**O TORNAR-SE MULHER: REFLEXÃO SOBRE O PAPEL DE GÊNERO FEMININO, O MITO DA BELEZA E O PSICODRAMA COMO FERRAMENTA DE SAÚDE PSÍQUICA**

ARAÚJO, Alliny Cristhiane Freitas de

ARAÚJO, Alliny Cristhiane Freitas de. **O Tornar-se Mulher**: Reflexão sobre o Papel de Gênero Feminino, o Mito da Beleza e o Psicodrama como ferramenta de saúde psíquica. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) Universidade de Uberaba. Orientadora: Profª. Drª. Vania Maria de Oliveira Vieira. 2023.

**RESUMO**

**Introdução -** No Ocidente, a história da humanidade vem sendo escrita pelos homens, com foco no conhecimento eurocêntrico e heteronormativo. O primeiro valoriza os europeus e sua interpretação de mundo. O segundo enxerga a heterossexualidade como a norma social e marginaliza orientações sexuais diferentes. E embora as mulheres tenham começado a conquistar o seu espaço, ainda são silenciadas por um sistema que, a partir de constructos relacionados ao gênero, propõe versões estereotipadas, reduzidas aos lugares de subordinação que o patriarcado, o racismo e o machismo querem que estejam. Um desses lugares é o de bibelô, ornamento, fragilidade. E para isso, existe o aliado perfeito: O mito da beleza.

**Objetivo** - Compreender como o sistema triádico composto pelo patriarcado, machismo e racismo, alimentado e reforçado constantemente pelo capitalismo, mantém as pessoas que se identificam como mulheres em uma conserva cultural opressora e estigmatizante como o mito da beleza. A partir dessa compreensão, propõe pensar o psicodrama como ferramenta eficaz de ampliação da espontaneidade no desempenho de papel de gênero feminino, reduzindo o poder da conserva e transformando estereótipos em expressões mais genuínas do ser.

Metodologia – Como metodologia para este estudo foi utilizado a pesquisa bibliográfica realizada a partir de leituras, fichamentos e estudos de livros e artigos acadêmicos relacionados ao tema.

Resultados: Os resultados encontrados sugerem que há um sistema integrado que minimiza o acesso de pessoas identificadas como mulheres aos lugares de poder social. Nesse contexto, percebe-se a utilização de diversas ferramentas para dificultar a ascensão da mulher, sendo o foco o mito da beleza por sua contemporaneidade e alcance. Os resultados mostram, ainda, que há uma possibilidade de alteração desse sistema a partir do psicodrama e seu constructo teórico sobre o desempenho de papeis e a espontaneidade como fonte criadora de novas respostas mais adequadas à saúde psíquica.

Considerações finais: Há muitos séculos à mulher vem sendo colocada em uma posição subordinada em relação ao homem na nossa sociedade. Na história, várias foram as formas utilizadas para perpetuar a crença de que eram inferiores. Na contemporaneidade, o mito da beleza é uma das estratégias mais eficazes para manter-nos ocupadas em demasia com padrões de beleza, em detrimento da energia que poderia ser gasta em outros aspectos da nossa experiência humana. Ampliar a nossa espontaneidade e o acesso a novas formas de ver e responder às imposições do patriarcado, do racismo e do machismo se torna urgente se quisermos reverter essa história de opressão e subordinação. Para isso, podemos contar com o psicodrama e toda abordagem teórica que contempla o estudo dos papeis, das relações e da espontaneidade.

Referências: Como principais fontes teóricas, este trabalho utilizou-se do livro O Mito da Beleza, de Naomi Wolf, e da teoria moreniana, em principal os conceitos de papel, conserva cultural e espontaneidade.

**Palavras-chave:** Papel de gênero. Mito da beleza. Psicodrama. Saúde psíquica.

Ah, minha criatura admirável.

Seja bem-vinda.

Entre, entre.

Estou esperando por você.

É, por você e pelo seu espírito!

Fico feliz por você ter conseguido encontrar o caminho.

Venha, sente-se comigo um pouco.

Pronto, vamos fazer uma pausa,

deixando de lado todos os nossos “inúmeros afazeres”.

Haverá tempo suficiente para todos eles mais tarde.

Em um dia distante,

quando chegarmos às portas do paraíso,

posso lhe garantir que ninguém vai nos perguntar

se limpamos bem as rachaduras na calçada.

O que é mais provável é que no portal do paraíso

queiram saber com que intensidade escolhemos viver;

não por quantas “ninharias de grande importância” nos deixamos dominar.

(CLARISSA P. ESTÉS, 2007)

**INTRODUÇÃO**

**Não se nasce mulher**

Uma das mais famosas frases de Simone de Beauvoir (2009) é “Não se nasce mulher, torna-se mulher”, fazendo referência clara à toda construção social e cultural que envolve esse papel, para muito além de nascer uma fêmea. Contudo, existe uma outra problemática que a autora traz em seu livro O Segundo Sexo. Simone propõe reflexões acerca do que envolve essa construção do “ser mulher”, uma vez que, no ocidente, vivemos em uma sociedade dominada pelo patriarcado, em que todos os atravessamentos relacionados ao desempenho do papel de gênero feminino vêm das percepções do masculino que detém a posse do saber e é autorizado a pensar o mundo (BEAUVOIR, 2009).

A história vem sendo escrita pelos homens, focada em um conhecimento eurocêntrico (que valoriza em demasia os valores europeus e sua interpretação de mundo) e heteronormativo (que enxerga a heterossexualidade como a norma social e marginaliza orientações sexuais diferentes). E embora as mulheres tenham começado a tomar parte na elaboração, ainda escrevemos em um mundo que pertence a eles.

Para Beauvoir (2009, p. 18) “a mulher sempre foi, senão a escrava do homem, ao menos sua vassala; os dois sexos nunca partilharam o mundo em igualdade de condições”. Pensemos os “grandes” filósofos, cujas elucubrações sobre a existência conhecemos e pautam muito do que alicerça a sociedade atual: Platão, Aristóteles, Sócrates, Descartes, Nietzsche, Kant, Hegel, Locke, Rousseau, Hume, Hobbes.

No campo da psicologia não é diferente. As abordagens que nos são ensinadas foram teorizadas, em sua gritante maioria, por homens: Psicanálise – Freud; Analítica – Jung; Psicodrama – Moreno; Terapia Cognitivo Comportamental – Beck; Análise Transacional – Berne; Esquizoanálise – Deleuze e Guattari; Humanismo – Maslow; Fenomenologia – Hurssel; e tantos outros e suas teorias sobre o funcionamento da mente humana.

Onde estão as mulheres? Diria o ditado: “Atrás de um grande homem sempre existe uma grande mulher”? Atrás!? Ou não estamos de lado nenhum? Não nos foi dada, biologicamente (ainda que ser mulher não esteja reduzido à biologia), a capacidade de pensar, refletir, teorizar, problematizar? Claramente não! O que acontece, desde o início dos tempos, é que “todos os sujeitos considerados inferiores não pensam e não desfrutam de uma existência inteira, pois sua humanidade é questionada” (GROSFOGUEL, 2016, p. 43).

Para além de questionar formas de pensar, Grosfoguel (2016, p. 26) nos chama a atenção para o que chamou de epistemicídio cultural. Uma maneira de assassinar todo conhecimento derivado de um grupo de pessoas que poderia questionar ou mesmo destruir o *status quo*. Quantas de nós tiveram que usar pseudônimos masculinos para que suas produções pudessem ser propagadas? Quantas de nós foram assassinadas como forma de também eliminar nosso conhecimento?

Como nos relata Grosfoguel (2016, p. 41), as ditas bruxas que foram queimadas nas fogueiras da Idade Média “trata-se da conquista e do genocídio das mulheres que transmitiam, de geração para geração, o conhecimento indo-europeu nos territórios europeus”. Mulheres que tinham conhecimentos ancestrais, que entendiam de astronomia, ética, biologia, xamanismo. “Elas eram empoderadas por resguardarem um conhecimento ancestral e o seu principal papel dentro das comunidades era o de estabelecer formas comunais de organização da política e da economia” (GROSFOGUEL, 2016, p. 41).

Inclusive, a perseguição dessas mulheres foi intensificada

[...] nos séculos XVI e XVII, com o advento das estruturas “modernas, coloniais, capitalistas e patriarcais” de poder. (...) Dadas as suas qualidades de autoridade e liderança, os ataques constituíram uma estratégia de consolidação do patriarcado centrado na cristandade, que também destruía formas autônomas e comunais de relação com a terra. A Inquisição foi a vanguarda dos ataques. A acusação era um ataque a milhares de mulheres, cuja autonomia, liderança e conhecimento ameaçavam o poder da aristocracia, que se tornava a classe capitalista transnacional tanto nas colônias quanto na agricultura europeia (GROSFOGUEL, 2016, p. 42).

Fomos (e ainda somos) silenciadas propositalmente por um sistema que se cerca de formas de negar nossa humanidade na íntegra, propondo que sejamos (ou queiramos ser, obstinadamente) partes, versões estereotipadas, reduzidas aos lugares de subordinação que o patriarcado, o racismo e o machismo querem que estejamos. Um desses lugares é o de bibelô, ornamento, fragilidade. E para isso, existe o aliado perfeito: O mito da beleza.

**Torna-se uma boneca**

Para definir o mito da beleza enquanto sistema criado no ocidente, Wolf (1992, p. 15) nos diz que é o “último e melhor conjunto de crenças a manter intacto o domínio masculino”, determinado pela política e que utiliza como estratégia a atribuição de “valor às mulheres numa hierarquia vertical, de acordo com um padrão físico imposto culturalmente”. Além disso, atribui e expressa relações de poder em que mulheres precisam competir por recursos que homens se apropriam com naturalidade, como se fosse deles por direito.

A partir dessa definição já podemos entender que o mito da beleza vai além do que entendemos e definimos como “amor-próprio”, “autocuidado” ou “ser a nossa melhor versão”. A beleza é o carro chefe, uma forma eficaz de reduzirmos a nossa identidade ou possibilidade de viver no mundo, além de permanecermos “vulneráveis à aprovação externa, trazendo nosso amor-próprio, esse órgão sensível e vital, exposto a todos”. (WOLF, 1992, p. 17).

Tem relação direta com o valor atribuído a indivíduos do sexo feminino, que é subjetivo e incute nas mulheres sentimentos de inferioridade pela comparação com imagens de uma aparência ideal. “Desta forma a beleza se transmuta em uma narrativa mítica, ou seja, um ensinamento perpetuado através de estratégias linguísticas que objetivam moldar a identidade das mulheres de acordo com os padrões estéticos de beleza no decorrer das décadas” (SARTORI et al, 2019, p. 34).

Mas não é com a nossa aparência que esse sistema opressivo está preocupado, de fato. “O que realmente importa é manter as mulheres dispostas a permitir que outros lhes digam o que podem e o que não podem ter” (Wolf, 1992, p. 130). É uma necessidade de manter essa ordem social vigente que favorece a dominação patriarcal, reduzindo o significado e a amplitude das possibilidades do ser mulher à beleza.

Além disso, a beleza passa a ser uma ocupação, um trabalho inesgotável que consome nosso tempo, dinheiro e energias físicas, psíquicas e emocionais. De acordo com Wolf (1992, p. 20), o padrão de beleza assumiu o lugar que antes era das tarefas domésticas, ainda que, para muitas mulheres, as tarefas domésticas ainda sejam um adicional quase que obrigatório no desempenho de papel de gênero feminino, uma carga maior a ser carregada.

Como uma ideologia, a beleza é aquela que tem tido o poder de controlar mulheres que a segunda onda do feminismo teria emancipado, por meio de signos atribuídos que variam de acordo com a necessidade de moldar o comportamento feminino ao que esse sistema julga ser desejável. O mito da beleza “se fortaleceu para assumir a função de coerção social que os mitos da maternidade, domesticidade, castidade e passividade não conseguem mais realizar” (Wolf, 1992, p. 13), com o objetivo de destruir no campo da psique feminina e de maneiras sutis, o que foi conquistado pelo feminismo.

Como a economia, a lei, a religião, os costumes sexuais, a educação e a cultura foram forçados a abrir um espaço mais justo para as mulheres, uma realidade de natureza pessoal veio colonizar a consciência feminina. Recorrendo a conceitos de "beleza", ela construiu um mundo feminino alternativo, com suas próprias leis, economia, religião, sexualidade, educação e cultura, sendo cada um desses elementos tão repressor quanto os do passado. (WOLF, 1992, p. 20).

Em suma, o mito da beleza se preocupa em determinar o comportamento, não a aparência, para controlar essas mulheres que exigem acesso ao poder, entram para força de trabalho, se agrupam em movimentos. Elas são uma grave ameaça ao sistema e podem destruir instituições apenas alterando a forma de desempenhar seus papeis sociais. As consequências da mulher se convencer do seu valor social pode ser catastrófica para o patriarcado, porque “se uma mulher ama o próprio corpo, ela não inveja o que as outras mulheres fazem com o delas. Se ela ama sua feminilidade, lutará pelos seus direitos” (WOLF, 1992, p. 191).

Mulheres se movimentando fragilizam a dominação pautada pelo sexo biológico, em que o feminino está posto no lugar de inferior, subordinado. Além disso, “é verdade o que dizem das mulheres. Elas são insaciáveis mesmo. Nós somos vorazes. Nossos apetites precisam, sim, ser controlados se quisermos que as coisas continuem como estão” (Wolf, 1992, p. 191). É preciso que o mito da beleza seja mais poderoso que qualquer mística da feminilidade criada até o momento, para continuar provocando estragos nos corpos e psiques das mulheres.

Contudo, é possível que consigamos nos desvencilhar de todas as rédeas e cabrestos que nos são impostos desde tenra idade e “nos livrar do peso morto em que mais uma vez transformaram nossa feminilidade”. Mas para isso, “não é de eleições, grupos de pressão ou cartazes que vamos precisar primeiro, mas, sim, de uma nova forma de ver” (WOLF, 1992, p. 24).

**Uma nova resposta adequada: a espontaneidade**

Como possibilidade eficaz de ampliar a espontaneidade no desempenho de papel feminino, transformando estereótipos em expressões mais genuínas do ser e sendo essa nova forma de ver a beleza, propomos a teoria moreniana no que concerne o conceito de espontaneidade e desempenho de papeis. Também trazemos como complemento o olhar da psicóloga Junguiana Clarissa Pinkola Estés acerca do que considera ser uma mulher sábia.

Para Moreno (1975, p. 36), a definição operacional de espontaneidade gira em torno do protagonista ser “desafiado a responder, com um certo grau de adequação, a uma nova situação ou, com uma certa medida de novidade, a uma antiga situação”. Trata-se de uma inteligência operando no momento presente, capaz de mobilizar e dar forma às experiências que não estão preparadas de antemão. “Espontaneidade e criatividade são forças primárias do comportamento humano e se vinculam, formando uma elevada inteligência”.

O autor acredita que “os processos de cura mental requerem espontaneidade para serem eficazes” (Moreno, 1975, p. 37), sendo ainda a espontaneidade o princípio produtor de catarse (inserida aqui com o significado que Moreno atribui – purga, purificação). Por meio das catarses torna-se possível livrarmo-nos daquilo que não nos serve mais para dar espaço para o novo emergir.

Pensando na possibilidade de imersão de algo novo, mais espontâneo e criativo no que diz respeito ao desempenho de papel de gênero feminino, é preciso, antes de tudo, ter em mente que para Moreno (19785, p. 25) o desempenho de papeis é anterior ao surgimento do próprio self. O que ele entende como self emerge de uma matriz de identidade (universo inteiro do bebê, sem diferenciação entre interno e externo, psique e meio), que é existencial, mas não experimentada.

O autor afirma que essa matriz “pode ser considerada o locus donde surgem, em fases graduais, o eu e suas ramificações, os papeis”, sendo estes embriões, precursores do eu. Além disso, “os aspectos tangíveis do que se conhece como ego são os papeis em que ele atua” (MORENO, 1975, p. 29). Entendidos como: fisiológicos (comer, dormir, exercer atividade sexual – ajudam a experimentar o corpo); psicológicos (todos inseridos no campo da fantasia – ajudam a experimentar a psique); e sociais (mãe, professor, namorada – produzem o que chamamos de sociedade), os papeis se esforçam para se agrupar, criar vínculos operacionais e unificar o self (MORENO, 1975, p. 25).

Com uma visão relacional de ser humano, Moreno (1975, p. 26) acreditava que corpo, psique e sociedade são partes intermediárias do eu total. Assim, é necessário que se desenvolva, “gradualmente, vínculos operacionais e de contato entre os conglomerados de papeis sociais, psicológicos e fisiológicos, para que possamos identificar e experimentar, depois da unificação, o que chamamos de ‘Eu’”.

A partir desta explicação, percebemos o papel de gênero feminino com grande importância na construção da personalidade de pessoas que se identificam como mulheres, o que Moreno nomeia de papel oficial manifesto (Moreno, 1975, p. 28). Ele atravessa todos os outros e impacta, positiva ou negativamente, na forma como os experimentamos. Também estrutura e está presente conforme desempenhamos grande parte (senão todos) os outros papeis.

Sendo assim, o impacto de uma perspectiva estereotipada no que se refere ao “ser mulher” influencia diretamente no quão espontânea uma pessoa que se identifica com esse gênero pode ser. E se a espontaneidade é o que possibilita às catarses, que por consequência alcançam uma purificação, sem ela estamos fadadas à repetição de modelos adoecedores, que se colocam como “falsidades coletivas que procuram anular a visão e a audição da alma” (ESTÉS, 2007, p. 24).

A essas “falsidades coletivas”, sendo o mito da beleza uma delas, Moreno dá o nome de conservas culturais. Para o autor, o que se converte como propriedade de um grande público e sobre o qual pode assentar-se uma tradição cultural pode ser considerado uma conserva. Como exemplo a ideia de que a beleza é algo essencial na vida das mulheres. Além disso, segundo ele é como se, desde tempos primitivos, houvesse grande emprego de energia na promoção das conservas em detrimento dos atos espontâneos e individuais (MORENO, 1975). Sobre o mito da beleza, quanto mais mulheres tentam se libertar, mais o sistema se atualiza e se promove de maneiras inteligentes para sua manutenção.

Na contemporaneidade, Moreno (1975, p. 160) acredita que “as conservas culturais alcançaram um tal ponto de desenvolvimento e distribuição magistral em massa que se converteram num desafio e numa ameaça contra a sensibilidade das normas criadoras”. Distribuição essa que, no caso do mito da beleza, conta com aliados importantes na atualidade, como por exemplo, as redes sociais, que perpetuam versões cada vez mais padronizadas e inexistentes de corpos femininos. Nesse sentido, é preciso se voltar para o desenvolvimento da espontaneidade e da criatividade de forma a substituir essas conservas de potencial adoecedor e estereotipado.

Se voltar para o que Estés (2007, 12) nomeia como atributos paradoxais no que concerne ao feminino, que se perderam em meio a sistemática milenar de opressão, submissão, silenciamento, padrões de beleza. Para a autora, um feminino saudável, que consegue se livrar dessas conservas, e sábio ao mesmo tempo que sempre procura novos conhecimentos; é repleto de espontaneidade, criatividade, obstinação; é ousado e ao mesmo tempo precavido, abrigando o tradicional e o ser verdadeiramente original.

Uma das vias possíveis que Moreno (1975, p. 160) traz é levar “a matriz criadora espontânea a periferia da realidade humana, à vida cotidiana”, no intuito de, situados no momento presente, agirmos a partir do aqui e agora com respostas adequadas a situação. É sairmos do condicionamento gerado pela conserva, que nos leva a pensar e agir de forma padronizada, sem, muitas vezes, tomar posse da nossa liberdade e individualidade. E praticar a nossa individualidade entendendo a nossa forma de ser e estar no mundo é ser espontâneo e adequar as respostas a si mesmo, a livre ação, e não ao que o social exige.

E para chegar a esse estado e conseguir, de fato, praticar uma espontaneidade sem estorvos, que mantenha o sujeito tão livre quanto possível da influência das conservas culturais, pode ser necessário o que Moreno chama de “desconservação” periódica. Para o autor, a espontaneidade pode ser treinada, gradualmente, por meio de processos que libertem o indivíduo das conservas passadas ou futuras (MORENO, 1975, pp 162-163).

Em outras palavras, é conseguirmos estar sempre atentos às influências que recebemos do social, dos padrões conservados em que estamos imersos e descobrindo mais sobre a nossa individualidade e forma de ser e estar no mundo. Sem reflexões constantes sobre o nosso próprio ser espontâneo, fica mais fácil voltarmos ao estereótipo da conserva. No caso do mito da beleza, mais fácil ainda quando vivemos em uma sociedade que já estereotipa o feminino desde a primeira infância e vende a beleza como forma de ser bem-sucedida e feliz.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

 Pensando em tudo que se tem de informação sobre a sociedade ocidental, é nítido que as mulheres sempre estiveram em um lugar de opressão, submissão e silenciamento. Historicamente vivemos períodos em que éramos proibidas de escrever, divulgar nossos pensamentos, produzir ciência. Tantas tiveram que utilizar pseudônimos masculinos para que sua obra fosse divulgada, outras viveram a sombra de homens medíocres que exploravam sua inteligência e faziam seus nomes em cima do brilhantismo dessas mulheres. Havia poucos lugares na sociedade patriarcal reservados a nós. Nascer mulher era profundamente limitante, mas ainda é, em muitos sentidos.

 Antigamente os artifícios para nos calar eram mais brutais, é certo. Contudo, hoje são mais sutis, portanto, mais difíceis de serem percebidos e combatidos. Se antes morríamos na fogueira simplesmente por termos conhecimentos que amedrontavam o sistema, ou éramos mandadas para morrer em manicômios ou conventos se ousássemos ir contra as imposições, hoje somos manipuladas por várias ferramentas que esse mesmo sistema usa para nos controlar. O escolhido para ser abordado nesse trabalho, pelo alcance cada vez mais presente na contemporaneidade, foi o mito da beleza.

 Enquanto ferramenta de opressão, que a criadora do conceito, Naomi Wolf, nomeia como mito justamente por causa da sua simbologia e o fato de ser inalcançável, utiliza-se dos padrões estéticos para criar e reforçar ideais de beleza que jamais serão atingidos por nós, inclusive por ter a tendência de ser mutável, mas que, ainda assim, nos é dito subliminarmente que devemos perseguir exaustivamente.

As imagens de mulheres que são validadas, reproduzidas, incentivadas, principalmente na era das redes sociais e dos filtros que retiram todas as “imperfeições” do corpo feminino, como rugas, gordura localizada, nariz mais protuberante, estrias, celulites etc., expressam uma dinâmica que produz dor e sofrimento a todas que não se veem nesses locais. Ainda assim, as que se veem, muitas vezes de maneira deturpada justamente pelo uso de artifícios que as transformam, acabam sendo alcançadas por essa opressão também, uma vez que precisam usar toda sua energia, tempo e dinheiro para se manter no padrão.

 É pelo mito da beleza que 9 a cada 10 pessoas que possuem transtornos alimentares são mulheres. Que somos a maioria esmagadora ao fazer procedimentos estéticos ou cirurgias plásticas. Que somos consumidoras vorazes e presas fáceis da indústria da beleza que nos vende produtos não duráveis, alguns até sem eficácia comprovada, por embutir no nosso imaginário o medo constante de não sermos o suficiente.

A esse mito o psicodrama de Moreno dá o nome de conserva cultural, enquanto um enrijecimento presente na nossa sociedade que não permite o acesso a espontaneidade e a criatividade. Pelo contrário, nos ensina apenas a reproduzir, agirmos dentro de um piloto automático, sem a possibilidade de atingir nosso potencial e acessar todas as expressões humanas que nos trariam saúde psíquica e emocional. E justamente por conseguir entender como essa conserva cultural é adoecedora, o psicodrama também traz, em seu processo terapêutico, a forma de sair desse lugar conservado e treinar a espontaneidade.

Esse treino é mediado pelas respostas adequadas a cada situação. É o entendimento de qual posicionamento devemos ter, em cada momento, para sermos fiéis a nossa essência e não reproduzir apenas o que está posto socialmente. O psicodrama nos auxilia a sair do condicionamento em que a conserva nos coloca e nos ajuda a retomar nossa liberdade e individualidade nas ações que praticamos cotidianamente. Em outras palavras, nos ajuda a descobrir quem somos e, a partir disso, nos dá força para continuar sendo, ainda que estejamos em uma sociedade que insiste em nos padronizar.

REFERÊNCIAS

BEAUVOIR, S. **O Segundo Sexo**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2009.

ESTÉS, C. P. **A Ciranda das Mulheres Sábias**. Ser jovem enquanto velha, velha enquanto jovem. Rio de Janeiro: Rocco, 2007.

GROSFOGUEL, R. **A estrutura do conhecimento nas universidades ocidentalizadas**: racismo/sexismo epistêmico e os quatro genocídios/epistemicídios do longo século XVI. Revista Sociedade e Estado – Volume 31. Número 1. Janeiro/Abril 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/se/a/xpNFtGdzw4F3dpF6yZVVGgt/?format=pdf&lang=pt> – Acesso em: 23/02/22

MORENO, J. L.**Psicodrama**. São Paulo: Cultrix, 1975

WOLF, N. **O Mito da Beleza**. Como as imagens de beleza são usadas contra as mulheres. Rio de Janeiro: Rocco, 1992.