

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL

Instituto de Psicologia

Ana Maria Ponzoni Pretto

MULHERES E A PSICOLOGIA: DO QUE NOS É COMUM

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado como
requisito parcial à obtenção de título de psicóloga
Orientadora: Gislei Domingas Romanzini Lazzarotto
Comentadora: Alessandra da Costa Kasprczak

Porto Alegre, julho de 2019.

agradeço a família, da onde vim e para onde volto. Janira e Gerson, mãe e pai, que me ensinaram os modos como se olha, os detalhes como parte do todo, o chá e o chimarrão como movimento de cuidar e olhar por. sem vocês, eu não seria absolutamente nada. ao meu irmão, Francisco, que foi o primeiro a me dizer que a Ana que sou é sempre parte da que foi e da que será. e à minha irmã, Júlia, que num dia de choro se postou no meu quarto até que me deixasse acolher.

às cria, que me ensinam que sempre a olhar para o entorno, perceber o ínfimo, e sorrir pelo carinho. por elas que me movimento, mostram que todo dia tem ciclos, o mesmo sol que nasce se põe. ao João e ao Luca, que transformam tudo em brincadeira, lembram que há sempre mais do que aparenta. à Luna, que me apontou os caminhos de formiga que carregam flores amarelas. e à Lívia, que me foi cura, sorriso, carinho e afeto, ela que tem no apontar do dedinho um mundo inteiro a ser mostrado.

à Amanda, que me escreveu um dia “a vida é boa, confia”. que tem dedo e palavra no meu processo. agradeço os diálogos infinitos e os aprendizados, os carinhos pela manhã. eu ainda acredito na ternura.

às amigas que foram rede, e com quem tanto cresço. à Bruna, por sagitarianar os dias comigo, pé no chão e flecha na lua. à Fê, por tanta profundidade e reconhecimento, sei que ainda há de ser tanto. à Isa, por construir comigo cotidianos.

às Marias; Rebeca, Fran, Carol, Mano, Gabi, Marina e Thomaz pela parceria durante toda graduação, por serem troca, acolhimento, morada, deslocamento e construção.

à minha orientadora Gislei, agradeço a sabedoria e o encontro de origens. os diálogos insaciáveis. pela confiança que teve - e me permitiu ter - em mim.

à todas as mulheres que trocam comigo.



Começo meu processo assim, pequena ana, agachada sobre mim, voltar-se a si. as mãos como foco, o que toco. podia, e ainda posso, passar horas catando conchinhas, olhar uma por uma, ver o que o mar deixa na areia: pedaços de concha algas mãe d'água peixe morto pata de carangueija espuma. as mãos que buscam. barulho de vento e mar. as conchas não cabem na mão mas não tem problema, deixa uma junta outra, não lhe pertencem, só um modo de acarinhar, e fazê-las únicas por um instante no movimento de contemplar. é sobre tempo, pequena ana. para escrever, para me embrenhar nesse processo, é necessário recolher conchinhas da areia, uma por uma, até que as mãos encham, escolher o que fica, e as que aceito como parte de outra coisa. uma caminhada, entre o que está no caminho e o que escolho juntar, se faz essa existência.

Índice

1. Possível Introdução I ou A história dessa escrita.....	5
2. Possível Introdução II.....	7
3. Mulher-mãe.....	10
4. Feminismos - ou onde volta a fazer sentido para mim.....	13
5. Experiências.....	19
5.1. Oficinas de Sexualidade	
5.2. Sarau das mina: a Erótica de Audre Lorde	
5.3. Conversações em Roda: Encontros Reflexivos sobre Relações Amorosas	
5.4. Grupo de apoio a puérperas e gestantes de Mama Core	
5.5. Coletiva Raízes	
5.6. Relato Ângela Ruschel que atua na Atenção à Violência do Hospital Presidente Vargas	
6. Práticas psicoterapêuticas - feminismo como ética.....	27
6.1. Coletivo como potência	
6.2. Educação como prática psi	
6.3. Terapia como lugar de testemunho	
6.4. “Não” como uma palavra feminista	
6.5. Terapia como ensaio	
6.6. Possibilidade singular de ser	
6.7. Escuta às lesbianidades	
6.8. Potências como busca	
6.9. Psicoterapêutica para além do visível	
6.10. O que o espaço de atendimento diz	
6.11. Relação transversal entre terapeuta e paciente	
7. Considerações Finais.....	42
8. Bibliografia.....	43

1. Possível Introdução I

ou a história dessa escrita

Para mim há uma grande dificuldade em escrever. A sensação do que se vive e as potências de diálogos não caberiam inteiras em uma escolha de palavras. E sim, talvez essa seja a potência da escrita: parar, refletir e tentar comunicar. Escolher o que de tudo que foi vivido deve ser considerado pautando um assunto e tecer linhas de comunicação entre diversas vivências. De certa forma, nada mais que um modo de diálogo-escrita. Preciso percorrer esse caminho da escrita, prefiro os dos pés, procuro o equilíbrio entre os dois e vejo na narrativa do percurso o caminho do meio. Considero toda produção coletiva, sei que escrevo, modos de ver as coisas, pensamentos, considerações, a partir de outras que vem antes de mim e me possibilitam a imersão cultural que tenho agora. Vários diálogos e leituras que me propus a tensionar quando decido escrever este TCC, muitas mulheres me acompanham no pensamento. Um caminho pessoal e único, que só se faz como tal pelos contatos diversos no andar.

Proponho-me a pensar uma psicologia feminista na prática. Como podemos pensar uma outra prática da psicologia, ou diversas práticas da psicologia, através de uma concepção de mundo que entende o feminismo como uma ótica necessária para pensarmos mudanças. Uma psicologia pensada para mulheres, de mulheres e por mulheres. A construção do que entendo como feminismo começa nessa concepção, de quem produz e com qual intuito. Entender o tema deste trabalho como processo político. Processo pelo movimento. Político por pautar questões que questionam ordens dadas.

Início a linha de pensamento considerando que vivemos em uma sociedade machista, racista e heteronormativa. Esse é um dos pontos de partida pela qual escrevo. A partir disso, se não nomeio minha prática, se não me questiono quanto a gênero, se não reflito na minha escuta, nas minhas práticas e intervenções, estarei reproduzindo o que é dado como uma vivência comum a sociedade. A intenção de nomear não exclui a reprodução, e não é por si só a mudança. Pontuar a forma pela qual se pretende questionar a existência profissional – mas não só -, é propor-se a estar atenta ao que se reproduz, e assim poder produzir na prática diferentes modos. Não basta ver o que nos constitui enquanto opressões, é necessário agir para que seja produzido outros modos, aqui mais especificamente, é necessário me nomear feminista para que haja mudanças consideráveis.

Onde nasce a minha necessidade de pauta. Estagiando um ano em um equipe de saúde

mental adulta, e percebendo que a grande maioria de nossas pacientes eram mulheres, de seis que eu atendia apenas um homem, comecei a me questionar as particularidades, na prática, de como atender mulheres. Saindo da academia, do sujeito neutro com a qual lidamos, o que aquelas mulheres tinham em comum e o que nos fugia enquanto profissionais quando não considerávamos tal recorte. Começo a pensar, aqui, o que para mim no momento significaria feminismo, para aquelas mulheres, e como se aplicaria a discussão nesse campo: atendimento a mulheres adultas dentro do SUS. O modo como muitas vezes em acolhimento, falavam pela primeira vez de violências que sofreram, sendo para elas um momento único e de muita importância, e em mim ficava uma sensação de falta de afeto nesse acolher. Como eu gostaria que reagissem quando eu contasse em público, pela primeira vez, que fui violentada? O olhar “neutro” do grupo, o que produz? Ou, como tínhamos temas que se repetiam nos atendimentos individuais com mulheres - sobrecarga, insegurança, angústia, dificuldade de colocar para os outros seus limites, solidão -, e que não tinha um lugar coletivo. Não satisfeita com a discussão nos âmbitos formais, as pausas no estágio se tornaram um lugar potente de construção de outras práticas, outra ótica para as mesmas discussões, trocando com colegas (todas mulheres) tão incomodadas quanto eu sobre os casos dos quais lidávamos e as formas que fazíamos nossas psicologias, e a saúde em geral. Dessa troca nasce uma potência de mudança ativa, consciente e coletiva.

Abro os olhos. Começo a procurar lugares de potência. Onde a psicologia acontece para além do individual? Quais são os lugares na qual as pacientes se potencializam enquanto mulheres? Essa psicologia que me atravessa, onde eu me vejo potencializada enquanto mulher? Quais lugares mostram de forma positiva as questões que atravessam ser mulher? Como mudou minha concepção de mundo e existência quando percebo que existe o sexismo? O que é terapêutico para além das práticas psis? Como ver potência e esquematizar essas práticas? Quais são os diferentes feminismos? Como o racismo está colocado nas reproduções? Principalmente colocar-me em diálogo com outras mulheres, ouvir e aprender, trocar, entender e buscar, o que se faz comum para que se parta do feminismo como ética para se produzir uma nova psicologia.

2. Possível introdução II

No processo de estudo perco a Ana que pretendia escrever tanto. Agora, retomo. Entendo que meu processo de escrita só faz sentido dentro de uma caminhada pessoal e única, trança de cotidianos. Dentro do meu processo, entendo como base para falarmos de outras possibilidades a criação livre de si, a partir de sua própria ótica, do que faz sentido em cada trajeto tão individual - e não menos coletivo. Para seguir, me reconheço como neta, filha, irmã; como uma mulher, que ama outras mulheres; como amiga, como prima, como potência e parte, como psicóloga prestes a graduar. Assim, recomeço, entendendo que a psicologia da qual falo perde vias acadêmicas, e ganha vida através do trajeto que conto, vivo e pulso. Convido ao trajeto. Escrevo como quem conversa, acreditando na escrita da oralidade como potência de troca.

Assim, não busco verdades, aceito os questionamentos, e coloco meu trabalho como processo, que não tem fim. Uma sobreposição de encontros e leituras, conversas, vivências e ideias, que entendem a psicologia como diversa e se coloca como diálogo, às que pretendem fazer algo de outra forma. O que me move? Estar entre mulheres, amá-las como ato político, fortalecer as redes, lutar com e lutar pelas mulheres. Ser mulher e reconhecer isso em mim e na outra como movimento de existência.

Na minha família materna, as dindas enterram o umbigo depois que cai das afilhadas no pé de uma roseira. Minha dinda me deu um pé da roseira que veio do jardim da minha bisavó, e o umbigo da minha prima está ali também. Minha dinda é prima de minha mãe. Minha tia, dinda do meu irmão. A filha da minha dinda com a filha da minha tia, são as dindas da minha irmã. Minha mãe é dinda das dindas de minha irmã. Minha prima - que também é minha dinda escolhida de crisma - é dinda do primeiro filho da filha da minha dinda. Eu sou dinda do segundo filho da filha da minha dinda.

sonho da amanda um. minha mãe dizia para amanda, sobre nós, que acreditava na ternura.

sonho da amanda dois. festa de família, uma tensão por estarmos juntas ali. amanda pega minha mãe pela mão, e a leva para conversar, explica, que se ela soubesse o quanto andamos aprendendo amando uma a outra, ela ficaria bem.

3. Mulher-mãe

“Como as mulheres sabem, para uma filha é preciso mais de um parto.”

Eliane Brum

Ancestralidade, mas a partir de mim, memórias de outras que acesso/ativo por vivências atuais minhas. Pessoas e histórias que aconteceram, que acontecem, mas que são contadas por diversas narrativas, às vezes outras que não as minhas, conto por mim, o que ecoa em mim, raízes, espectros, histórias, prospecções. Eu preciso falar sobre as Mulheres Ponzoni, e eu preciso me entender como uma, olhar, entender, ver, admitir primeiro com sinceridade e clareza, não com culpa e julgamento. Entender e absorver, para então se pensar o andar, aceitar o que foi possível para elas (e para mim). Acolhê-las (e também a mim) para poder seguir. Tirar a culpa do processo, reeditar. Essas memórias - que quanto mais velhas elas ficam, mais retornam -, que não são minhas **corporalmente** mas me pertencem, essa Nova Prata que nunca vivi mas tenho tanto carinho e até saudades pelas histórias que elas contam. A minha dinda foi a primeira mulher a ganhar a corrida de arranque de NP. Minha tia foi rainha do baile. Minha vó era conhecida por fazer mesas de aniversário abundante. No primeiro dia de aula da minha mãe, em uma escola de freira, deixaram ela ali, e com vergonha de entrar em classe, se escondeu atrás de uma porta e ali ficou, até que uma irmã a encontrou. Elas todas, saindo da escola, dobravam a bainha de cima, para que a saia ficasse mais curta. Couraças, memórias corporais, nós energéticos que permanecem no corpo, sobre repetições, formas de ser, agir, existir, ver as coisas, que foi passada de geração em geração, até mim, e que em algum momento desse ciclo fez sentido, foi protetivo ou benéfico para lidar com o entorno, mas que não necessariamente precisamos repetir. Olhar para esse **trajeto** anterior, reconhecer outros caminhos, limpar de culpa. Quando olho tanto para minha mãe, não é sobre ela só, é sobre mim, o que há dela em mim, o que vejo, o que espero, o que entendo, o que cobro, expectativas, perspectivas, **espelhamentos**. Vejo ela em mim, e cobro dela em mim. Vejo eu, nela, e cobro de mim nela. Caminhos que cruzam, características em comum. As culpas que carrego, entender origem é diferente de realocar a culpa da origem, veja bem. É tudo sobre mim. Pensar espaço de produção e pertencimento, precisar sair do meio do furacão, para poder retornar. Entender primeiro meu processo, diminuir o reconhecimento da outra como base. **Refletir** - e isso ainda é sobre espelho -, o que eu espero dela? O sustento de um eu, de uma existência que é e tem que ser minha. Agradeço o não

sustento do todo colocado. Olhar para minha mãe e entender ela também primeiramente fundamentalmente essencialmente como mulher, o que eu espero mais dela? Voltar. Olhar para mim, como filha, e principalmente empaticamente refletidamente **como mulher** e entender o que eu espero tanto de mim?

*“pérola
os filhos
tão dentro da gente”*
Janira Tereza Ponzoni Pretto

“Tenho a impressão de que, de algum modo, devemos nosso feminismo a nossas mães e avós mesmo quando elas não se diziam, e talvez nem fossem, feministas. Com elas, estamos inscritas como mulheres (...) em uma história que não começa nem termina em nossa mera vida. Elas fazem parte de nossa biografia. Em nome de nossas antepassadas, diretas ou não, nos tornamos feministas porque houve mulheres que foram duramente oprimidas, mas também porque no passado existiram lutadoras incomuns, pessoas que se tornaram exemplos, mulheres a quem devemos o nosso lugar. Estamos unidas às feministas do passado e, desse modo, às do futuro.”

Marcia Tiburi

4. Feminismos

ou onde volta a fazer sentido para mim

“Quando se é discriminada por ser uma mulher, quando não pode ir à escola por ser mulher, ou quando atiram em você por ter ido à escola, então ser mulher é uma parte primordial da sua identidade. O que vai matar você?” (trecho do filme “Feministas: o que elas estavam pensando?”) O que nos molda aos poucos para que compartilhemos essa experiência comum de ser mulher como algo que nos traz desvantagem? Começo tecendo o feminismo a partir de um lugar de significantes, uma lente a qual visa explicitar padrões e morais socialmente entendidos como verdades, e que acabam por oprimir diversas formas de ser ao longo do tempo.” As feministas denunciam que a experiência masculina tem sido privilegiada ao longo da história, enquanto a feminina, negligenciada e desvalorizada” e o feminismo seria uma forma de reivindicar que “pessoas diferentes sejam tratadas não como iguais, mas como equivalentes.” (NARVAS; KOLLER, 2006). Conforme Márcia Tiburi (2018) “feminismo é um significante que preenchemos com o nosso desejo, nossos saberes e ignorâncias, fundando uma trama, um tecido, uma rede, que ajuda a visualizar didaticamente o contexto de nossas relações hoje.”. As relações estão dadas, como as vemos desde que nascemos, e ainda antes, vêm de outras gerações, coletivamente.

Pode-se pensar que há algo tão naturalizado nessa lente, que precisamos explicitar culturas para que possamos, primeiramente, reagir. Reagir ao que nos diminui, ao que tece redes invisíveis porém sólidas de opressão. Ainda segundo Tiburi, o feminismo “é um operador teórico-prático, mas no sentido de um contra-dispositivo. Ele é acionado para desativar o dispositivo do poder da dominação masculina patriarcal.(...) O feminismo é o contra-dispositivo, uma espécie de agulha que fura essa bolha.”. Para construirmos um chão do que é o feminismo, existe uma pauta de onde vem e como se constitui. “Tudo o que fazemos na vida está fundamentado em teoria. Seja quando conscientemente exploramos as razões para termos uma perspectiva específica, seja quando tomamos uma ação específica, há um sistema implícito moldando pensamentos e práticas.” (hooks, b. 2018). Começamos esse movimento feminista buscando perceber e explicitar as tramas na qual estamos inseridas que constroem uma relação sexista, a partir de “uma estrutura de crença firmada em uma verdade absoluta, uma verdade que não tem nada de ‘verdade’, que é, antes, produzida na forma de discursos, eventos e rituais.” (TIBURI, 2018). O feminismo como essa busca pela ruptura na ordem dada, das ditas verdades. Entendendo aqui sexismo como, basicamente, a

discriminação baseada na construção de papéis de gênero.

Compreendendo a mudança de paradigma, tiramos a mulher como objeto de estudo, e única a ser analisada, e colocamos as relações de gênero em foco, “revisada a ideia binária de dois sexos e dois gêneros, o gênero passou a ser entendido como relação, primordialmente política, que ocorre num campo discursivo e histórico de relações de poder” (NARVAS; KOLLER, 2006). Não podemos mais falar apenas na opressão das mulheres, mas entendemos que a questão na qual o feminismo se coloca, abarca a relação entre gêneros, entendendo que no topo da “cadeia alimentar” estaria o homem cis branco e hétero, e que a partir daí há toda uma grade de opressões que aparecem nas relações estruturais e específicas. Para que haja mudança, a estrutura necessita de movimento, na qual todo sujeito social deve estar implicado. “Dito de maneira simples, feminismo é um movimento para acabar com sexismo, exploração sexista e opressão.” (hooks, b. 2018). Quando as tramas tornam-se visíveis, as opressões entendidas, o processo de mudança, para ser amplo, necessita pensar diversas opressões, e entender que todas devem ser quebradas para que haja a construção de outra forma.

Opressões estas, que tecem uma rede na qual a sujeita está inserida. Relações não só sexistas, como igualmente racistas e hetenormativas moldam nosso modo de ver, ser e agir frente à outras. Djamila Ribeiro (2019), cita Sueli Carneiro ao “afirmar que, ao falar de mulheres, devemos sempre nos perguntar de que mulheres estamos falando. Mulheres não são um bloco único - elas possuem pontos de partida diferentes.” Do mesmo modo que ao não considerar feminismo, estarei reproduzindo práticas sexistas; ao não falar de racismo, estarei reproduzindo práticas racistas, minimamente por estar invisibilizando esses moldes de opressão. E assim, conforme Djamila (2019), entender que, se o feminismo questiona, há uma ampla rede a ser questionada “ao pensar o debate de raça, classe e gênero de modo indissociável, as feministas negras estão afirmando que não é possível lutar contra uma opressão e alimentar outra, porque a mesma estrutura seria reforçada. Quando discutimos identidades, estamos dizendo que o poder deslegitima umas em detrimento de outras.”. Quais relações de poder se estabelecem em nossos cotidianos e a importância de revê-las.

Falando de um feminismo genérico, acabo falando a partir do suposto sujeito universal, no caso a mulher branca. Em 1851, Sojourner Truth, mulher negra e liberta após anos escravizada, faz um discurso durante uma convenção sobre direitos das mulheres nos EUA, onde estava sendo discutido o direito das mulheres de trabalhar e confrontado por

homens com a necessidade de elas serem tratadas enquanto frágeis a partir da noção de cavalheirismo. Ela então questiona “E eu não sou uma mulher?”, por ter trabalhado de forma braçal, chorado a venda de filhos e nunca a terem tratado com cavalheirismo, se os direitos das mulheres são revogados e ela não se encaixa neles, ela não seria uma mulher ou as demandas deste feminismo falha ao falar das mulheres como um todo. Quais pautas constituem o feminismo e para quem. Djamila Ribeiro questiona “se o objetivo é a luta por uma sociedade sem hierarquia de gênero, existindo mulheres que, para além da opressão de gênero, sofrem outras opressões, como racismo, lesbofobia, transmisoginia, torna-se urgente incluir e pensar as intersecções como prioridade de ação, e não mais como assuntos secundários.” E Audre Lorde - em seu texto “Não há hierarquia de opressão” -, complementa: “dentro da comunidade lésbica eu sou negra, e dentro da comunidade negra eu sou lésbica. Qualquer ataque contra pessoas negras é uma questão lésbica e gay porque eu e centenas de outras mulheres negras somos parte da comunidade lésbica. Qualquer ataque contra lésbicas e gays é uma questão negra, porque centenas de lésbicas e homens gays são negros. Não há hierarquia de opressão.”

Entendendo que o conceito de feminismo deve ser um dispositivo ético de mudança, e que da mesma forma que considero que o lugar do homem cis é privilegiado em relação ao da mulher, considero que o lugar da mulher branca é privilegiado em relação ao da mulher negra, o da mulher hétero privilegiado em relação a mulher lésbica, e o da mulher cis em relação ao da mulher trans. Uma rede de opressões, que ao entender o feminismo como uma busca por essa quebra, e entendendo que muitas mulheres - considerando quando Djamila diz que “só então compreendi por que muitas vezes eu não me identificava com um feminismo dito universal: porque as especificidades das mulheres negras não eram consideradas.” -, por não serem reconhecidas em suas demandas, não veem lugar neste feminismo, entendo que este só pode ser afirmado a partir de uma afirmação também antirracista. E entendendo que sendo mulher, também sou agente de ações opressoras, “podemos nos tornar irmãs na luta somente confrontando as maneiras pelas quais mulheres - por meio do sexo, classe e raça - dominaram e exploraram outras mulheres” (hooks, 2018).

Assim, tenho entendido e me forçado a pensar o feminismo como não apenas uma força reativa, mas como um movimento de potência entre mulheres, e portanto, de criação do novo, de outras formas de fazer, condizentes com o que se busca. Em palestra no festipoa Literária 2019, Cidinha da Silva fala da diferença entre estrada (aquilo que está colocado,

fatos, história) e caminhos (que seria a estrada que escolhermos percorrer). Entender as direções pela qual percorremos nossos caminhos, na intenção de um andar consciente.

Então, feminismo, primeiramente, como um movimento múltiplo, que engloba diversos temas, realidades, culturas, cores e sexualidades; que não pode ser imposto a partir do que considera-se ser direito da mulher, mas dialogado em cada cultura pelas mulheres inseridas em tal. "A diversidade feminista é a fonte e o efeito do caráter mais profundo do que chamamos genericamente de feminismo." (TIBURI, 2018). Pontuando aqui que tendemos a padronizar o que entendemos como liberdade para as mulheres a partir de um entendimento de mulher e de liberdade ainda muito branco e ocidental. Segundo, como a possibilidade de escolha seja qual for, de gênero, sexualidade, trabalho, construção familiar, e por aí vai. Quando uma mulher decide pelo seu corpo, pelas suas metas, deve ter direito e possibilidades de fazê-las, desde que não atrepele outras nesse caminho, pensando que "não pode haver algo como 'feminismo como poder' se a noção de poder suscitada for poder adquirido através da exploração e opressão de outras pessoas." (hooks, 2018). A liberdade pautada como base, e, conseqüentemente, o respeito pela decisão da outra. Terceiro, a construção do espaço comum, do coletivo e de cada sujeita como parte de um todo. Se entendo mulher como uma classe, como um grupo, como pessoas atravessadas por algo em comum, entendo que para mudar agentes que nos são nocivos, preciso ir além do meu corpo-morada para fazer mudanças. O corpo-morada de outra mulher, também me é responsabilidade se entendo que há uma rede de opressões que oprime a nós todas enquanto coletivo. Como disse Audre Lorde "Eu não sou livre enquanto alguma mulher não o for, mesmo quando as correntes dela forem muito diferentes da minha". Quarto, a construção de possibilidades a partir de uma positivação de ser mulher, para muito além da construção pela oposição ou violência. bell hooks (2018) complementa "o pensamento sexista nos fez julgar sem compaixão e punir duramente umas às outras. **O pensamento feminista nos ajudou a desaprender o auto-ódio feminino.**"

Aqui, chego no ponto, para mim, mais importante. Quando conseguimos de forma consciente, entre mulheres diversas, sair de lugares que aprisionam e limitam, paramos de apenas reagir. Abre-se a possibilidade infinita da criação. Para que o feminismo seja coerente, amplo, real, há a necessidade de se criar novas formas, novos lugares e novas relações, e deste lugar de qual falo, novas psicologias.

Então, constrói-se aqui um feminismo que não é antagônico ao machismo. Uma

mulher que não se dá no oposto ao homem. Rompe-se com a lógica binária de uma ou outro. São diversas. “O machismo se sustentou no mando, na autoridade e no autoritarismo.” (TIBURI, 2018), na construção de padrões certos, que implicam na sua existência o errado, a margem. Construções verticais e hierárquicas. Como construirmos outras relações de poder, que não envolvam violências comuns e cotidianas. Milly Lacombe, ao escrever sobre como mulheres em posições hierarquicamente mais altas buscam o que é esperado de uma masculinidade como posição de poder conhecida por nós, questiona essa ordem dada a partir de uma outra forma de fazer, outra forma de ser chefia, de construir relações cotidianas, de trabalho, “ vamos ter a coragem de incluir e impedir que qualquer uma de nós seja excluída. Vamos criar homens repletos de feminino e mulheres que levantarão orgulhosas a bandeira do feminismo até que não haja mais nenhuma de nós passando fome, sendo discriminada por conta da cor de nossas peles, abusada por causa de nossa verdade anatômica, privada de manifestar amplamente nosso desejo sexual e erótico, impedida de falar, de gritar, de gozar”. E que assim seja.

“Já aconteceram milhares de guerras - pequenas e grandes, famosas e desconhecidas. E o que se escreveu sobre elas é ainda mais numeroso. Mas foi escrito por homens e sobre homens, isso ficou claro na hora. Tudo o que sabemos da guerra conhecemos por uma “voz masculina”. Somos todos prisioneiros de representações e sensações “masculinas” da guerra. Das palavras “masculinas”. Já as mulheres estão caladas. Ninguém, além de mim, fazia perguntas para a minha avó. Para a minha mãe. Até as que estiveram no front estão caladas. Se de repente começam a lembrar, contam não a guerra “feminina”, mas a “masculina”. Seguem o cânone. E só em casa, ou depois de derramar algumas lágrimas junto às amigas do front, elas começam a falar da sua guerra, que eu desconhecia. Não só eu, todos nós. Em minhas viagens jornalísticas, mais de uma vez fui testemunha, a única ouvinte de textos absolutamente novos. E experimentava um espanto igual ao de minha infância. Nesses relatos transparecia o esgar monstruoso do mistério. Quando as mulheres falam, não aparece nunca, ou quase nunca, aquilo que estamos acostumados a ler e escutar: como umas pessoas heroicamente mataram outras e venceram. Ou perderam. Qual foi a técnica ou quais eram os generais. Os relatos femininos são outros e falam de outras coisas. A guerra “feminina” tem suas próprias cores, cheiros, sua iluminação e seu espaço sentimental. Suas próprias palavras. Nela, não há heróis nem façanhas incríveis, há apenas pessoas ocupadas com uma tarefa desumanamente humana. E ali não sofrem apenas elas (as pessoas!), mas também a terra, os pássaros, as árvores. Todos os que vivem conosco na terra. Sofrem sem palavras, o que ainda é mais terrível.”

Svetlana Aleksíévitch, “A guerra não tem rosto de mulher”

5. Experiências

Entendendo o processo como caminhada-construção, penso que, para pensar uma outra prática, seja importante colher experiências diversas, dentro do que se nomeia psicologia, que já propõe outros modos. Utilizar de lugares novos como construção coletiva e potente. Algumas se dizem feministas, outras não. E, também, lugares que fogem a psicologia, mas pelo seu caráter acolhedor se tornam terapêuticos, e entram como proposta de abertura de possibilidades de como produzir a diferença. O que é comum entre estas propostas é a busca por outro fazer, com um olhar consciente de estruturas sexistas na qual estamos imersas. Ou seja, o feminismo como ética do fazer.

5.1. Oficinas de Sexualidade

Em 2014 e 2015, a partir de um projeto de extensão da UFRGS com a professora Rosemarie Tschiedel, e vinculado ao Projeto Saúde na Escola da Unidade Básica de Saúde Santa Cecília, em um projeto bastante interdisciplinar, realizamos diversas oficinas em escolas municipais da região. Comecei o projeto junto a Alessandra da Costa Kasprczak, colega de psicologia, realizando oficinas de sexualidade e auto-conhecimento com adolescentes de 13 a 15 anos. Basicamente, a partir de temas de interesse dos alunos, propúnhamos alguma dinâmica inicial, muitas vezes usando o corpo e movimento, para que a partir dali pudéssemos discutir assuntos diversos, que conforme jogávamos para eles discutirem, jorrava opiniões. Nos colocamos ali como mediadoras e um saber que compunha com os deles, por exemplo, ao falar de sexualidade, colocamos uma caixa que todos poderiam colocar perguntas de forma anônima, já que era um tema bastante tabu, e para respondê-las íamos retirando em roda as perguntas, cada um tirando uma e tentando responder ou jogando de volta para o grupo. Questionamos sexualidades possíveis, gênero, a diferença entre os dois conceitos, orientação sexual, questões referentes ao corpo - como menstruação e mudanças hormonais -, doenças, cuidados necessários - com o uso de materiais da UBS, próteses, camisinha, a caderneta do adolescente produzida pelo Ministério da Saúde -, a possibilidade de não passar dos seus limites, empoderar para dizer não, prazer como muito além do sexo, entre muitas outras coisas. Considero importante neste trabalho os modos como fizemos, sem julgamentos ou tabus, tudo poderia ser dito e aceitamos diversos modos de ser, apenas questionando quando violentava outro colega.

5.2. Sarau das Minas: a Erótica de Audre Lorde

Dia 26 de março de 2019, aconteceu na Casa Fora da Asa - Experiências plurais, no bairro Cidade Baixa em Porto Alegre, o Sarau das Minas, esse especificamente com o tema “o poder da erótica de Audre Lorde”, organizado pela escritora Mariam Pessah. O Sarau é periódico, já teve algumas edições, com temáticas diferentes. Fui por interesse na temática, sem conhecer muito, por acaso. O público era todo de mulheres, exceto por um menino trans acompanhado de sua mãe. Na primeira parte, quatro mulheres escritoras convidadas, entre elas uma mulher trans, leem seus poemas, pautadas pela linha do prazer, abrindo os trabalhos para que outras mulheres se sentissem convidadas, na segunda parte, a ler seus escritos. No evento organizado pelo facebook, havia o convite para a leitura de poemas, diários, ou outros escritos próprios. Quando abriram, me chamou a atenção a quantidade de mulheres que diziam estar lendo coisas suas pela primeira vez em público. Algumas traziam diários, outras poemas, alguns trechos de cadernos, poemas de outras. Um poema sobre sua primeira experiência sexual com outra mulher, outro questionando violências sofridas. Uma menina cantou com o violão. Em algum momento a potência do que estava sendo dito e trocado foi tamanha, que em meio a algumas lágrimas se abriu um diálogo, ultrapassando as palavras do sarau. Juntas discutimos heterossexualidade, e o quão complicado pode vir a ser trans, prazeres, acolhimentos de algumas histórias mais difíceis, e riso solto para algumas mulheres que pautaram superações. No fim, todas foram ficando aquele um pouquinho mais de quem gostou. Sai com um sentimento de reconhecimento e pertencimento, feliz pela troca tão rica, e que mesmo sem eu ter falado nada, outras falaram sobre mim ao falar de si mesmas. Algo ali nos tocou do que nos é comum, e mulheres diversas e desconhecidas compartilharam o espaço de ser coletivo por algumas horas. O terapêutico fora da terapia.

5.3. Conversações em Roda: Encontros Reflexivos sobre Relações Amorosas

Particpei dos seis grupos quinzenais propostos pelas psicólogas Alessandra da Costa Kasprczak e Raquel Guerreiro, no Espaço Conversações: Psicologia e Cultura, de abril a junho de 2019, em Porto Alegre. O grupo foi proposto como percurso, com propostas diferentes a cada dia e uma linha de continuação. Nem todas puderam participar de todos os dias, mas se manteve uma continuidade através das mulheres que ali estavam. As meninas pediram como pagamento três formas de pagamento, um preço base para que minimamente o trabalho não gerasse prejuízo, um preço confortável, que pagaria o trabalho delas de forma

justa, e um preço ideal. Considero importante pensarmos estrutura, pois também dialoga o como tornar possível as práticas. Saliento que tive a percepção de participante, o que traz um lugar de observadora e repleto de sentimentos que iam surgindo a cada encontro. Entre dinâmicas de percepção do corpo, escrita e muito diálogo, tecemos ali uma rede de escuta, reconhecimento e acolhimento. As psis propunham, e permaneciam atentas, mas o acolhimento rolava solto entre todas nós, muitas vezes a partir de histórias pessoais que complementavam a fala/história da outra. As psis tinham propostas em blocos, e espaços entre o que era proposto e o que vinha de demanda e diálogo entre nós, participantes.

Um grupo de mulheres, só de mulheres. Começa com os reconhecimentos, todas se olham. Mais tarde todas disseram estar com receio de estar ali falando, esse olhar inicialmente que parece de julgamento acaba se mostrando de perceber-se seu corpo entre aqueles outros. Mulheres que dizem ter dificuldade e nunca conseguir falar em público, falando. Curioso? O que nos move a trocar estando ali.

A experiência única de falar sobre algo que é de um íntimo muito interior e específico, e olhar para o grupo que demonstra compartilhar desse sentimento. Uma sensação que correu a todas: que a outra falou o que nós precisávamos falar mas não tínhamos conseguido colocar naquelas palavras. A construção de uma narrativa em grupo que cria o que nos é comum. Movimento de empatia, de reconhecimento de si na outra, de espelho. Principalmente de acolhimento. Expôr-se na não-perfeição, erros são iminentes a existência, ouvi-los e acolhê-los. Quando falo em voz alta algo que não lido bem em mim mesma, para um grupo grande de outras mulheres, o que se produz? Quando falo em voz alta meus defeitos e sou aceita e acolhida assim mesmo, e ainda outra mulher que admirei a história concorda em sentir o mesmo, a possibilidade de transformar lugares de cobrança.

Durante o grupo, nos questionamos os lugares de (im)perfeições. Uma das perguntas que nos foi colocada: “o que é importante para mim?”. Todas idealizamos, o que achamos que deve ser importante para si. Processo de ter coragem de olhar para si e ouvir, mesmo que um sentimento dito feio, ouvir, o que me é importante? No momento, recém descobri que me é importante o reconhecimento da outra. É isso. Olhar, encarar, aceitar e assumir. Para então tornar o processo ativo.

5.4. Roda de Mães - grupo de apoio a puérperas e gestantes de Mama Core

Escrevo esse relato a partir de uma conversa com a psicóloga Fernanda Bonet,

integrante do coletivo **Mama Core**, composto também por Marília Coelho de Souza e Lívia Schreder. Elas estão propondo um grupo semanal a mulheres-mães gestantes ou em puerpério. Fê fala que seu processo de puerpério (período pós-parto) foi bastante difícil, nomeia como se estivesse em uma “mama-esfera”, inacessível em um novo ritmo e com questões que apesar da ajuda de outras pessoas, não chegavam ao ponto de acessá-la em seus anseios, nos momentos na qual sua filha acordava de madrugada, ou na qual chorava sem razão evidente. A ideia de um grupo de mulheres gestantes ou no puerpério, é que possam, entre “mama-esferas”, compartilhar de experiências da qual muitas nomeiam solidão como algo em comum, mesmo com uma rede de apoio ativa. A experiência de recém tornar-se mãe com um bebê para dar conta, a relação com o/a companheiro/a, seus anseios como mulher e ainda a pressão para ser a melhor mãe possível. Trabalham dentro do conceito de **maternagem possível**, que tem no campo de vista uma maternagem consciente (sling, amamentação, livre demanda, educação em casa, pé na terra, etc.) e outra tradicional (tudo o que as mulheres mais velhas lhe passarão como importante e seguro), mas encontram seu ponto do que é possível para sua realidade e seu cotidiano fazer, sem tornar-se uma demanda maior ainda de fazer “perfeito”.

Como organização do grupo, acontece semanalmente, em uma sala, e trabalham com a ideia de contribuição espontânea, propondo um preço mínimo, ideal e de incentivo. As mulheres podem trazer seus filhos, mas que principalmente consigam naquele espaço falar não sobre eles, mas sobre si como mulheres-mães. Mesmo assim, a proposta é por livre demanda do que as mulheres trarão no dia, apostando que serão temas pertinentes pelo momento de vida em comum. As organizadoras prezam por uma relação horizontal, na qual, por terem crianças um pouco maiores, participam muito do grupo com vivências próprias, e são muito questionadas sobre suas experiência. Fê pontua que colocam seus processos como um entre tantos, como informação, cuidando para não se colocar como mais certo, criando-se assim as experiências erradas. Enfatiza como um local de muita escuta, que as próprias participantes do grupo acabam respondendo questões umas das outras, por estarem em processos similares, ou terem recém passado, trocam pelas experiências em comum. Comenta que ao finalizarem o grupo com a escolha de uma palavra por participante, esperança, fortalecimento e troca são palavras recorrentes. A ideia é que possam formar redes para além dos grupos, de apoio e escuta, que extrapole o tempo delimitado. Fê entende que para ela, como também terapeuta-mulher-mãe ali, acaba sendo terapêutico por também estar fazendo

parte da troca, por se reconhecer nesse processo.

Pensando processo, Fê fala que é importante lidar com a impermanência do grupo, de serem mulheres com crianças pequenas, nem sempre poderão ir, e em um momento mais frágil, na qual acabam indo quando há uma necessidade de apoio. Dali poderão vir outras propostas, tanto de terapia individual, como de auxílio em processos específicos do desenvolvimento do bebê, de outros grupos de troca, enfim, ali como foco de potencialização de uma rede diversa.

5.5. Coletiva Raízes

Conheci essa coletiva pelo instagram @coletivaraizes. Colocaram-se como coletiva feminista de psicólogas, e foi isso que chamou minha atenção. Marquei com as psicólogas Eugenia Lena Dorneles e Luiza de Azevedo Pacheco um café na redenção, estava me introduzindo nas especificidades da prática denominada e queria saber delas as razões e o que produz. Primeiro conversamos bastante do porquê se denominar feminista, falaram da importância de ter o viés explícito, principalmente em um momento de retrocessos que estamos vivendo. Disseram ter conversado sobre entre elas, escolhido um nome e feito a página ainda sem muito delineamento do que seria, fazer a página para começar a **movimentar**. Para mim, este é um dos pontos de maior importância, construir uma coletiva a fim de **formar rede**, as meninas falaram que valeu a pena ter feito apenas pelas pessoas que entraram em contato com elas, e movimentos que só aconteceram pela criação da coletiva, como o meu encontro com elas. A importância de estarmos dispostas ao diálogo, buscando trocas dentro destes meios ainda novos. Conversamos muito, sobre feminismo, como colocar na prática psi, as meninas pautam bastante a questão de classe. Acreditam que fazer uma psicologia feminista é primeiramente ter uma ótica feminista sobre os diversos assuntos. E sobre disseminar possibilidades e pautas do feminismo. Um dos planos, é construir uma rede de **atendimento social**, na qual diferentes profissionais psis, em diversos locais - podendo abranger maior área da cidade, e até do país -, atenderiam uma ou duas mulheres por um preço mínimo ou gratuito, conforme suas possibilidades e limites profissionais. Sendo muitas, cada uma faz pouco, e o efeito é grande sem sobrecarregar ninguém. Assim, mulheres que escapam às práticas psis por questões financeiras também estariam sendo atendidas, em uma lógica na qual o feminismo deve abarcar todas as mulheres, independente de raça/cor ou classe social. Além disso, as meninas estavam se aproximando a alguns serviços de saúde

pública de Porto Alegre, para pensar com os serviços como pautar questões de gênero, a fim de disseminar e impulsionar a questão. Sair da clínica individual, propondo rodas de discussão na qual o papel psi pudesse ser educativo para questões feministas, para um lugar psi, mais ativo e propositivo.

5.6. Relato Ângela Ruschel que atua na Atenção à Violência do Hospital Presidente Vargas

Ângela trabalha como psicóloga no Hospital Presidente Vargas, e é uma das responsáveis na equipe especializada na Atenção à Mulher e Situação de Violência Sexual. Ela foi um dia falar sobre seu trabalho em uma aula minha na UFRGS. Dentre vários dados muito importantes que trouxe, falou sobre sua prática, e de como fazia diferença quem e como acolhe para o que será contado - ou não. Pedi que me escrevesse algo sobre isso, e Ângela me mandou este pequeno relato, que achei interessante colocar na íntegra, pois questiona o lugar como psicóloga. Segue:

“Falar da violência sexual é desnudar o que se tem mais íntimo e muitas mulheres tomam a decisão de guardar para sempre, a sete chaves, essa experiência. Não quer dizer que já não tenha havido alguma tentativa de revelação: nos casos de abuso sexual na infância, a 1ª revelação, ainda durante o andamento do abuso, é muitas vezes desacreditada. As mães ou cuidadores a quem é direcionada essa “denúncia” negam ou diminuem racionalmente a possibilidade de que o abuso sexual seja verdade porque isso exige uma série de atitudes e uma sequência de mudanças que pode ser vista como desastrosa. Então, não acreditar é uma alternativa de caminho. E muitas vezes o abuso segue acontecendo. O sentimento de culpa, por estar causando muitos estragos na organização familiar e a construção de uma crença interna de responsabilidade da vítima por ter desencadeado/provocado a situação não conversa com os aspectos racionais do sujeito.

Assim, revelar a violência sofrida não é tarefa fácil. A maioria das mulheres nunca fala, guarda essa vivência como segredo durante a vida. Já em acompanhamento terapêutico, mesmo tentando dizer, ou falando disso entre outras coisas mais banais, ainda meio querendo não dizer... as pacientes invertem o papel do analista, como para testar o quanto seu interlocutor é capaz de acolher e escutar o que é dito. Pode-se pensar que o tanto insuportável que é para a mulher falar do seu estupro ou das marcas de anos de abuso sexual sofrido na infância é, muitas vezes, também não suportado pelos profissionais. Alguns expressam

oficialmente que ‘não atendem esses casos’ - como se pudessem de antemão eliminar o passado causador dos sintomas do sujeito adulto que hoje busca terapia; outros não tomam pela escuta o que não sabem como conduzir e que talvez também seja muito nebuloso ou dolorido de acolher. Eu diria ainda, que para escutar é preciso estar sensível ao que está sendo dito, é se deixar atingir pela dor e pelo sofrimento através de um acolhimento ativo. Diversas mulheres relatam psicoterapia que tiveram tentativas fracassadas de revelar a violência que sofreram e dizem que percebiam que não se sentiam acolhidas e mudavam de assunto. É como se testassem a possibilidade de libertar-se desse segredo falando em terapia, mas sem sucesso. São pequenos gestos, ou a postura física, ou ainda uma pergunta que redireciona o assunto... que para as mulheres têm como efeito uma nova decisão pelo silêncio. De quem é a resistência? E a terapia se encerra, por diferentes motivos oficiais, mas tendo como pano de fundo a percepção de não escuta de sua história de violência sexual.

A formação do psicólogo exige, além do trabalho pessoal de terapia, uma ampla preparação teórica e de experiência em temas que, frequentemente, passam à margem da formação acadêmica. A violência contra a mulher, e em especial, a violência sexual e seus agravos, é, seguramente, um desses temas. Temática que exige envolvimento e trabalho multiprofissional, outro foco importante na formação dos psicólogos que decidirem trabalhar com a saúde pública e suas diversas nuances.”

“Assim, enquanto as terapias tradicionais pretendem-se apolíticas, as terapias feministas assumem um compromisso marcadamente político com a mudança; enquanto as terapias tradicionais recorrem a construtos intrapsíquicos para compreender o sofrimento psíquico, as terapias feministas focalizam os fatores contextuais, em especial as desigualdades e a opressão, como origem das dificuldades individuais e familiares; enquanto as terapias tradicionais buscam o ajustamento, a normatização e normalização dos indivíduos e das famílias a papéis tradicionalmente prescritos, as terapias feministas problematizam esses papéis e normas; enquanto as terapias tradicionais estabelecem relações de poder-saber marcadamente desiguais com os/as cliente(s), as terapias feministas validam os saberes individuais e as experiências singulares dos indivíduos e das famílias, valorizando as diversidades e reduzindo o mais possível as diferenças de poder-saber envolvidas na relação terapêutica.” (NARVAS; KOLLER, 2006)

6. Práticas Psicoterapêuticas - feminismo como ética

Para a janela da psicologia, o que nos é comum enquanto mulheres e quais questões de saúde mental englobam nosso recorte? Por que falar de mulheres? Como chegam a esse comum que trança uma rede de compartilhamentos e acessos? Considerar que há uma rede de significantes que nos pautam o cotidiano, e que estes, através de uma lógica sexista, limitam as possibilidades de existência. Pensando que até há pouco tempo se relacionava muito psicopatologia nas mulheres como doenças de útero, de ovários, hormonais, sendo uma prática comum, inclusive, a retirada dos ovários como cura para algumas questões psiquiátricas. Ou ainda, pensar quantas mulheres foram internadas por terem traído seus esposos, ou por serem lésbicas, por práticas sexuais vistas pela sociedade da época como anormais, ou tomar posições de confronto que não eram bem vistas. “Partimos da compreensão que os processos de adoecimento psíquico são permeados por questões sociais e de gênero. Assim, intervir, seja na forma de psicoterapia ou prevenção, envolve discutir a importância da perspectiva feminista para problematizar múltiplas questões que afetam o viver e o adoecer das pessoas.” (ALVES, 2013).

Posso pensar em memória coletiva, da construção grupo, de uma (in)consciência comum, de medos, construções e lutas. A questão de, mesmo sem nunca ter sofrido uma violência sexual, por exemplo, existe algo comum que partilhamos, uma possibilidade, uma posição, que por sermos mulheres, apenas, compartilhamos. A partir de um contexto social, investigar o contexto na qual a mulher está inserida “em termos da distribuição de papéis e privilégios atribuídos em função de gênero e de outras construções sociais, como orientação sexual, classe e cultura. Questionam como essas variáveis interferem na vida da cliente [paciente], em suas possibilidades de fazer valer seus direitos, de garantir sua integridade e de realizar suas escolhas.” (FIDELES, 2014).

Pensemos o cotidiano, o que converso, horários e do que me alimento, hora que acordo, modo como me locomovo, o que visto, tudo isso são práticas do cotidiano que são embasadas pela cultura na qual estamos imersas. Conforme entro em contato com outras culturas, ou outras formas de pensar estas questões, questiono as minhas próprias. Quanto mais nos informamos das diversas possibilidades, mais conscientes serão nossas escolhas de como e por que fazer de tal forma, e principalmente, qual queremos fazer. A psicologia está diretamente ligada às existências cotidianas, ao modo como fazemos e reproduzimos padrões, e quais dessas coisas nos trazem angústias ou prazer, questionar esses locais e possibilidades

de existência, se torna base para outra forma de entender psicologia. Nada do que fazemos é neutro, portanto, nem a psicologia como instrumento, pois entende uma visão de família, de indivíduo, de coletivo e de possibilidade que irá pautar nossas práticas psis. Como já dito anteriormente, partindo de um entendimento de mundo que se dá pelo racismo, sexismo, entre outras opressões, e pela heteronormatividade, pensar aqui uma psicologia feminista, seria pensar ela fora destas opressões. Se não há neutralidade, a clínica que se diz neutra reproduz estes padrões tão arraigados em nossa forma de ver. Então, cada pessoa que será atendida por uma psicóloga, estará imersa nestes significantes. Como escreve Marília Saldanha (2016) “Os problemas não podem ser individualizados pela psicologia, pois o mundo social que entra na sala de atendimento também constitui as questões que as mulheres trazem”. Questionar as estruturas culturais torna-se base para qualquer prática, e “entendendo que toda atividade humana, na medida em que está implicada, é política, é preciso que explicitemos nossos pressupostos teórico-epistemológicos e, ao fazê-lo, assumamos os aspectos político-ideológicos inerentes às nossas práticas.” (NARVAZ; KOLLER, 2006). Entendendo que o que nos chega como demanda é da ordem do social, do cotidiano, das experiências vividas.

Como pensar e construir, então uma psicologia feminista. Sabemos ao que a Psicologia Feminista se opõe, o que ela não é. Mas o que ela pode ser? “A identificação de que a psicologia e de que feminismo estão falando é pouco visibilizada, o que torna a identificação dos próprios enunciados nebulosa, uma vez que se definem pela oposição (crítica ao patriarcado, à dominação masculina, ao falo-androcentrismo, ao positivismo, à neutralidade, etc) mais do que pela via da positivação” (SALDANHA, 2016). Considerando então que na academia, em diversas áreas, quem escrevia, quem aparecia na mídia, quem falava alto, quem tem palanque dado, são homens, a história não é contada por mulheres, nem escrita. Para falarmos de outras possibilidades, ver a história a partir de uma categoria útil de análise, atenta à questão de gênero, faz-se necessárias outras narrativas, outras produções.

Importante colocar que aqui que ao falar de psicologia feminista, não falo de nenhuma linha teórica específica, acreditando que a relação que se estabelece é muito mais importante. “Também por esta razão muitos/as autores/as insistem na ideia de que não há apenas uma metodologia feminista específica, mas antes um conjunto de metodologias que, ao ser usado ao serviço dos princípios feministas, pode ser denominado de metodologias feministas.” (NEVES; NOGUEIRA, 2003). Assim, a psicologia feminista não se coloca como teoria, e

sim como uma **ética** necessária aos modos de fazer e pensar, para que haja compromisso com uma mudança nas formas. Principalmente entendendo que ao falar de feminismo aqui, não procuro unificar os conceitos, e sim, pensar como produzir outras relações a partir da não opressão (machista, racista ou sexista). A psicologia é toda pautada pelas formas como nos relacionamos, e ter clara a trama na qual estamos imersas facilita outras formas de intervir. Durante uma fala de Ângela Ruschel, psicóloga que trabalha no Hospital Presidente Vargas com o acolhimento de mulheres vítimas de violência sexual, ela fala que o modo como respondemos ao que as pacientes estão contando, também fará com que elas contem uma história ou outra.

A partir de considerações para a possibilidade de outra prática, proponho **pontos para a construção de uma psicologia pautada pela ética feminista:**

6.1. Coletivo como potência

“Para superar esse estado de esquecimento, o que a perspectiva feminista nos ensina é começar pela reconstrução dos comuns.” (FEDERICI, 2017). A partir da construção da trama na qual estamos inseridas e que nos produz comuns, podemos nos entender enquanto categoria. Quando comecei a pensar esses escritos, entendi como meu momento feminista sendo a junção de mulheres, esse movimento, essa espiral do que se cria ali, no diálogo e na reunião.

Esse comum, que não tem uma borda muito delineada, acaba criando uma rede segura. O **dispositivo grupo**, para se trabalhar feminismos, pode vir a ser muito potente. Percorre um reconhecimento de si na fala das outras, uma nomeação de vivências pelas experiências da outra. Colocando novos significados em velhas situações. Neste formato, há mais possibilidades de intervenção em comparação com a psicoterapia individual, pois pode se propor temas, ou o apoio de outras mulheres que participam e que tem ensinamentos para compartilhar e trocar. Permitindo assim, que a profissional mediadora preserve um papel que tem ali de compreensão e acolhimento em relação a todas, e permitindo que o próprio grupo intervenha de forma mais propositiva. Conheci redes de cuidado entre mulheres, sem retorno financeiro, que se revezavam para auxiliar algum delas, em uma lógica que se apenas uma acolhe, se sobrecarrega junto, se todas acolhem, todas se cuidam e fortalecem.

Neste percurso, o psicodrama traz uma pista interessante, de não poder falar pelo outro, o que errou ou o que deve fazer, ou generalizar algo que faz, “nós temos essa mania”,

mas pessoalizar - “eu faço, me lembrou tal situação familiar, em uma ocasião semelhante eu procedi de tal forma”. A outra recebe melhor quando não se sente exposta ou atacada, e o efeito de compartilhar a vivência da outra torna-se potente para quem compartilha, que está falando de si e já em processo terapêutico.

É importante que a fala circule pelas participantes, e que a mediadora consiga suportar o silêncio quando necessário. Ao permitir que o silêncio aconteça, se permite que outras vozes - nem sempre tão autorizadas a falas públicas, autorais, a falar em voz alta -, o preencham. Silenciar às vezes é sobre não preencher um espaço que pode ser vazio, e que permite o tempo para se permitir saber o que se quer falar e como, com intenção e não ânsia.

6.2. Educação como prática psi

“Educação como prática de liberdade”, título do livro de bell hooks, que diz, pensando educação: “Fazer da sala de aula um contexto democrático onde todos sintam a responsabilidade de contribuir é um objetivo central da pedagogia transformadora”. Entendendo que a educação proposta por bell hooks foge à sala de aula, e implica engajamento político na existência de nós todas e cada uma em um contexto, pode ser pensada e ampliada para os lugares possíveis da psicologia. A autora narra seu percurso como professora, escritora e mulher negra, evidenciando o modo de professores e professoras negras, em sua vida escolar na infância, em que se aprendia “desde cedo que a devoção ao estudo, à vida do intelecto, era um ato contra-hegemônico, um modo fundamental de resistir a todas as estratégias brancas de colonização racista” (hooks, 2018). Neste sentido, sua análise evidencia a relação com a língua do opressor da população negra e o quanto foi preciso aprender desta língua para criar formas de resistência, “os negros escravizados pegaram fragmentos do inglês e os transformaram numa contralíngua”. Na mesma obra bell nos indica o caminho de articulações de práticas destacando seu compromisso com a política feminista e com a luta de libertação negra na premente necessidade de confrontar questões de raça e gênero na experiência educativa em suas diferentes formas de se constituir nas relações na sociedade. Pensar o diálogo da psicologia com a educação e uma ética feminista abre espaço para compor também com as vozes que ocupam lugares desiguais entre mulheres brancas e mulheres negras; “aprender não só com os espaços de fala, mas também com os espaços de silêncio; que no ato de ouvir pacientemente outra língua, possamos subverter” as posições que nos hierarquizam oprimem e distanciam. Para a Psicologia Feminista, se propôr a educar

sobre outras formas de existir, sexualidades, pequenas violências, empoderamento, é uma forma de questionar e produzir a realidade que muitas vezes diminui e individualiza questões de mulheres. Em uma ideia até de prevenção em saúde mental, educar para que possa ser questionado e entendido antes de ser absorvido como uma questão pessoal e de fracasso. Produzir mudanças ativamente nas formas de entender relações, permitindo que a troca e a escuta ajude a abrir campos de possibilidade.

6.3. Terapia como lugar de testemunho

A escuta com o compromisso do que produz a partir do que ouve, considerando o viés feminista. A vida das mulheres muito pautada por um cotidiano, principalmente as antigas, na qual o que se torna questão são as relações com filhos, maridos, estar sozinha, insegurança. Histórias que não parecem dignas de ser exaltadas e muitas vezes calam. Esse lugar privilegiado da psicoterapia que colhe dessas histórias não o glamour, mas o que se faz questão. O lugar do testemunho, da escuta e reconhecimento, permitir lugar e voz ao machismos, ao ser mulher, ao estar sobrecarregada, do individual para o coletivo, o privado é político, coletivizar vivências.

Existe uma importância muito grande de reconhecermos as violências que são cometidas estruturalmente, que coloquemos títulos, que haja um reconhecimento público desta estrutura. Assim, outras e diversas mulheres podem fazer releituras de situações na qual estão imersas sem perceber, e outras dar nomes a situações até então vividas e sentidas sem lugar para escape. Há uma sensação de falta de sentido na palavra, no sentir, quando o que é sentido - baixa autoestima, violências físicas, abuso sexual, ser pouco ouvida por ser mulher - não é reconhecido, desvalida o que ela está sentindo ou dizendo, esvazia o poder, a potência do que pode ser comunicado.

Retomo a importância da psicóloga ter uma escuta feminista, pois algumas coisas da qual será testemunha, devem ser ouvidas com muita atenção para que sejam reconhecidas como estruturais e não individuais, ou que seja levantada a hipótese de ser. E outras ditas e percebidas por quem se conta, precisam ser validadas com muita atenção, para que não esvazie a palavra da mulher que conta, a partir de uma desconstrução que se ela não estiver com uma base forte do que diz, poderá calar. Estudar mesmo o assunto, participar de outros diálogos, muitas coisas se repetem quando começamos a traçar opressões em comum, estar disposta a dialogar sobre permite que possa perceber com mais facilidade pequenas

violências.

6.4. “Não” como uma palavra feminista

Durante meu estágio em uma equipe de saúde mental, na qual atendia muitas mulheres, reconheci no corpo da mulher o ponto de angústia, ponto de silenciamento. No peito, quase garganta quase coração, entre o que se sente e o que não se fala, muitas começavam a falar e colocavam a mão ali, como a acariciar, às vezes ainda antes, sentadas na sala de espera. “Às vezes chega a me doer as costas de tudo que eu penso e não falo”, tudo que ela guarda. Converso e trabalho com ela a possibilidade de dizer não, de estabelecer suas vontades, de se colocar. De deixar essa tensão toda sair, como desejo. Saber dizer não, é ter em vista a possibilidade de escolher. A partir de si, suas próprias vontades, desejos, escolhas, sim ou não? O “NÃO humaniza as mulheres porque elas afirmam nele o direito sobre o próprio corpo e a coerência interior entre suas ações e vontades. Bem como, o SIM humaniza as mulheres na medida em que for dito de forma consciente e não por pressão social ou contexto” (SAFO, sem data).

Chama a atenção, em atendimentos que fiz, no meu próprio processo, nos diálogos com amigas próximas, a questão de não conseguir impôr aos outros nossos limites. Em meio a tantas demandas de tantos que circundam uma mulher, uma mãe, uma profissional, entender e buscar esse entendimento de qual o desejo que move a si mesma, para além de tantos desejos alheios. “Quem cala não consente. Apenas quem fala consente... ou não-consente. Para internalizar isto é necessário uma mudança radical nas estruturas de pensar e agir. Aderir essa consciência é aderir o compromisso não apenas de comunicar seu desejo e vontade, mas aderir também o compromisso de criar contextos de comunicação. Contextos que convidem as mulheres a falar abertamente sobre as coisas” (SAFO, sem data).

Existe toda uma construção de como deve ser uma mulher, sempre sorridente, solícita, simpática e amigável. O processo de aprender a não corresponder ao que a outra espera de si, poder negar mesmo que faça mal ao outro, que crie uma falta, torna-se importante na medida que não fará mal a si própria.

6.5. Terapia como ensaio

“Que palavras ainda lhe faltam? O que necessitam dizer? Que tiranias vocês engolem cada dia e tentam torná-las suas, até asfixiar-se e morrer por elas, sempre em silêncio?” (LORDE, 1978), sobre ser mulher e não estar acostumada ao lugar de visibilidade seja no

sentir, expor, intelectual, sempre como imagem que se acostuma a ser exposta quanto corpo. Entramos nessa tal nova era, na qual as mulheres não estão apenas sendo faladas, estão falando, colocando rostos e histórias para o público.

O processo começa em poder se ouvir, desejos, ânsias, para então poder dizer não, ou um sim ciente de sua escolha. Dali, os silêncios constrangidos, de quem, acostumadas em não serem ouvidas, antes próximos ao “quem cala consente”, tem a possibilidade de vir como potência. “E, certamente, tenho medo, porque a transformação do silêncio em linguagem e em ação é um ato de autorrevelação, e isso sempre parece estar cheio de perigos. (...) No silêncio, cada uma de nós desvia o olhar de seus próprios medos - medo do desprezo, da censura, do julgamento, ou do reconhecimento, do desafio, do aniquilamento. Mas antes de nada acredito que tememos a visibilidade, sem a qual entretanto não podemos viver, não podemos viver verdadeiramente.(...) E essa visibilidade que nos faz tão vulneráveis, é também a fonte de nossa maior fortaleza” (LORDE, 1978). Quem não é vista não é lembrada, quem não é visto ou foi atropelada, ou está sendo. Tornar-se visível é um processo político, é um processo coletivo, de quem se entende parte do comum, e se expõe não só por si - mas também, o que não é falado engasga -, mas pelo todo, pelas outras, pelo lugar que representa, pelas lutas que representa.

Os processos terapêuticos aqui com a importância de serem **espaços seguros** para esses ensaios de fala, na ideia do testemunho, quando uma mulher testa no espaço terapêutico seu discurso, e a inteligibilidade dele, é nosso papel reconhecer e devolver a potência, para que possa ser dito mais alto e para mais gente. Audre Lorde complementa “porque só assim sobreviveremos, participando num processo de vida criativo, contínuo e em crescimento.” produzir outras formas para questionar as atuais.

6.6. Possibilidade singular de ser

“Falo isso pensando que é direito de cada um inventar-se. A questão da identidade tem tudo a ver com isso. No contexto do patriarcado a identidade é um parâmetro heteroconstruído; no feminismo a identidade é um elemento da construção de si que passa necessariamente pelo autorreconhecimento de cada um acerca de si mesmo. As mulheres trans, nesse sentido, têm todo o direito de se dizerem mulheres, do mesmo modo que qualquer pessoa que se identifique com esse signo.” (TIBURI, 2018) Entendendo que a construção de ser de cada uma é única, seja em questões de gênero, sexualidade, ou qualquer

outro tema, ter estes pressupostos limpos de expectativas coletivas e a escuta aberta ao desejo singular.

Retomando a trama que visa papéis específicos para cada gênero, ao confrontarmos o que é esperado estranhamos: a mulher que paga as contas, e mulher que joga bola, a mulher que toca pagode, a mulher que odeia cozinhar, a que bebe e fala alto, a mulher que tem pinto, a juíza, a mulher que não se depila, a mulher que fala de sexo, a mulher que namora outra mulher, a mulher se tornou diretora da empresa. Demonstrando que necessitamos “(...)enfatizar a questão da diferença, da subjetividade e da singularidade das experiências, concebendo que as subjetividades são construídas pelos discursos, em um campo que é sempre dialógico e intersubjetivo.” (NARVAS; KOLLER, 2006), para que o processo terapêutico possa buscar desejos para além dos colocados como únicos - considerando que estes não tem valor menor, apenas, diferente. “Por isso é importante sustentar a singularidade das pessoas, a identidade que cada um reivindica para si (...).E o que reivindico para mim, o direito de ser quem eu quero ser, não pode jamais significar a imposição de minha compreensão de mundo, ou de mim mesmo, ao outro” (TIBURI, 2018).

6.7. Escuta às lesbianidades

“O lugar heterossexual pode ser uma dificuldade no atendimento de uma lésbica.” pontua Janaína Rossi (2019). A heterossexualidade compulsória - basicamente, o entendimento hegemônico social de que todos somos heterossexuais por natureza, produzindo outras sexualidades como desviante -, sempre se espera e se produz desejos a partir da construção heterossexual. Estudamos dentro da academia, e lemos muitos casos e estudos sempre a partir de um sujeito desejante a partir da heterossexualidade, que particularidades escapam? Que mundo que não é abrangido? A autora continua “A ética profissional é exigida de todos independente de estarem em um lugar subjetivo hegemônico (brancos, ricos, heterossexuais), mas na prática acaba não sendo suficiente esse posicionamento para evitar reproduções de violências no atendimento”. Se faz necessário reforçar o lugar do feminismo enquanto ética aqui, pois se propõe a abarcar em seus estudos e mudanças outras sexualidades, colocar-se como profissional ativa de estudar, ouvir e buscar sujeitas lésbicas.

Uma vez em terapia, estava falando sobre questões pessoais, sobre algo específico de me relacionar com uma mulher, e falei algo generalizando, como se fosse óbvio, minha

terapeuta pontuou me perguntando tranquilamente como aquilo se dava, que para ela era novo. Admirei seu posicionamento, que me permitiu pensar em como explicar, dando um lugar para minha sexualidade ali. Como pontua Janaína “ter em conta que seu olhar é heterocentrado pela sua construção de vida até então, e pode deixar de enxergar muitas coisas”, e a partir disso se propôr a ouvir, perguntar e estudar, a fim de buscar reconhecer essas brechas.

Se a mulher por si só já tem um perigo maior de sofrer violências de gênero, a mulher lésbica ainda soma a isso a homofobia. Entendendo grades de opressão, e o quanto pode ser pesado carregá-las (se esta mulher lésbica for negra, aumentam suas chances de violência), é importante aqui considerar um conceito de “lesbocídios, seus agentes são as instituições e relações opressivas.” (ROSSI, 2019) ou como é dito no dossiê do lesbocídio, “lésbicas são suicidadas”. Entendendo que por serem socialmente mal-quistas, são muitas as mãos que ajudam no ato. Pensando a invisibilidade e os atropelos que falo ao pautar a transformação de silêncio em ação, a partir de Audre Lorde - esta mulher, negra e lésbica.

Retomo a terapia como testemunho, e a importância da construção de uma narrativa representativa. No zine “Sapatão e Ficção”, na qual aparecem contos com diversos assuntos com protagonistas lésbicas, Natália Affonso deriva: *“Me peguei pensando no quão importante é que nossas histórias estejam sendo contadas e recontadas, que haja memória, que a gente saiba dos caminhos umas das outras e que esses se cruzem (...). Nas fotos (...) vejo abraços, cabeças nos ombros, gargalhadas, pessoas folheando livros e zines com sorrisos no rosto, eu vejo muita beleza, alegria, afeto. Vejo pessoas que se acostumaram a ter suas narrativas pautadas pelo medo, pela dor, pela invisibilidade, vivendo suas vidas plenamente, respirando arte, falando sobre si e sobre ser. Eu olho para essas imagens e almejo futuros nos quais elas sejam o cenário da maioria de nossas histórias”*. Novamente, em uma sociedade na qual pautamos “sair do armário” o lugar da terapia como ensaio dessa saída deve ser de potência e acolhimento.

6.8. Potências como busca

Na psicologia, formas de fazer baseado na maior parte por pensadores homens, sendo que a prática é realizada na sua grande maioria por mulheres, conforme uma pesquisa realizada pelo Conselho Federal de Psicologia em 2013, 88% das profissionais em atividade são mulheres. Que diferença de fazer traz pro cotidiano, pras práticas diárias, e para as formas

de cuidado? Quando falamos de ler e teorizar baseado em mulheres estamos falando sobre outras formas de fazer, sobre reconhecer as suas vivências em teorias. Construir um sujeito universal distante da realidade da mulher, acaba diminuindo suas potências – seja no reconhecimento do machismo, seja na forma de ouvi-lo, seja no conforto de poder se falar sobre, ou no quanto se acredita em suas potências enquanto mulheres. Ou que a veja como vítima, frágil, depressiva. Recordo-me de uma reunião na qual falávamos de um grupo que acontecia no espaço, e a psicóloga responsável falou que não gostava, em geral, de atender mulheres pois eram muito depressivas. O que vemos nas mulheres? A busca do terapêutico tem de ser de auxílio, “ao invés de centrar sua atuação na redução da sintomatologia decorrente dos processos de vitimização decorrentes de experiências reiteradas de desqualificação e violência, a intervenção terapêutica feminista busca validar a experiência feminina, auxiliando as mulheres na identificação de suas capacidades e de suas competências.” (NARVAS; KOLLER, 2006).

Em contextos na qual mulheres são constantemente desacreditadas, o lugar terapêutico há de ser de potencialidades, de apoio e confiança nas metas que serão alcançadas. “Levando esses aspectos em consideração, podemos pensar que o feminismo é um signo para muitas definições possíveis, todas incompletas, carregadas das mais diversas potências – às quais daremos o nome de potências feministas.” (TIBURI, 2018). No lugar de terapia, acreditar no potencial de mudança da paciente, vê-la como capaz, produz.

Em busca da retomada do conceito de potência em nós, Audre Lorde (2009) construiu o conceito de erótico como poder, “um recurso que mora no interior de nós mesmas, assentado em um plano profundamente feminino e espiritual, e firmemente enraizado no poder de nossos sentimentos não pronunciados e ainda por reconhecer.” O erótico não-pornificado, mas sobre prazer, potência e ápice. Dado como poderoso, o erótico nos foi suprimido e até negativado, construído para as mulheres a partir de conceitos como putas, vadias ou dadas, para quem ousasse usufruí-lo. Inclusive com imposições sobre nossos corpos, padrões inalcançáveis que formaram gerações de mulheres que vivem buscando a perfeição de seus corpos, e negando a si mesmas prazeres. A negação do gozo. E para muito além do sexo, mas a partir sim de uma permissão de poder gozar, olhar para si, com autoestima elevada, entender que merece, “porque o erótico não é sobre o que fazemos; é sobre quão penetrante e inteiramente nós podemos sentir durante o fazer. E uma vez que saibamos o tamanho de nossa capacidade de sentir esse senso de satisfação e realização,

podemos então observar qual de nossos afãs vitais nos coloca mais perto dessa plenitude.”

Seguindo os pontos dessa construção, se aprendemos ao dizer não ou sim a ouvir nossos desejos, o próximo passo é a busca pelo que se entende que se deseja, ao munir uma mulher que entende o que deseja que ela merece sim o melhor, a fórmula da potência dela mesma estará dada. Audre Lorde finaliza, “fomos criadas para temer o sim dentro de nós, nossos mais profundos desejos. Mas quando aprendemos a identificá-los, aqueles que não melhoram nosso futuro perdem seu poder e podem ser mudados. O medo de nossos desejos os mantém suspeitos e indiscriminadamente poderosos, já que suprimir qualquer verdade é dotá-la de uma força insuportável. O medo de que não vamos dar conta de crescer além de quaisquer distorções que possamos achar em nós mesmas é que nos mantém dóceis, leais e obedientes, definidas pelo que vem de fora, e que nos leva a aceitar muitos aspectos da opressão que sofremos por sermos mulheres.”

6.9. Psicoterapêutica para além do visível

Uma vez ouvi de uma paciente sobre uma decisão que havia tomado a partir de uma visão ao entrar na igreja, logo olhou para mim um pouco envergonhada e disse “eu sei que vocês não acreditam nessas coisas”. Quem sou “vocês”? Validar processos para além do visível pela paciente a partir do que faz sentido para ela, e como ela toma suas decisões. Espiritualidade, sonhos e intuição podendo fazer parte de uma sala de atendimento, pois nos constitui enquanto mulheres, nossas escolhas e entendimentos de mundo. Ouvi de uma mulher “Ana, como colocar para minha psicóloga sobre meus guias, que tanto fazem parte dos meus caminhos, e não são exatamente acontecimentos?”. Em um processo que diz sobre a vivência dela, sobre os caminhos que percorre, a terapeuta não necessita acreditar na mesma religião, mas acreditar na narrativa que está sendo feita, sim. Como dar espaço para que isso possa estar ali. O que me foge a escuta que não se pode falar de religião? A religião como experiência vivida e ali contada.

6.10. O que o espaço de atendimento diz

Como podemos usar o espaço terapêutico a nosso favor. O local que ocorre os atendimentos ter símbolos que mostram posições de acolhimento, principalmente em locais públicos, ter explícito que questões de gênero e sexualidade são bem vindas. Demonstrar que há estrutura ali para acolher questões de violência, seja indicando redes públicas de denúncia

e acolhimento, ou as leituras da sala de espera, por exemplo, comunicam posições e podem ser o início de um acolhimento. Questões de orientação sexual, às vezes um objeto, para olhos atentos, já demonstram não-preconceito. Existe uma construção do que pode ser questão, e às vezes temas mais delicados e difíceis precisam ter uma sensibilidade maior, poder se abrir possibilidade de falar sobre. Em uma construção social onde a opressão está colocada, a neutralidade do outro tende a ser vista como uma possível reprodução da trama. Abrir brecha de diálogo, para que dê um lugar de validação para ser falado e, principalmente como psis, ouvidos.

6.11. Relação transversal entre terapeuta e paciente

A psicologia da autonomia e da aposta na construção da paciente, que terá plena condição de decidir por si. A história, o caminho são da paciente, a partir dos seus desejos e experiências únicas, e ninguém sabe mais de si que ela mesma. A ideia de que a mulher pode estabelecer relações na qual ela se empodere das suas escolhas e que tenha ela mesma como centro, o entendimento de que possam haver relações igualitárias, equilibradas, tem que ser produzida e incentivada dentro de um atendimento, sem o uso do lugar-de-saber/poder ali como um item que destitui a paciente de seu saber. Afinal a “relação terapêutica como equivalente à vida social. Em ambos os contextos, podem ocorrer opressão, exploração ou violência emocional, bem como podem ser impostos papéis que prejudicam a cliente e limitam sua autonomia. Cogita-se que as práticas terapêuticas não podem ser apolíticas. Por isso, a relação terapêutica está sujeita às mesmas críticas feitas a outras relações sociais.” (FIDELES, 2014). Permitir a paciente **confiar** em seu trajeto pessoal.

Desta forma, retirar a verticalidade do atendimento, o lugar de poder por ter um saber ali envolvido, envolve também se permitir não conhecer outra realidade. Não é sobre colocar suas questões frente a paciente, não isso, mas poder perguntar, questionar, e colocar-se como não conhecedora de algo que a paciente lhe traz. Seja sobre outras realidade social, ou sobre sexualidades que lhe fogem, ou ainda preconceitos pela qual não sofre. Assim, se for necessário estudar o assunto, busque colegas psis que estejam mais envolvidos com o assunto, ou leia, procure materiais que tratem de relações sociais. Se entendemos que o que entra em atendimento é social, buscar conhecimento sobre assuntos que lhe fogem, é dever ético para que não se reproduza violências subjetivas. Janaína Rossi, ao dar dicas de como atender mulheres lésbicas diz “buscar informar-se sobre lésbicas. Até à paciente você pode se

colocar aberta à recomendações (com moderação, a sessão não é sobre você, quem precisa ser acolhida é ela e então tome responsabilidade em educar-se).” (2009) o que quebra com a lógica saber/poder paciente-terapeuta, pois se permite o não-saber, o que também exige auto-conhecimento da terapeuta de limites pessoais.

Envolve todo o processo de entender o que gera a relação terapeuta-paciente, também para a terapeuta. Falo até aqui de entender tramas e contextos sociais, mas naquela relação cara-cara o social que será representado como a outra ali é a psi. Onde alguns pontos tocam, que preconceitos tem, entender da onde vem, quem é, no que acredita, pauta sim a psicoterapia, e a relação que se dará. Para que o processo de terapia seja o mais pleno possível, a terapeuta tem que não só incentivar o autoconhecimento e conscientização da paciente, mas ter a si como proposta maior de busca. Entender-se como uma mulher-terapeuta, também ter seus limites próprios como profissional e conseguir dialogar de forma coerente com a paciente, a fim de construir uma relação saudável para ambas e demonstrar coerência nas práticas, do que acredita e de como fazer no cotidiano. Acreditar na relação que estabelece como multiplicadora de ações, como exemplo do que propõe.

conversa de abebe

eu tenho inseguranças também
quidem vc, quidem qq outra pessoa
só que poucas vezes elas me imobilizam
(a num ser: medo de avião, aquela vez
num fui pra guatemala porque sonhei
com acidente aéreo. ah,
medo de rejeição tb
muitas vezes im
pede eu

me aproxi

mar)

é tu que me acha
super qualquer coisa
eu na maioria das veis
eu só me acho super

super

super sozinha

ia ser bom se
invés de achar que
é um elogio me dizer
"chega fico sem graça
de falar meus poeminha
depois que c fala os seus..."
(não é)
você só pegasse na mão da timidez
(quidem eu faço) acostumasse a tremeêra
(quidem eu faço) y deixasse a sua voz
ser a casa da sua palavra
quidem a minha é
pra mim

eu gosto muito assim
minha voz minha palavra
minha poesia minhas ideia

o que eu sinto como falo eu,
enfim,
mas às vezes num gosto
tb não - já falei pô,
quinem qq outra
pessoa -

direto eu sinto que
num sou super nada
mas principalmente sei
que não quero ser a super
qualquer coisa que faz vc
se sentir a não-super
coisa nenhuma.

foi tu
que me pôs nesse lugar
talvez tu que devia
estar lá. y talvez
tu podia só
tentar,

por autoamor,

começa a
se botar
num lugar melhor
pra você
pra mim
pra todas nós

que somos nossos espelhos

Tatiana Nascimento

7. Considerações Finais

“A expressão ‘feminista’ representa um espaço de contestação, não de domínio estável.” (FIDELES, 2014)

A partir dos conceitos físicos, toda mudança exige gasto de energia, o lógico, seria mantermos o estado em que estamos. Parada, correndo ou girando, o menor gasto de energia mantém o movimento ou a ausência dele como está. Para mudar o estado atual dos corpos é necessário alguma energia. Socialmente, o que não se questiona, se mantém. Ruptura - sempre considere o ato de uma planta que quebra calçada, a maior de todas as resistências.

Sob que comuns vivemos? Contexto. A mesma moral que pauta as relações cotidianas, a mídia, os escritos acadêmicos, pauta a psicoterapia. Todas estamos imersas. Ética, substantivo feminino, conforme o dicionário do Google, como “parte da filosofia responsável pela investigação dos princípios que motivam, distorcem, disciplinam ou orientam o comportamento humano, refletindo especialmente a respeito da essência das normas, valores, prescrições e exortações presentes em qualquer realidade social.” A psicologia construída a partir de uma ética, de uma construção de valores que se entende como comum a nós todas. O que nos motiva?

A psicologia que construo, que desejo construir e que entendo que necessita ser construída envolve uma ética feminista. Envolvem valores feministas. A ética feminista como contra-dispositivo a uma ética que ignora tais questões, e ao não colocar posicionamento, ao não se colocar energia para mudança, mantém a ordem dada. Movimento e ruptura. O feminismo como nova ética para outras práticas.

Bibliografia

Entendo este trabalho de conclusão como uma construção para muito além da escrita produzida. Algumas bibliografias aqui presentes não estão citadas ao logo do trabalho, porém entendo que constroem comigo a trajetória para a construção deste. Algumas referências utilizadas são zines - revista de fácil impressão, que se pretende barata e de rápida circulação -, o que implica em poucas informações acerca da publicação e de como acessá-la. Uso como referência também algumas páginas de instagram, por entendê-las, atualmente, como um meio importante de divulgação de informações. Por fim, retomo esta escrita enquanto diálogo, como troca de materiais e possibilidades para outras construções.

AFFONSO, Natália (org.). *Sapatão & Ficção*. Rio de Janeiro: Lesburguers, 2019.

ALEKSIÉVITCH, Svetlana. *A guerra não tem rosto de mulher*. 1ª ed. São Paulo: Companhia das Letras, 2016.

ALVES, Claudia de Oliveira. *Psicologia e Perspectiva Feminista: Produção de Conhecimento, prática e programas de prevenção em Saúde Mental*. Brasília: UNB, 2013.

BRUM, Eliane. *Uma duas*. 2ª ed. Porto Alegre: Arquipélago Editorial, 2018.

BUHR, Karina. *Desperdiçando Rima*. Rio de Janeiro: Fábrica231, 2015.

FEDERICI, Silvia. *O feminismo e as Práticas do Comum*. 1ª ed. São Paulo: n-1 edições, 2017.

FIDELES, Marcela Nayara Duarte; Vandenberghe, Luc. *Psicoterapia Analítica Funcional Feminista: possibilidades de um encontro*. Goiânia: PUC Goiás, 2014.

HOOKS, bell. *O feminismo é para todo mundo: políticas arrebatadoras*. Rio de Janeiro: Rosa dos Tempos, 2018.

HOOKS, bell. *Ensinando a Transgredir: a Educação como Prática de Liberdade*. 2ª ed. São Paulo: Editora WMF Martins Fontes, 2017.

LORDE, Audre. *A Transformação do Silêncio em Linguagem e Ação*. 1978. (retirado de um zine com compilados dela)

LORDE, Audre. *Os Usos do Erótico: O Erótico como Poder*. Texto original 1984. Traduzido por Tatiana Nascimento, 2009. (retirado de um zine com compilados dela)

LHULLIER, Louise A. (organizadora). *Quem é a Psicóloga brasileira? Mulher, Psicologia e Trabalho*. Brasília: Conselho Federal de Psicologia, 2013.

MIRANDA, Aline; BARONI, Bel; AZEVEDO, Dri (organizadoras). *Que o Dedo Atravesse a Cidade, que o Dedo Perfure Matadouros*. Rio de Janeiro: Palavra Sapata, 2018.

NARVAS, Martha Giudice; Koller, Silvia Helena. In: *Psicologia & Sociedade* v.18 n.1: 49-55. *Família e patriarcado: da prescrição normativa à subversão criativa*. Porto Alegre: jan/abr 2006.

NARVAS, Martha Giudice; Koller, Silvia Helena. In: *Psicologia em Estudo* v.11 n.3 p. 43-64. *Metodologia Feminista e Estudos de Gênero: Articulando Pesquisa, Clínica e Política*. Maringá: set./dez. 2016

NASCIMENTO, Tatiana. *Lundu*. Brasília: Padê, 2018.

NEVES, Sofia; NOGUEIRA, Conceição. In: *Psicologia e Sociedade*; v. 15 n. 2: 43-64. *A Psicologia feminista e a violência contras as mulheres na intimidade: a (re)construção dos espaços terapêuticos*. Porto Alegre: jul./dez. 2003

RIBEIRO, Djamila. *Quem tem medo do Feminismo Negro?* 7ª edição. São Paulo: Companhia das Letras, 2019.

SAFO. *Pautas lesbianas: consentimento em defesa do sexo não-fascista*. Heretika Editora Lésbica Independente.

SALDANHA, Marília; NARDI, Henrique. Uma Psicologia Feminista Brasileira? sobre destaque, apagamento e posição periférica. *Psicologia Política*, São Paulo: Associação Brasileira de Psicologia Política, v. 16, n.35, p. 35-52, jan.-abr. 2016.

SANDES, Rebeca. *Do Transbordamento da Escuta Clínica: Uma Travessia Poética*. Porto Alegre: UFRGS, 2018.

SCHMIDT, Eduardo Dos Santos. *Cerimônia de Retomar a Vida*. Porto Alegre: UFRGS, 2018.

TIBURI, Marcia. *Feminismo em comum: para todas, todes e todos*. 4ª ed. Rio de Janeiro: Rosa dos Tempos, 2018.

TRUTH, Sojourner. Discurso de Sojourner Truth na Women's Rights Convention em Akron, Ohio, Estados Unidos, em 1851

Feministas: o que elas estavam pensando? Direção: Johanna Demetrakas. EUA: Netflix, 2018.

<https://psicoterapiafeminista.tumblr.com/archive> (acessado em 13/06/2019) escrito pela psicóloga Janaína Rossi, residente em São Paulo

<https://revistatrip.uol.com.br/tpm/milly-lacombe-fala-sobre-as-mudancas-trazidas-pela-revolu>

[cao-feminina?fbclid=IwAR1EA43fd6Cbp2RjAXA9-1f2bH4qX0CBo-0cFdFUi83Um4eCX5DdDZDP2-k](https://www.facebook.com/cao-feminina?fbclid=IwAR1EA43fd6Cbp2RjAXA9-1f2bH4qX0CBo-0cFdFUi83Um4eCX5DdDZDP2-k) (acessado em 10/06/2019)

instagram

@psicoterapia.feminista

@coletivaraizes

@mamacoremamacore

@espaco_conversacoes