★ VENCEDORA DO TRABALHO SOCIAL

PONTO DE ENCONTRO

COM MULHERES E HOMENS NEGROS

METODOLOGIA

O Grupo "Ponto de Encontro" iniciou em 21/03/15 no município de São Paulo - Brasil, região leste da capital e se destina ao atendimento psicológico e corporal.
Tempo: Uma vez ao mês com quatro horas de duração. Máximo de vinte participantes.
Local: Os encontros ocorrem normalmente na sala do consultório da responsável ou em alguma casa dos participantes em São Paulo. Público mulheres e homens negros adultos.

SUMÁRIO

A proposta de criar o grupo surgiu ao percebermos principalmente na clínica a solidão das pessoas negras diante da falta de espaço na família, amigos, profissional ou grupos para compartilhar seu sofrimento vivido pela experiência do racismo. O presente trabalho objetiva propiciar um espaço de conversa, troca de ideias e reflexões à respeito da negritude, visando melhor fortalecimento da identidade. No Brasil pouco se fala sobre a questão das relações raciais. A vivência secular do racismo e a invisibilidade atual dos seus efeitos psicossociais são uma sequencia de experiências traumáticas, o que caracteriza a vivência do racismo como um trauma psíquico e corporal (somático-energético).

O corpo tentará encontrar uma defesa para estas ameaças constantes e mesmo que as atitudes reativas da pessoa tenham frutos de vitória pessoal e social, sabemos que internamente há reflexos deste sofrimento. A pessoa muitas vezes não se vê naquilo que construiu não se apodera de suas conquistas, isto é um gerador de sofrimento psíquico.

A escolha de trabalhar em grupo pequeno deve-se pela possibilidade de reparar vínculos afetivos, criar uma nova possibilidade de se relacionar com o mundo.

O corpo é um lugar de restabelecimento da força e da identidade humanizada. Isto nos traz muito alento, esperança, pois os recursos estão conosco principalmente.

FERRAMENTAS USADAS

1. Grounding Postural– Encorajar o fluxo de energia para baixo, através das pélvis, pernas e pés. Acreditar que podemos ser e estar no lugar que escolhermos.

2. Grounding interno, Respiração e Voz– Busca-se devolver a pessoa para si mesma. Resgatar a autoconfiança e acreditar em si mesmo.

3. Grounding do Olhar – Se perceber e deixar que o olhar da outra pessoa lhe constitua de maneira humanizada, reconhecer a beleza através da estética corporal negra e a sua grandeza.

4. Grounding na cultura, família e comunidade. A ancestralidade foi perdida, o povo negro não conhece a sua origem. Resgatar memórias familiares, valores da história da África de maneira positiva.

Toque - Resignificar a toque como lugar percepção das tensões musculares com sensibilidade, carinho e respeito.

RESULTADOS OBTIDOS

1. Resgate do fluxo energético corporal.
2. Novos caminhos – ampliaram os lugares para frequentarem socialmente.
3. Novos hábitos de organização.
4. Melhor consciência de si mesmo.
5. Resgate das relações afetivas.

24º IIBA Congresso Internacional em Bioenergética
Toronto - Canadá - 24 a 28/05/2017

Maria Cristina Francisco, Psicóloga Clínica
CBT-IABSP

macrisfran@uol.com.br

psicologiaecorpo.com.br