmica não se manifestou por meio da violência. Segundo ela, sua família era composta por pessoas negras com letramento racial [crítico], o que contribuiu para que não fosse atravessada por experiências de auto-ódio. Sua trajetória revela que, embora o auto-ódio racial seja uma realidade comum entre pessoas negras, ele não é uma experiência universal ou inevitável. A presença de uma rede familiar crítica, acolhedora e afirmativa atuou como um importante fator de proteção subjetiva e política. Essa base sólida favoreceu o desenvolvimento de uma afroestima desde cedo, configurando um processo de reconhecimento racial marcado pelo orgulho, pelo afeto e pelo pertencimento, em contraste com a maioria das outras narrativas que emergiram na pesquisa, nas quais o reconhecimento da negritude foi mediado pela dor e pela exclusão.

Esse reconhecimento racial inicial, quando marcado pela violência, não nasce de uma construção interna positivada, mas de uma experiência de rejeição, de exclusão e, frequentemente, de vergonha. Conforme Neusa Santos Souza (2021), a identidade negra é construída em um contexto em que o olhar branco colonizador dita, historicamente, os valores de pertencimento e aceitabilidade. Assim, a racialização surge primeiro como um marcador

negativo, que impõe às pessoas negras um lugar de marginalidade, e a(o) sujeita(o) negra(o) acaba internalizando.

Ainda que a violência nesse primeiro momento de reconhecimento racial estivesse presente em todos os relatos - com exceção do de Ana -, por meio da associação da negritude ao indesejável, ela se manifestou de formas distintas, mediadas pelas interseccionalidades inscritas em seus corpos. No caso de João e Marcos, homens negros cisgêneros, essa violência foi frequentemente materializada por meio de imagens de controle que associavam seus corpos ao perigo, à criminalidade e à ameaça constante. Além disso, ambos relataram experiências marcadas pela hipersexualização do corpo negro masculino, que reduz sua existência à força física, ao desejo e ao domínio, apagando dimensões afetivas, intelectuais e subjetivas.

Por outro lado, para Beatriz e Carla, enquanto mulheres negras e cisgêneras, a violência se manifestou especialmente pelo peso estético excessivo imposto pelos padrões de beleza eurocêntricos, aliado ao esquecimento afetivo direcionado às mulheres negras, reforçado pelo machismo, sexismo e racismo. Na sociedade brasileira hétero-patriarcal, uma mulher não pode fugir dos padrões de beleza, ou poderá sofrer as consequências disso - entre elas, o esquecimento afetivo.

Já nos casos de Ana e José, pessoas transgêneras, as violências anteriormente mencionadas estiveram presentes, mas foram ainda mais complexificadas pela transfobia, que se somou ao racismo e às rígidas expectativas de gênero. A transição de gênero, longe de representar apenas um processo de afirmação identitária, tornou-se também um campo de intensificação das vulnerabilidades. A transfobia não apenas reforçou o racismo já vivenciado por Ana e José, mas produziu camadas adicionais de exclusão, silenciamento e dor.

José, ao compartilhar sua experiência, expressou a profundidade dessas tensões identitárias: “quantas vezes na minha transição, até eu me reconhecer enquanto uma pessoa trans não binária, eu mesmo reneguei tudo que eu escrevi sobre o José, ao ponto de eu dizer que eu não queria mais ele na minha vida”. Seu relato evidencia como a autoaceitação, nesse contexto, não é um percurso linear ou isento de rupturas internas, mas atravessado por conflitos subjetivos marcados, muitas vezes, pela negação, pela vergonha e pelo desejo de apagar partes de si - efeitos diretos das normatividades que violentam corpos e existências dissidentes.

A manifestação dessas violências evidencia como diferentes marcadores sociais - como raça, gênero e orientação sexual, por exemplo - não apenas moldam, mas também intensificam a exclusão e opressão vivenciadas por cada participante. Patrícia Hill Collins e Sirma Bilge (2021) nos alertam que as opressões não operam de forma isolada; elas se entrelaçam em uma teia interseccional, criando camadas adicionais de vulnerabilidade e complexidade para cada

sujeita(o). Esse entrelaçamento não apenas aprofunda as feridas coloniais que permanecem abertas, mas também redefine as formas como essas violências são percebidas e enfrentadas.

Positivção da Negritude

Para as pessoas participantes da pesquisa, a universidade foi apontada como um lugar de positivção da negritude. Elas(es) não se referiram ao acesso à universidade, que historicamente insiste em apagar corpos, vozes e histórias negras, perpetuando silenciamentos e exclusões. Mas sim, à universidade que é atravessada pelo cuidado, pela diversidade e pelo reconhecimento das identidades que ali habitam. bell hooks (2013, p.273) aponta que "a academia não é o paraíso, mas o aprendizado é um lugar onde o paraíso pode ser criado". Para a autora, a universidade é um espaço em disputa, e é um erro enxergá-la apenas pela perspectiva hegemônica. bell hooks (2013) acreditava em uma universidade fundamentada em políticas de cuidado e não na reprodução de opressões.

Essa visão resgata a potência da universidade como um espaço não apenas de produção de conhecimento, mas também de emancipação, onde a educação pode ser exercida como prática da liberdade. Vejamos os relatos de Carla e Marcos:

Na universidade eu fui me encontrando muito mais com essa história da negritude, inicialmente com a história norte-americana, a luta pelos direitos civis etc., e depois, rememoro a luta das pessoas da minha terra, então, eu fui entrando em contato com essa historiografia (Carla).

Na verdade, essa minha relação com a minha identidade, com a minha negritude, ela se dá muito mais já no final da graduação [em Ciências Sociais], porque é quando, de fato, a questão racial me interessa como um tema de pesquisa (Marcos).

A entrada na universidade e o contato das(os) participantes com determinados conteúdos, professoras(es) e grupos de pesquisa possibilitaram que essas pessoas conhecessem outras histórias, para além da narrativa única apresentada na educação básica de cada uma(um) delas(es), que as(os) marginalizou e excluiu. A universidade, quando comprometida com uma perspectiva crítica e contra-hegemônica, torna-se mais do que um espaço de formação acadêmica; ela se transforma em um lugar de resistência e (re)construção, um lugar onde a autorrecuperação – conforme pensada por bell hooks (2019) – pode acontecer. Nesse espaço, o

conhecimento se torna uma ferramenta para (re)construir identidades feridas pelo racismo, sexismo, transfobia e outras formas de opressão. É onde as narrativas podem ser reescritas, e os silêncios serem transformados em linguagem e ação, conforme disse Audre Lorde (2020).

Vejamos mais relatos das(os) participantes:

O reconhecimento de enquanto um homem negro pardo vai se dar quando eu estou fazendo a pós-graduação em São Paulo, quando faço o mestrado e o doutorado sobre resistência escrava em Alagoas (João).

Na universidade [...] foi aí que começou, porque eu precisava, e a universidade, ela acabou me dando essa dimensão [...] entrar em uma universidade e complexificar a discussão sobre isso, sobre mim e a minha posição. (Beatriz).

A universidade é também um espaço de deseducação, conforme pensado por Luiz Rufino (2018). O ingresso das(os) participantes da pesquisa, tanto na graduação quanto na pós-graduação, as(os) colocaram em um processo de se deseducar – uma experiência em que, ao mesmo tempo em que aprenderam uma nova história sobre si, precisaram desaprender ideias colonizadas que foram naturalizadas ao longo de sua formação escolar. Esse processo é duplo: por um lado, há o desvelar das práticas institucionais que sustentam desigualdades; por outro, ocorre o contato com epistemologias críticas e perspectivas contra-hegemônicas, que oferecem ferramentas para reinterpretar o mundo a partir de suas próprias experiências.

De acordo com Luiz Rufino (2018), quando as(os) estudantes têm contato com epistemologias críticas e perspectivas contra-hegemônicas, podem reinterpretar o ambiente acadêmico e suas vivências, tendo como ponto de partida uma visão emancipadora. Esse contato com saberes que valorizam suas histórias e culturas possibilita que estudantes negras(os) desenvolvam um senso de pertencimento e orgulho de sua identidade, rompendo com narrativas coloniais de inferiorização. Esse processo de deseducação se apresenta como um movimento de cura. Reconhecer e afirmar a própria negritude em um ambiente que historicamente a marginalizou é um ato revolucionário e político.

Após o ingresso na universidade, como mencionado anteriormente, as(os) participantes passaram a se questionar mais profundamente sobre suas histórias e seus corpos, em um movimento de busca por autoconhecimento e compreensão das experiências do povo negro. Esse processo de reflexão, impulsionado tanto por pesquisas acadêmicas quanto por leituras críticas, permitiu-lhes enxergar com mais nitidez a relevância histórica e social dos movimentos

negros no Brasil. Essa aproximação com suas raízes históricas e com a luta coletiva foi determinante para que elas(es) não apenas reconhecessem a importância dos movimentos sociais, mas também buscassem inserção ativa nesses espaços.

Nesse sentido, a participação efetiva nos movimentos sociais também é apontada como um lugar de posituação da negritude. Para as(os) participantes, não é possível falar de afroestima sem considerar o caminho trilhado por aquelas(es) que vieram antes — as lideranças, as(os) intelectuais, as(os) ativistas e todas as pessoas negras que abriram caminhos para que novas gerações pudessem existir e se amar. O encontro entre o pessoal e o coletivo revelou que essa posituação passa também pelo reconhecimento do pertencimento a uma comunidade historicamente marginalizada, mas profundamente potente. É nessa intersecção que se fortaleceu, na vida das(os) participantes, a afroestima como ferramenta política e de transformação. Vejamos o relato de um participante:

Apesar de me aproximar da minha negritude na universidade, é a partir dos movimentos sociais que eu tenho uma relação direta com a minha corporalidade negra e com os demais. [A posituação da negritude veio] por meio da minha experiência com os movimentos sociais, na luta contra o racismo, na construção de espaços com outros homens negros e mulheres negras (Marcos).

Para Lélia Gonzalez (2022) e Sueli Carneiro (2005), os movimentos sociais, em especial o Movimento Negro, representam um pilar fundamental na luta por transformação social e justiça racial no Brasil. Ambas destacam que foi por meio da mobilização coletiva, da resistência histórica e da articulação política desses movimentos que conquistas significativas foram alcançadas, contribuindo não apenas para o avanço de políticas públicas, mas também para uma mudança no imaginário social sobre a identidade negra e o que significa ser negra(o). Um exemplo emblemático dessa mobilização é a promulgação da Lei 10.639/2003, que tornou obrigatório o ensino da história e cultura africana e afro-brasileira nas escolas brasileiras. Para Nilma Lino Gomes (2019), essa lei representa um instrumento poderoso de resgate e valorização da história do povo negro, promovendo a reconstrução identitária de crianças, jovens e adultos; só possível graças à luta do Movimento Negro no Brasil, ao custo de muito “sangue, pus e suor”, como afirmou Glória Anzaldúa (2000, p.235). Além dessa conquista, é importante mencionar também a criação de políticas de cotas raciais no ensino superior e em concursos públicos, por exemplo.

Vejamos relatos de outras(os) participantes sobre a importância dos movimentos sociais na posituação de sua negritude:

Eu gosto de falar para os meus alunos que eu sou formado por três movimentos sociais. Movimento estudantil, de luta de professores [...] e o movimento negro no Brasil. (João).

A luta e o trabalho que eles fizeram, os movimentos sociais, foram me dando essa noção do que eu sou hoje [...] então, estar em um espaço do movimento negro, que me dá forças, estar em espaços onde se debatem as estruturas e de como a gente pode enfrentá-las. (Beatriz).

Os movimentos sociais, especialmente o Movimento Negro, desempenharam um papel que transcendeu a luta por direitos e a denúncia das desigualdades na vida das(os) participantes. Assim como a universidade, eles também se apresentaram como espaços de aquilombamento, pertencimento e deseducação, dimensões fundamentais no processo de fortalecimento identitário e promoção da afroestima.

As (Os) participantes – com exceção de João e Carla – destacaram também a religião/espiritualidade como outro elemento importante no processo de posituação da negritude. Em especial, as conexões estabelecidas com as religiões de matrizes africanas se revelaram como espaços de acolhimento, resistência e fortalecimento, atuando como pilares essenciais para a (re)construção e potencialização da afroestima de cada uma(um). A seguir, apresentamos alguns relatos que evidenciam essas vivências:

Essa minha relação [de posituação da negritude] se dá muito mais também quando eu começo a entender de fato a minha ancestralidade negra africana a partir da minha relação com o Candomblé. Então, eu sou filho de Xangô [...] e eu comecei a entender muito de como esses elementos africanos e essa relação com a natureza, essa relação com a espiritualidade negra africana, ela foi me fortalecendo, ela foi dando muito mais segurança pra eu estar, pra existir, pra eu me amar e resistir (Marcos).

Crescer no seio de uma religião de preto, a umbanda e posteriormente o candomblé, me ajudou a positivar a negritude. A religião já contribuía muito, porque eu sempre acreditei na força do sagrado (Ana).

As religiões de matrizes africanas representam, segundo Matheus Barbosa da Rocha et al. (2023), importantes espaços de cuidado e acolhimento, especialmente para aquelas(es) que vivenciam opressões sociais resultantes da interseção entre raça, classe social, gênero e orientação sexual, por exemplo. Para a autora e os autores, os terreiros funcionam como refúgios, nos quais as(os) sujeitas(os) encontram não apenas acolhimento espiritual, mas também apoio para questões físicas, emocionais, familiares e afetivas. Como afirmam: “os terreiros das religiões de matriz africana são estabelecimentos em que historicamente os sujeitos recorrem quando buscam por alguma espécie de ajuda, esteja ela relacionada a problemas físicos, emocionais, familiares, amorosos ou espirituais” (2023, p.10).

É inegável a importância do acolhimento proporcionado pelos terreiros para corpos marginalizados, especialmente aqueles que são lidos como desviantes da matriz heteropatriarcal-colonial. Esses espaços, mesmo carregando contradições e desafios, ainda representam refúgios potentes de pertencimento, deseducação e autorrecuperação.

As vivências compartilhadas pelas(os) participantes desta pesquisa revelam que suas relações com as religiões de matrizes africanas ultrapassam o âmbito meramente religioso, adentrando dimensões afetivas, psicológicas e políticas.

Considerações Finais

Este estudo contribui para a ampliação do conceito de afroestima, distinguindo-o de outras categorias já mobilizadas no campo das lutas negras, e propondo-o como um campo conceitual em construção, que articula cuidado, afeto, ancestralidade e resistência política na formação das identidades negras. Dessa forma, a afroestima é uma ferramenta potente para a construção das identidades negras e para a ressignificação da negritude em um contexto marcado por desafios estruturais, como no caso do Brasil. As experiências compartilhadas pelas(os) participantes revelam que a afroestima não é apenas um conceito teórico, mas uma prática cotidiana que impacta diretamente o modo como pessoas negras se percebem e se posicionam no mundo. Ao reivindicar a própria imagem e afirmar a beleza, a dignidade e o valor da negritude, a afroestima se mostra essencial na desconstrução de narrativas coloniais e no fortalecimento de subjetividades negras.

O estudo também evidenciou que a positivação da negritude ocorre a partir de múltiplos espaços de pertencimento e deseducação, como a universidade, os movimentos sociais e as religiões de matrizes africanas. Esses espaços funcionam como territórios de resistência e

cuidado, permitindo que pessoas negras desenvolvam autoestima e identidade a partir de uma perspectiva fortalecida e autônoma. A pesquisa mostrou que a interação com referências negras e o engajamento em coletivos e redes de apoio são fundamentais para romper com o auto-ódio e afirmar a afroestima como um ato político e emancipatório.

Dessa forma, a afroestima se consolida como um conceito teórico e uma prática transformadora, capaz de redefinir os significados atribuídos à negritude e promover uma nova relação das pessoas negras consigo mesmas. Ao reconhecer a importância da afroestima na construção de subjetividades fortalecidas, este estudo reforça a necessidade de ampliar o debate e fomentar iniciativas que promovam a valorização da identidade negra, contribuindo para uma sociedade mais justa e equitativa.

Referências

- Anzaldúa, G. (2000). Falando em línguas: Uma carta para as mulheres escritoras do terceiro mundo. *Revista Estudos Feministas*, 1(8), 229-236.
- Carneiro, A. S. (2005). *A construção do outro como não-ser como fundamento do ser* [Tese de doutorado, Universidade de São Paulo]. Repositório da Produção USP. <https://repositorio.usp.br/item/001465832>
- Collins, P. H. (2019). *Pensamento feminista negro: Conhecimento, consciência e a política do empoderamento*. Boitempo.
- Collins, P. H., & Bilge, S. (2021). *Interseccionalidade*. Boitempo
- Domingues, P. (2007). Movimento negro brasileiro: Alguns apontamentos históricos. *Revista Tempo*, 12(23), 100-122. <https://doi.org/10.1590/S1413-77042007000200007>
- Domingues, P., & Medeiros, C. A. (2024). Black Rio: Música, política e identidade negra. *Revista Brasileira de História*, 44(95), 1-23. <https://doi.org/10.1590/1806-93472024v44n95-06>
- Evaristo, C. (2011). *Insubmissas lágrimas de mulheres*. Malê.
- Gomes, N. L. (2019). *O movimento negro educador: Saberes construídos nas lutas por emancipação*. Vozes.
- Gonzalez, L. (2022). *Por um feminismo afro-latino-americano: Ensaio, intervenções e diálogos*. Zahar.
- Hall, S. (2015). Raça, o significante flutuante. *Revista Z Cultural*, 8(2).
- Hooks, B. (2013). *Ensinando a transgredir: A educação como prática da liberdade*. Martins Fontes.

- Hooks, B. (2019). *Olhares negros: Raça e representação*. Elefante.
- Hooks, B. (2020). *Tudo sobre o amor: Novas perspectivas*. Elefante.
- Kilomba, G. (2019). *Memórias da plantação: Episódios de racismo cotidiano*. Cobogó.
- Lorde, A. (2020). *Irmã outsider: Ensaio e conferências*. Autêntica.
- Morais, J. O. (2024). Letramento racial crítico: Caminhos possíveis para a construção ontológica da negritude na universidade. *Revista Coletivo Seconba*, 8(1), 252-262.
- Munanga, K. (2019). *Negritude: Nova edição: Usos e sentidos*. Autêntica.
- Ribeiro, M. (2020). "Eu decido se 'cês vão lidar com King ou se vão lidar com Kong": Homens pretos, masculinidades negras e imagens de controle na sociedade brasileira. *Revista Humanidades e Inovação*, 7(25), 118-134.
- Rocha, M. B., Severo, A. K. S., & Félix-Silva, A. V. (2023). O cuidado em saúde promovido pelas religiões afro-brasileiras. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 43, 1-14. <https://doi.org/10.1590/1982-3703003222817>
- Rufino, L. (2018). *Vence-demanda: Educação e descolonização*. Mórula.
- Schucman, L. V., & Gonçalves, M. M. (2020). Raça e subjetividade: Do campo social ao clínico. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 72(esp), 109-123. <https://doi.org/10.36482/1809-5267.ARB2020v72s1p.109-123>
- Silva, L. T. S. (2021). *Entre mulatas e moreninhas: Constituição identitária e processos de autoafirmação de mulheres negras nas redes sociais* [Dissertação de mestrado, Universidade Federal de Alagoas]. Repositório Institucional da Ufal. <https://www.repositorio.ufal.br/handle/123456789/8237>
- Souza, N. S. (2021). *Tornar-se negro ou as vicissitudes da identidade do negro brasileiro em ascensão social*. Zahar.

Conflito de interesse

Os autores declaram que não há conflitos de interesse.

Disponibilidade dos Dados

Os dados de pesquisa estão disponíveis abertamente no repositório institucional da Universidade Federal de Alagoas, em: <https://www.repositorio.ufal.br>

Nota sobre autoria

Erick Santos da Silva - conceitualização; análise formal; investigação; metodologia; visualização e escrita - rascunho original.

Marcos Ribeiro Mesquita - conceitualização; investigação; metodologia; supervisão e escrita - revisão e edição.

Nota de agradecimento

Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior.

Notas

¹ Publicação disponível em:

<https://www.instagram.com/p/CywgMUJuLA0/?igshid=MzRIODBiNWFIZA%3D%3D>