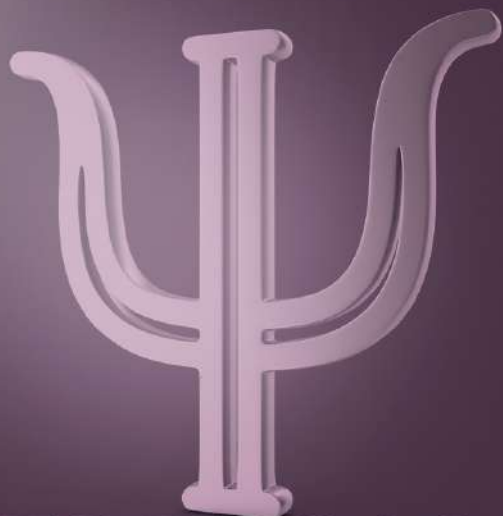


JOÃO ROBERTO DE SOUZA SILVA
ORGANIZADOR



**PESQUISAS E
ESTUDOS EM
PSICOLOGIA**

CIÊNCIA, PROFISSÃO E ENSINO



DESVENDANDO CAMINHOS: UMA PERSPECTIVA INTEGRADA NA PSICOLOGIA CULTURAL E NA TEORIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL SOBRE A VIOLÊNCIA E O PRECONCEITO

Sergio Fernandes Senna Pires¹¹

INTRODUÇÃO

Este trabalho visa articular contribuições da Psicologia Cultural e da Teoria Cognitivo-Comportamental (TCC) para apresentar elementos sobre o papel das emoções na gênese das crenças e nos comportamentos preconceituosos. O que, especificamente, pretendemos articular a partir desses referenciais são os aspectos teóricos básicos sobre a formação de crenças preconceituosas, das suas manifestações violentas e da utilização reversa de atividades mobilizadoras de emoções para o enfrentamento às violências decorrentes dos preconceitos.

É necessário esclarecer que, a despeito de articularmos conhecimentos do campo clínico da Psicologia, somos contrários à concepção patologizante dos problemas sociais, esclarecendo que nosso foco está na compreensão dos aspectos intrapsicológicos, sem sugerirmos que diagnósticos ou tratamentos clínicos sejam o caminho para a realização do enfrentamento aos preconceitos. Tal postura se justifica pelo fato de haver uma resistência velada em relação à utilização de conhecimento clínico em outros cenários, fenômeno que é amplamente apontado pela literatura científica (MARTINS, 2019; MIRALLIA *et al.*, 2023; PIRES, 2024).

Nossa articulação parte da premissa de que os preconceitos são crenças que dispensam a sua sustentação em evidências e que a vio-

¹¹ Doutorado em Psicologia (UnB). Professor (IBRALE). Consultor Legislativo (Câmara Federal dos Deputados). CV: <http://lattes.cnpq.br/1997027402860999>

lência é: (1) a expressão impositiva de desejos e decisões; (2) de forma assimétrica; (3) que desrespeita normas, formais ou informais; e é (4) potencialmente danosa, conforme explicado por Pires (2023d)

Nesse contexto, a convergência entre a Psicologia Cultural (VALSINER, 2014, 2021) e a TCC (BECK, 1979; BECK; DEFFENBACHER, 2000) oferece uma base sólida para entendermos como padrões de pensamento disfuncionais contribuem para a formação dos preconceitos. Essa perspectiva nos oferece a possibilidade de tratarmos, tanto dos detalhes dos aspectos intrapsicológicos com relação à formação de um sistema de crenças, quanto da dinâmica de sociogênese, dessas mesmas crenças, formulada pela Psicologia Cultural (WAGONER; CHRISTENSEN; DEMUTH, 2021).

Sobre isso, Beck (1964, 1979) introduziu os conceitos de unidades, estruturas e esquemas cognitivos, o que é uma parte fundamental para uma compreensão aprofundada dos processos intrapsicológicos relacionados à formação de crenças relacionadas à violência. Ao descrever como pensamentos (dis)funcionais e AS emoções interagem e influenciam as decisões, se estabelece um caminho de inteligibilidade para a elaboração de intervenções na formação, manutenção e permanência de crenças preconceituosas. Isso é valioso para o enfrentamento à violência, e seus aspectos principais serão abordados mais adiante. A perspectiva DA TCC, focada na dimensão individual, ao ser articulada com a Psicologia Cultural, enriquece a compreensão, tanto de processos coletivos, quanto dos individuais, valorizando as suas indissociáveis relações, sem desconsiderar as influências e orientações conduzidas por todos os elementos do ecossistema cultural (XU; WU; LI, 2021; PIRES, 2023b), um dos aspectos nos quais reside a relevância desta articulação.

Nossa argumentação se orienta, portanto, para a valorização das relações dinâmicas e indissociáveis entre pensamentos, emoções e comportamentos, evitando a fragmentação e promovendo a busca por uma compreensão integral desses fenômenos. Esta perspectiva nos ajuda na articulação de referenciais que partem de distintas concepções, como é o

caso da TCC e da Psicologia Cultural. Esse esforço é, portanto, essencial para compreendermos a dinâmica dos cenários violentos e as possíveis estratégias de enfrentamento, que variam conforme a intensidade de sua manifestação e a complexidade do ambiente (VAN DER MERWE et al., 2019; SNOWDEN, 2021).

Então, devido às severas variações de complexidade que ocorrem nos constritores contextuais, as observações que aqui realizamos se limitam a cenários violentos de baixa e média intensidade (GABRIEL, 2023). Essa escolha metodológica se deve à grande diversidade das estratégias a serem aplicadas em cenários complexos, o que aumentaria, demasiadamente, os aspectos teóricos a serem abordados. Como asseveram Snowden e Boone (2007), nos cenários complicados e complexos deve-se incorporar a capacidade de responder a mudanças imprevistas, aproveitando a compreensão de padrões emergentes e a aplicação de conhecimento especializado para lidar, com eficácia, na complexidade. Isso implica em um planejamento que não apenas antecipe possíveis cenários de violência, mas também integre a capacidade de realizar adaptações rápidas e eficazes em resposta a eventos imprevistos, aspecto que decorre da reflexão inicial acerca de cenários mais simples, no âmbito da proposta que estamos apresentando.

Portanto, ao articularmos a Psicologia Cultural e a TCC, buscamos uma compreensão mais rica e eficaz das origens sociogênicas do preconceito e da violência, assim como inovações para a elaboração de estratégias para sua mitigação em cenários de baixa e média violência, outro aspecto em que reside a relevância teórica deste estudo. Além disso, ao reconhecermos a indissociável interconexão generativa entre o individual e o social, promovemos um entendimento que valoriza tanto a análise detalhada dos processos intrapsicológicos quanto a profunda consideração dos contextos culturais em que esses processos ocorrem.

CONCEITOS-CHAVES DA TEORIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL PARA A COMPREENSÃO DA FORMAÇÃO DE PRECONCEITOS

Beck (1964, 1979) introduziu conceitos fundamentais, tais como os de unidades, estruturas e esquemas cognitivos, que são essenciais para entender a complexidade das motivações humanas e como estas orientam as decisões e comportamentos. A relevância desses construtos é ampliada quando consideramos a sociogênese de crenças e preconceitos, oferecendo percepções sobre como as transformações culturais individuais podem promover mudanças mais amplas nos ambientes sociais (PIRES; BRANCO, 2023a, 2023b).

Unidades cognitivas, estruturas e esquemas representam, sob a ótica da TCC, a base do funcionamento cognitivo. As unidades cognitivas incluem elementos fundamentais do pensamento, como crenças e pensamentos automáticos, que impactam diretamente a autoestima e o comportamento. Estruturas cognitivas organizam essas unidades em sistemas que interpretam experiências de vida através de crenças e valores gerais. Os esquemas cognitivos, formados pela organização de experiências passadas, funcionam como padrões para interpretar o mundo, influenciando percepção, processamento de informações e respostas emocionais. Esses esquemas podem ser adaptativos ou desadaptativos, podendo contribuir para psicopatologias como a depressão (BECK; LIESE, 2023), por exemplo.

Para detalhar a descrição sobre o que ocorre nos processos intrapsicológicos, Beck propôs o conceito de tríade cognitiva (TORO-TOBAR; GRAJALES-GIRALDO; SARMIENTO-LÓPEZ, 2016). Tal formulação descreve como adultos deprimidos tendem a pensar sobre si mesmos, o mundo e o futuro, por meio de opiniões negativas. Beck, então, identificou padrões de pensamento desadaptativos, importantes para nossa reflexão, e os chamou de erros cognitivos, incluindo: (1) inferência arbitrária (conclusões rápidas com base em evidências limitadas), (2) abstração seletiva (foco em algumas evidências para tirar conclusões)

e (3) generalização excessiva (atribuição de significado a um evento que permeia todo o semelhante). Podemos notar que a formação dos preconceitos inclui esses mesmos erros na formação de suas premissas, que devem ser levantados, estudados e enfrentados em qualquer intervenção

Sob um ponto de vista mais amplo, a interação entre unidades, estruturas e esquemas cognitivos é dinâmica e influenciada por fatores contextuais e pelos erros cognitivos, ressaltando a importância de uma abordagem que considere o contexto da ecologia cultural humana (XU; WU; LI, 2021). Essa perspectiva é essencial para compreender o processo recursivo da formação de crenças e preconceitos, diante da capacidade individual para aceitar ou se opor às orientações culturais.

Um exemplo ilustrativo é o de uma pessoa criada em um ambiente homogêneo, cujos esquemas cognitivos iniciais sobre “o outro” são simplificados e negativos. A exposição a novas culturas e experiências, como na universidade, por exemplo, pode inicialmente ativar esses esquemas. Contudo, vivências emocionais positivas e reflexões podem iniciar um processo de ressignificação e reestruturação cognitiva, demonstrando o potencial de desconstrução de preconceitos através de estratégias que envolvam vivências emocionais e reflexão.

Nesse sentido, a TCC oferece percepções valiosas sobre a variabilidade dos pensamentos automáticos em função das experiências de vida individuais, sugerindo que os erros cognitivos podem se gerar vulnerabilidades para interpretações imprecisas de novas experiências (BECK, 1979; BECK, J., 2020). Essa compreensão destaca a importância da identificação conjunta de processos individuais e sociais na formação de crenças, contrapondo-se ao construcionismo social, que pode minimizar a autonomia do indivíduo (MARTIN, 2022) para resistir às orientações culturais.

Como forma de desenvolvimento da autonomia, a Psicologia Cultural enfatiza o papel ativo do indivíduo na transformação de seus ambientes e na regulação de seu comportamento, desafiando a visão de que o indivíduo é meramente um produto de influências externas. Exem-

plos de generosidade e empatia em ambientes extremamente adversos, como narrado por Frankl (2013), a partir de sua experiência em campos de concentração, ilustram a capacidade humana de transcendência às imposições dos ambientes e a importância de valorizar a autonomia individual na prevenção e enfrentamento ao preconceito e à violência.

Então, enfatizamos a necessidade de aprofundamento na compreensão dos processos intrapsicológicos e da interação entre fatores individuais e sociais na formação de preconceitos, utilizando os conceitos da TCC como base teórica para o detalhamento dos aspectos intrapsicológicos. Através desta abordagem, busca-se contribuir para o desenvolvimento de estratégias eficazes de prevenção e intervenção, promovendo uma sociedade

Como exemplo, destacamos a narrativa de Solange, um dos sujeitos da pesquisa realizada por Silva (2017), sob a ótica teórica da Psicologia Cultural. A explicação sobre a narrativa está exposta no seu relatório da pesquisa, relatos a partir do qual, brevemente, ilustraremos o que pode ser realizado pela articulação de construtos da TCC.

Solange: Amigas, meninas eu tinha algumas lá! Mas amigos não! Eu era bem excluída mesmo! Aí parece que a gente é um bicho, né? Eu tenho impressão disso, porque toda a minha vida, que eu estudei, os meninos me excluíam, assim. Eu tava na escola, os meninos falavam com todas as meninas, mas não falavam comigo.

(...)

E a vida foi sempre assim?

Solange: Foi, mas eu também acho amigos, né? Eu tinha um amigo, dois, né? Sempre me abraçava, aí eles pulavam em mim e falavam ‘ah, fofinha’ (...) eu sempre fui gorda, então tem muito menino que queria desfazer de mim ali, até menina desfazia, umas patricinha besta, aí eu pus isso na minha cabeça, que ninguém conversa comigo porque eu sou gorda, porque eu sou feia”. (SILVA, 2017, p. 97)

(...)

P: Tá nem aí agora? Porque antes você era bem aí pra isso, né?

Solange: Não, eu, ah, tenho que parar com essas besteiras, né? Já fiz a cirurgia mesmo, vou emagrecer. Acho que esse negócio de fazer a cirurgia e saber que eu vou emagrecer, me ajudou muito a parar com tanta besteira. Eu ainda tenho aquela coisa, mas não é muito.

P: Não é como antes não?

Solange: Agora com a cirurgia, eu penso ‘Ah, eu vou emagrecer, pra que ficar com vergonha?’... Saber que eu fiz cirurgia então! É, eu que mudei. Ainda tem gente que passa, porque eu ainda to gorda, não emagreci muito. Aí tem gente, tem um menino que uma vez eu tava passando lá e o menino “oh, mulher gorda!”, eu nem tchum pra ele (sic). Eu falei “Gente!”. (SILVA, 2017, p. 105)

Silva (2017) menciona que Solange, em entrevista, afirmou que, só pelo fato de saber ter realizado a cirurgia bariátrica, iria emagrecer. Acrescenta que, diante de uma perda de peso menor do que a imaginada, ela experimentou uma tensão e ambivalência significativa entre a satisfação de perder peso e a frustração de não atingir seu peso idealizado, mesmo após perder 67 quilos.

Esta narrativa reflete o conceito de pensamentos automáticos, que são aqueles que surgem espontaneamente na mente sem esforço deliberado para pensar dessa forma. Solange associa, automaticamente, a perda de peso com uma melhoria generalizada em sua vida, sem considerar a complexidade das emoções, relações sociais e da autoaceitação decorrentes do processo de emagrecimento. Além disso, a generalização excessiva, outro conceito importante na TCC, é evidente quando Solange amplifica a importância do peso na determinação de sua felicidade e valor próprio, ignorando outros aspectos de sua identidade e experiências de vida.

A capacidade de imaginar-se magra e a subsequente ação de se submeter à cirurgia bariátrica atuam como signos afetivo-semióticos que transformam seu posicionamento perante o mundo e sobre si mesma. No entanto, mesmo após uma perda de peso significativa, a luta de Solange

com a autoimagem e a aceitação mostra a persistência de padrões de pensamento disfuncionais, característicos dos conceitos discutidos por Beck. Ela utiliza estratégias para esconder seu corpo e ainda depende, em alguma medida, da aprovação, real ou imaginada, dos outros indivíduos para validar sua autoestima, indicando uma generalização da crença de que apenas ser magra pode trazer felicidade e aceitação.

Esse tipo de análise da narrativa exemplifica como pensamentos automáticos negativos e a tendência à generalização excessiva podem influenciar profundamente a percepção de si mesmo e a interação com o mundo, destacando a relevância da articulação das abordagens que trazemos neste estudo para uma compreensão aprofundada desses padrões de pensamento e de seus possíveis desdobramentos nos casos concretos.

Nesse contexto, as emoções desempenham um papel importante na alteração da valência que determinadas premissas ou das unidades cognitivas assumem no processo decisório. Isso inclui a possibilidade de desenvolver preconceitos a partir de crenças não respaldadas por evidências, mas potencializadas por emoções negativas, a partir de vivências reais ou imaginárias. Por outro lado, a narrativa nos traz um exemplo sobre como a experiência de estar na presença de uma pessoa obesa que consegue dançar tão bem ou melhor do que qualquer outro dos presentes, serve de vivência que desafia, em diversas dimensões, a crença de que a obesidade, invariavelmente, implica em incapacidade para realizar tarefas que envolvam esforço físico, o que é um aspecto crucial para a nossa argumentação.

Nessa mesma direção, Miranda (2022), em seu relatório de pesquisa, também conduzida sob a ótica da Psicologia Cultural, transcreve uma conversa, em grupo focal, que tinha por objetivo levantar as concepções sobre a pessoa que faz denúncias acerca do tráfico e uso de drogas na escola. Tal indivíduo é conhecido, na linguagem dos sujeitos, como “cagete”.

548. Pesquisadora: E vocês acham que essa coisa de não poder ter cagete ajuda ou piora?

549. Myrna: Piora.

550. Pedro Paulo: Ajuda, mas não tem como tirar esse cagete...
551. Fabiano: Piora...
552. Pedro Paulo: Só se matar todo cagete...
553. Kamila: Piora, tem pessoas que se corta, que bate nos outros, fica xingando os outros, aí acontece um monte de coisa, e você pega e não vê nada... Aí a pessoa que viu, filmou, não quer falar, porque os outros podem ficar chamando ela de cagete, aí pode piorar a situação...
554. Cauã: Não, mas só que aí isso não é cagete... Essa é uma situação que você tem que contar que você não pode ficar segurando pra vocês, não é cagete, você tem que contar, é obrigação sua contar... Mas cagete é o seguinte, você tá lá e a pessoa te conta um segredo e fala “não conta pra ninguém”, e você esparrama pra todo mundo, isso é cagete, mas já o que ela fala é uma situação que você tem que contar...
- Pesquisadora: Mas se você tiver alguém fumando maco-nha, é importante contar ou não?
555. Fabiano: Pra polícia, não...
556. Myrna: Não, professora, se a pessoa conta, depois ele vai atrás dela e mata...
557. Cauã: Mata não, mata nada não... (MIRANDA, 2022, p. 115)

A transcrição acima apresenta uma discussão sobre a concepção de “cagete”, palavra que sintetiza o preconceito sobre aquele que, no caso específico, leva informações sobre o tráfico ou uso de substâncias psicoativas proibidas, na escola. O diálogo apresenta diferentes perspectivas entre os interlocutores, refletindo nuances culturais e distintas crenças sobre o tema.

A pesquisadora inicia o debate questionando se a proibição informal de ser cagete ajuda ou piora determinada situação. Myrna discorda da pesquisadora, afirmando que a proibição piora a situação. Pedro Paulo concorda com a proibição, mas reconhece a dificuldade de eliminar esse comportamento (“não tem como tirar esse cagete”). Fabiano reforça

a posição de Myrna, indicando que a proibição piora a situação. Pedro Paulo [552] sugere uma solução extrema para eliminar o cagete, indicando que só seria possível fazê-lo eliminando todos que apresentam esse comportamento. Essa última concepção pode servir de elemento inferencial sobre a raiva e sobre a extrema rejeição a uma pessoa que reporta o uso de drogas ilícitas nas dependências escolares. Kamila argumenta que a que ser cagete pode levar a consequências negativas, como violência física e verbal, concluindo que as pessoas se sentem desencorajadas a reportar problemas por medo de serem rotuladas como cagete e por medo das possíveis consequências violentas.

Cauã [554], diferentemente dos demais sujeitos, faz uma distinção entre situações em que é necessário reportar algo e o comportamento de ser cagete, delineando que este último se refere a revelar segredos confiados a alguém, enquanto relatar problemas sérios, no contexto escolar, não se enquadram nessa definição. Apesar de não estar explícito, podemos inferir que se refere a uma situação em que risco de morte pode estar envolvido, como cenários de automutilação ou overdose, por exemplo.

Portanto, a análise revela uma discordância geral sobre a eficácia e a moralidade da proibição informal de ser cagete, com diferentes concepções sobre quando é apropriado denunciar e as possíveis consequências desse ato. Enquanto alguns argumentam que a proibição só piora as coisas e desencoraja a comunicação sobre a utilização de drogas nas dependências escolares, outros expressam preocupação com os riscos de denunciar, especialmente em situações potencialmente perigosas. A discussão reflete a complexidade da regulação pelas normas sociais, éticas e elementos da sociogênese da formação do preconceito em relação à divulgação de informações confidenciais e à responsabilidade individual de reportar comportamentos de tráfico ou uso de substâncias psicoativas proibidas nas dependências escolares. Entretanto, acima de todas essas concepções, está o aspecto destacado por Cauã, em que há situações que devem se sobrepor à proibição informal e que seriam meritórias o suficiente para justificar a comunicação.

Então, a compreensão da formação de crenças e valores é fundamental para a elaboração de intervenções para a desconstrução de preconceitos. A vinculação entre premissas e emoções negativas pode, então, motivar expressões de violência. Por exemplo, uma premissa generalizada como “cagete merece morrer”, quando reguladas por emoções como o nojo, o desprezo ou a raiva, pode desencadear generalizações e comportamentos preconceituosos, e extremamente violentos, a qualquer um que seja atribuída a alcunha de cagete. Assim, uma das chaves para enfrentar o preconceito está na compreensão da regulação emocional e no seu poder, simultaneamente, aprisionador ou libertador, além da racionalidade das premissas (BECK; DEFFENBACHER, 2000).

No sentido de compreender a importância da identificação das unidades cognitivas, podemos nos apoiar no descrito em um excerto trazido por Silva (2017). Essa passagem nos auxilia a identificarmos uma premissa que está na raiz do preconceito de que uma pessoa obesa não é capaz de realizar qualquer atividade que envolva esforço físico.

Não, porque assim, na escola, eu dançava, fazia aula de dança, quando eu entrava ‘nossa tem uma gordinha no meio’, quando eles viam eu dançando ‘nossa, a gordinha dança melhor que a magrinha’. Então assim, era aquele tabu de que gordinho não sabe fazer nada, né? ‘Gordo é preguiçoso, gordo é aquilo outro’, mas ele não vê o que você é capaz, só pensa pelo seu corpo, mas não por você ‘uai, mas você dá conta de fazer isso?’, ‘dou, uai, porque não? Eu sou é gorda, não sou aleijada’. (SILVA, 2017, p. 125)

A partir da auto-explicação da experiência de dançar, um dos sujeitos da mencionada pesquisa detalha a sua percepção sobre uma premissa generalizada, sem sustentação em evidências, de que uma pessoa obesa não tem capacidade para realizar atividades que exijam esforço físico. Segundo ela, as pessoas pensam que “gordo é preguiçoso, gordo é aquilo outro”. Entretanto, ao mostra-se apta para a dança enfrentava essa falsa premissa por meio da evidência de dançar “melhor do que a

magrinha”, ao que, a partir da sua narrativa, podemos inferir, até mesmo, um certo grau de satisfação em contradizê-la por meio de suas habilidades. Ela destaca, então, a surpresa que percebe nos participantes da roda de dança ao terem o seu preconceito confrontado em uma vivência – a própria dança – na qual uma pessoa obesa podia apresentar um melhor desempenho do que outros indivíduos.

Nesse sentido, para enfrentar o preconceito, podemos seguir duas direções independentes, mas complementares. Primeiramente, fortalecer o empoderamento individual para alterar concepções preconceituosas, promovendo a responsabilidade pelo aumento da capacidade de agência e pelo encorajamento à realização de mudanças autônomas (PIRES; BRANCO, 2023a, 2023b). Em segundo lugar, priorizar as estratégias sociais que possam afetar as emoções subjacentes às premissas preconceituosas, tais como a vivência da dança descrita no exemplo anterior, reconhecendo que a principal sustentação dessas unidades cognitivas reside nas emoções negativas a elas entrelaçadas ao longo de vivências passadas, reais ou imaginadas, com ou sem evidências (ZITTOUN; VALSINER, 2016). A essa estratégia damos o nome de híbrida, por incluir elementos individuais e coletivos. Ela não se aplica ou resolve todos os casos, sendo bastante adequada aos preconceitos com elevado grau de consciência, em cenários de baixa ou média violência, como anteriormente explicado.

Portanto, ao integrarmos os conceitos de esquemas, estruturas e de unidades cognitivas (BECK, 2020) com elementos teóricos da Psicologia Cultural, tais como a análise dos posicionamentos dinâmicos do *self* (LOPES-DE-OLIVEIRA; BRANCO; FREIRE, 2020), ou o estudo da equifinalidade de trajetórias (SATO; TANIMURA, 2016), a compreensão do processo de formação e enfrentamento do preconceito torna-se mais aprofundado. As unidades cognitivas, que incorporam tanto aspectos cognitivos quanto emocionais, representam postos-chaves na articulação entre psicologia clínica, cultural e na abordagem do preconceito de maneira integral, por meio de estratégias individuais e sociais, na busca por um enfrentamento escalável e eficaz à violência e ao preconceito.

A natureza recíproca da construção cultural indivíduo-social (PIRES, 2023b) é, portanto, um bom ponto de partida para a elaboração de estratégias mais amplas, coletivas e escaláveis para o enfrentamento à violência. Nesse contexto, as contribuições de Beck revolucionaram a compreensão da dimensão intrapsicológica da formação de crenças e seus efeitos generalizadores, destacando a influência recursiva do pensamento sobre si mesmo e seus desdobramentos nas ações humanas.

FORMAS INOVADORAS PARA O ENFRENTAMENTO À VIOLÊNCIA E AO PRECONCEITO: UMA ABORDAGEM INTEGRADA

Enfatizamos que o enfrentamento à violência e ao preconceito é uma questão complexa que demanda abordagens inovadoras, capazes de transcender métodos tradicionais. Se assim não fora, os graves problemas, causados por comportamentos violentos e dos quais somos testemunhas, não ocorreriam por todo o mundo. A necessidade de soluções mais complexas deriva da intrincada interrelação entre emoções, estruturas cognitivas e o ecossistema cultural, em um nível social.

A relação entre emoções, crenças e pensamentos automáticos é evidente no fenômeno do preconceito, onde emoções negativas como medo e raiva podem reforçar estereótipos que potencialmente atuarão na formação de novas crenças. Nesse sentido, potencialmente promissora para a desconstrução de preconceitos, são as abordagens psicodramáticas, propostas por Moreno (1993). Essa é uma técnica terapêutica fora do domínio da TCC, que promove a exploração de dinâmicas sociais e individuais de maneira dramática e participativa, com potencial para desconstruir preconceitos por meio da vivência de emoções e compreensão das interações sociais.

No contexto escolar, por exemplo, o psicodrama pode ser adaptado para além de suas aplicações clínicas e de forma inovadora para enfrentar o preconceito. Através de atividades psicodramáticas, os estudantes podem vivenciar e explorar emoções associadas ao preconceito,

promovendo empatia e compreensão mútua. Por exemplo, uma atividade poderia envolver representações dramáticas de situações em que ocorre discriminação no dia-a-dia de um estabelecimento de ensino, permitindo que os participantes experimentem as emoções envolvidas. Apesar da brevidade de nossa explicação, é importante destacar que o psicodrama não é apenas uma técnica teatral, mas um instrumento de intervenção em psicoterapia que necessita de formação especializada para a sua adequada adaptação e condução.

Outra abordagem inovadora pode ser a integração de técnicas de realidade virtual para criar experiências imersivas que eliciem emoções relacionadas ao preconceito. Essas experiências virtuais podem ser guiadas por princípios da TCC, com base nos elementos da cultura coletiva que orientam as práticas sociais evidentes e veladas, levantados pelos métodos da Psicologia Cultural. Por meio dessas estratégias e técnicas podemos desafiar crenças distorcidas, promovendo novas emoções que atuem como pesos e contrapesos nas estruturas cognitivas já formadas, o que pode fomentar as necessárias transformações das unidades cognitivas relacionadas aos preconceitos.

A necessidade de estratégias híbridas e heterodoxas que mobilizem a complexa interação das emoções na estrutura cognitiva é, portanto, crucial para o enfrentamento efetivo à violência e ao preconceito. Sobre isso, Pires (2024) destaca a importância de nos libertarmos de preconceitos na adaptação de técnicas psicológicas clínicas para uso comunitário, visando promover ambientes mais inclusivos e respeitosos.

A eficácia de abordagens fragmentadas por tipo de preconceito versus uma abordagem global e vivencial deve ser debatida em trabalhos futuros, levantando questões sobre qual estratégia seria mais benéfica. Enquanto a fragmentação permite foco detalhado e desenvolvimento de estratégias específicas, ela pode falhar em abordar a complexidade das interconexões entre diferentes formas de preconceito. Em contraste, uma abordagem global reconhece a influência das

emoções, crenças e valores na formação do preconceito, promovendo compreensão profunda e abrangente.

A escolha entre abordagens fragmentadas e globais depende do contexto e dos objetivos específicos da intervenção. Uma estratégia híbrida, combinando elementos de ambas as abordagens, pode ser a mais adequada, envolvendo a participação ativa das pessoas no ambiente de intervenção e permitindo a criação de estratégias adaptáveis que reconheçam a complexidade do preconceito e promovam transformação efetiva. O enfrentamento ao preconceito, portanto, é uma missão compartilhada que exige colaboração, compreensão e ação coletiva, destacando a importância de uma abordagem integrada e flexível para promover mudanças significativas na sociedade.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A interconexão entre a Psicologia Cultural, a Teoria Cognitivo-Comportamental e as estratégias de enfrentamento à violência é evidenciada ao explorarmos os fundamentos teóricos que abordam as crenças e valores como elementos essenciais na formação do preconceito.

A definição de crenças e valores proporciona um arcabouço inicial para compreendermos como essas unidades orientam decisões e comportamentos expressivos ao longo do tempo. Temos argumentado, há tempos, que existe uma profunda vinculação das emoções nas crenças (PIRES, 2023a, 2023b, 2023c; PIRES; BRANCO, 2007, 2008, 2012, 2023a, 2023b), ressaltando o papel fundamental destas últimas na orientação das crenças. As emoções, nesse contexto, são fundamentais na formação da subjetividade, sendo influentes no processo decisório, inclusive no desenvolvimento de preconceitos.

Além disso, mostramos como pode ser benéfico para a compreensão da violência quando articulamos robustas teorias que oferecem inteligibilidade, tanto sobre os processos intrapsicológicos, principalmente os relacionados ao papel regulador das emoções, quanto de aspectos sociais. Nesse contexto, a análise dos processos cognitivos envolvidos

na formação de crenças, conforme especificamente abordado na TCC, ganha relevo quando consideramos o exemplo prático das premissas preconceituosas relacionadas às emoções negativas. A configuração do preconceito, como ilustrado pelo exemplo “pessoas obesas não realizam tarefas que exijam esforço físico”, é enraizada na interseção entre premissas cognitivas sem sustentação ou evidências e poderosas emoções, como a raiva, o desprezo e o nojo, por exemplo.

O enfrentamento de tal cenário, independentemente das inegáveis responsabilidades sociais e coletivas, requer o empoderamento do indivíduo para alterar suas próprias concepções, agindo de maneira autônoma, mas socialmente promovida. Essa concepção emerge como um aspecto crucial, uma vez que podemos nos aproveitar da construção multidirecional entre o social e individual, conforme indicado pela Psicologia Cultural. Além disso, a compreensão de que as emoções negativas são um pilar importante na sustentação das premissas preconceituosas sugere que seja realizada uma abordagem híbrida, priorizando o enfrentamento dessas emoções subjacentes.

Considerando a subjetividade como um sistema complexo e aberto, as estratégias de enfrentamento ao preconceito devem ser adaptáveis à intensa individuação. Nesse contexto, a utilização de técnicas como a do psicodrama, adaptado aos diversos contextos, das artes e do esporte, se mostra como uma alternativa promissora para promover a desconstrução do preconceito em boa parte dos indivíduos, em cenários preventivos e nos que as expressões de violência, de baixa ou média intensidade, sejam observadas.

A integração dessas abordagens teóricas oferece uma perspectiva abrangente para o enfrentamento à violência, destacando a importância das emoções na formação e a para a desconstrução do preconceito. A compreensão profunda da dinâmica processual das crenças, processos cognitivos e preconceito, aliada ao reconhecimento da influência das emoções, fornece bases sólidas para a elaboração de estratégias híbridas e adaptáveis que visam criar sociedades mais inclusivas e justas.

Além disso, devemos desenvolver formas de avaliar a eficácia desse tipo de intervenção e o impacto dessas técnicas sob os pontos de vista coletivo e individual. A condução de pesquisas comparativas, empregando abordagens fragmentadas e globais, emerge como uma providência necessária para prover compreensão sobre as formas que essas estratégias influenciam a percepção, atitudes e comportamentos das pessoas em relação ao preconceito.

É necessário, ainda, estendermos o escopo da pesquisa para explorar a durabilidade dos efeitos das intervenções ao longo do tempo. Com essa medida, busca-se não apenas mensurar conquistas imediatas, mas também buscarmos a compreensão sobre como as mudanças na estrutura cognitiva resultantes dessas intervenções podem se traduzir em transformações comportamentais e sociais sustentáveis, enriquecendo assim o entendimento das dinâmicas sociogênicas envolvidas na promoção da igualdade e na redução do preconceito.

Concluimos, portanto, que a abordagem mais adequada para o enfrentamento ao preconceito é uma combinação estratégica, baseada em um plano de ação coletivo, ao que denominamos de abordagem híbrida. A elaboração desse plano deve envolver a participação ativa das pessoas que interagem no ambiente ou contexto da intervenção, o que abre a possibilidade para considerar perspectivas diversas, identificar desafios específicos e criar estratégias adaptáveis. Ao integrar elementos das abordagens fragmentada e global, é possível criar um plano abrangente e flexível, reconhecendo a complexidade do enfrentamento ao preconceito, cujo sucesso depende da realização de uma jornada compartilhada, de colaboração, compreensão e ação coletiva.

REFERÊNCIAS

- BECK, Aaron T. Thinking and depression: II. Theory and therapy. **Archives of general psychiatry**, v. 10, n. 6, p. 561-571, 1964.
- BECK, Aaron T. **Cognitive therapy and the emotional disorders**. Penguin, 1979.
- BECK, Judith S. **Cognitive behavior therapy: Basics and beyond**. Guilford Publications, 2020.

- BECK, Aaron T.; DEFFENBACHER, Jerry L. **Prisoners of hate: The cognitive basis of anger, hostility and violence**. 2000.
- BECK, Aaron T.; LIESE, Bruce S. **Terapia Cognitivo-Comportamental para transtornos por uso de substâncias e dependências comportamentais**. Artmed Editora, 2023.
- FRANKL, Viktor E. **Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração**. Editora Sinodal, 2013.
- GABRIEL, Leandro. **Violência Escolar: uma percepção discente**. Editora Dialética, 2023.
- LOPES-DE-OLIVEIRA, Maria Cláudia Santos; BRANCO, Angela Uchoa; FREIRE, Sandra Ferraz Dourado Castillo (Eds.). **Psychology as a dialogical science: Self and culture mutual development**. Springer International Publishing, 2020.
- MARTIN, Jeffrey. Self, Reality, Knowledge and Theory: Is Social Constructionism Antithetical to Sport and Exercise Psychology Research? **Psychology**, v. 13, n. 9, p. 1353-1390, 2022. <https://doi.org/10.4236/psych.2022.139088>
- MARTINS, Hildeberto Vieira. Psicologia, colonialismo e ideias raciais: uma breve análise. **Revista Psicologia Política**, v. 19, n. 44, p. 50-64, 2019.
- MIRALLIA, Maria Clara Favarão Crespi *et al.* Concepções de professores sobre a atuação da psicologia no contexto escolar. **Educação em Foco**, v. 28, n. 1, p. e28004-e28004, 2023.
- MIRANDA, Theresa Raquel Borges de. **Cultura de paz na escola: práticas dialógicas e desenvolvimento da autonomia dos estudantes como mobilizadores da mudança**. Tese (Doutorado em Processos de Desenvolvimento Humano e Saúde) — Universidade de Brasília, Brasília, 2022. <http://repositorio2.unb.br/jspui/handle/10482/44401>
- MORENO, Jacob Levy. **Psicodrama**. Editora Cultrix, 1993.
- PIRES, Sergio Fernandes Senna. Deconstructing myths and reallocating borders: Contributions of clinical psychology beyond the office. In: **Health of Tomorrow: Innovations and Academic Research**. Seven Editora, 2024. <https://doi.org/10.56238/sevened2023.007-074>
- PIRES, Sergio Fernandes Senna. Enfrentamento sustentável e integral à violência e aos preconceitos na escola: um desafio complexo, mas viável. **Revista Contemporânea**, v. 3, n. 07, p. 8012-8038, 2023a. <https://doi.org/10.56083/rcv3n7-036>
- PIRES, Sergio Fernandes Senna. Psicologia Cultural: uma poderosa abordagem para a compreensão dos fenômenos humanos complexos. **Revista Contemporânea**, v. 3, n. 11, p. 19896-19920, 2023b. <https://doi.org/10.56083/rcv3n11-004>
- PIRES, Sergio Fernandes Senna. A violência como expressão dos desejos e das decisões humanas no ambiente acadêmico. In Alvarenga, F. (Org.). **Novos estudos em ciências humanas**. São Paulo: Dialética, 2023c. p.175-190. <https://doi.org/10.48021/978-65-270-0788-3-C8>
- PIRES, Sergio Fernandes Senna. Reflexões sobre a criação de uma rede nacional de referência para o enfrentamento à violência e ao preconceito na escola. **Revista Contemporânea**, 3(8), 2023d, p. 10559–10571. <https://doi.org/10.56083/Rcv3N8-035>

PIRES, Sergio Fernandes Senna; BRANCO, Angela Uchoa. Protagonismo infantil: co-construindo significados em meio às práticas sociais. **Paidéia**, v. 17, n. 38, p. 311-320, 2007. <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-863X2007000300002>

PIRES, Sergio Fernandes Senna; BRANCO, Angela Uchoa. Cultura, self e autonomia: bases para o protagonismo infantil. **Psicologia: teoria e pesquisa**, v. 24, n. 1, p. 415-421, 2008. <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-37722008000400004>

PIRES, Sergio Fernandes Senna; BRANCO, Angela. Protagonismo infantil no contexto escolar: cultura, self e autonomia na construção da paz. In: BRANCO, A.U.; LOPES-DE-OLIVEIRA, M.C.S. (Orgs.). **Diversidade e cultura da paz na escola**. Porto Alegre: Mediação, 2012. p. 347-370.

PIRES, Sergio Fernandes Senna; BRANCO, Angela Uchoa. Protagonismo como valor estruturante: Enfrentando a invisibilidade infantojuvenil na escola. **Revista Portuguesa de Educação**, v. 36, n. 2, p. e23035-e23035, 2023a. <https://doi.org/10.21814/rpe.27217>

PIRES, Sergio Fernandes Senna; BRANCO, Angela Uchoa. Transformação cultural nas escolas para promoção da paz. In: SENA, Denise Pereira Alves. (Org.). **Estudos atuais em Psicologia e Sociedade**. São Paulo: Dialética, v.6, 2023b, p. 205-225. <https://doi.org/10.48021/978-65-252-7616-8-c10>

SATO, Tatsuya; TANIMURA, Hitomi. The Trajectory Equifinality Model (TEM) as a general tool for understanding human life course within irreversible time. In: SATO, Tatsuya; MORI, Naohisa; VALSINER, Jaan (Eds.), **Making of the future: The trajectory equifinality approach in cultural psychology**. IAP, 2016, p. 21-42.

SILVA, Milena Oliveira da. **Corpo, cultura e obesidade: desenvolvimento de posicionamentos dinâmicos de si em mulheres submetidas à gastroplastia**. Tese (Doutorado em Processos de Desenvolvimento Humano e Saúde) — Universidade de Brasília, Brasília, 2017. <http://repositorio2.unb.br/jspui/handle/10482/24624>

SNOWDEN, Dave. **Cynefin: weaving sense-making into the fabric of our world**. Cognitive Edge-The Cynefin Company, 2021.

SNOWDEN, David J.; BOONE, Mary E. A leader's framework for decision making. **Harvard business review**, v. 85, n. 11, p. 68, 2007.

VALSINER, Jaan. **An invitation to cultural psychology**. Sage, 2014.

VALSINER, Jaan. **General human psychology**. Springer, 2021.

TORO-TOBAR, Ronald Alberto; GRAJALES-GIRALDO, Francy Lorena; SARMIENTO-LÓPEZ, Julián Camilo. Risco de suicídio segundo a tríade cognitiva negativa, ideação, desesperança e depressão. **Aquichan**, v. 16, n. 4, p. 473-486, 2016. <https://doi.org/10.5294/aqui.2016.16.4.6>

VAN DER MERWE, Susara E. et al. Making sense of complexity: using SenseMaker as a research tool. **Systems**, v. 7, n. 2, p. 25, 2019.

WAGONER, B.; CHRISTENSEN, B. A.; DEMUTH, C. (Eds.). **Culture as process: A tribute to Jaan Valsiner**. Cham: Springer, 2021. <https://doi.org/10.1007/978-3-030-77892-7>

XU, Shuangshuang; WU, Aruna; LI, Xiaowen. Jaan Valsiner, a Keen Perceiver and Creator of Cultural Ecology. In: WAGONER B.; CHRISTENSEN B.A.; DEMUTH C. (Eds.). **Culture as Process: A Tribute to Jaan Valsiner**, p. 327-335, 2021.

ZITTOUN, T.; VALSINER, J. Imagining the Past and Remembering the Future: How the unreal defines the real. In: SATO, T.; MORI, N.; VALSINER, J. (Eds.). *Making of The Future: The Trajectory Equifinality Approach in Cultural Psychology*. Charlotte, NC: Information Age Publishing, 2016. p. 3-20.