



**TRANSMISSÃO TRANSGERACIONAL DA  
OPRESÃO RACIAL INTERNALIZADA:  
EFEITO MODERADOR DA IDENTIDADE SOCIAL**

FILIPA DA SILVA VIEIRA

Orientadora de Dissertação:

PROF.<sup>a</sup> DOUTORA MARIANA PIRES DE MIRANDA

Professora de Seminário de Dissertação:

PROF.<sup>a</sup> DOUTORA MARIANA PIRES DE MIRANDA

Dissertação submetida como requisito parcial para a obtenção do grau de:

MESTRE EM PSICOLOGIA CLÍNICA

Dissertação de Mestrado realizada sob a orientação da Prof. Doutora Mariana Pires de Miranda, apresentada no ISPA-Instituto Universitário para obtenção de grau de Mestre na especialidade de Psicologia Clínica.

## Agradecimentos

Começo por agradecer à Prof. Doutora Mariana Pires de Miranda, pela excelente orientação, apoio e dedicação dada durante estes últimos meses. Por me fazer acreditar que era possível e me ter transmitido os vários ensinamentos e conhecimentos e a paixão por esta área, em especial por este projeto, que vai para além desta dissertação e do qual me orgulho tanto de ter feito parte.

À Domi, pela parceria e ajuda, por estar sempre disponível para partilhar ideias, conhecimentos, dúvidas e angústias, por me fazer sentir que não estava sozinha e acreditar que ia dar certo.

À Anna, pelo incansável apoio que deu ao longo das várias etapas deste trabalho, pela sua enorme dedicação ao projeto, pela vontade genuína de ajudar e pelos momentos de partilha de conhecimentos e experiências, que tanto me inspiraram e motivaram.

À Alciomara, pela incrível ajuda que deu na obtenção de participantes e na realização das entrevistas.

Ao CEPAC, associação que nos ajudou a obter contactos de pessoas para participarem no estudo, pela disponibilidade e apoio. Esta colaboração foi sem dúvida indispensável para a realização deste trabalho.

A todas as pessoas que, de alguma maneira, ajudaram a passar a mensagem para assim conseguirmos alcançar o objetivo de participantes. A todas aquelas que se disponibilizaram para participar, um grande obrigado, pela coragem e pela entrega ao nosso estudo, pelas partilhas que muitas delas fizeram e que tão ricas foram para mim, tanto para a elaboração deste trabalho como a nível pessoal.

À minha psicóloga, que foi fundamental em vários momentos da minha vida até aqui e que me tem ajudado a alcançar a melhor versão de mim.

À Mariana, minha colega de casa e amiga, por todos os momentos de partilhas e companhia nos últimos anos em Lisboa, que tornaram tudo mais fácil, e pelos bons momentos nos últimos meses, também partilhados com a Beatriz, que foram essenciais para recarregar baterias.

À Daniela e à Iara, as amigas de sempre, por estarem lá quando preciso e por todos os momentos compartilhados, que tão importantes foram para a conclusão deste percurso e para a minha vida.

Aos meus quatro avós, que infelizmente já não estão cá para me ver terminar este ciclo, mas que sempre foram e sempre serão importantes a cada passo meu, porque fazem parte de quem eu sou.

Ao Gui, o meu irmão, pela nossa cumplicidade, por ter o melhor abraço de todos e por ser a pessoa fantástica que é, da qual me orgulho tanto.

Aos meus pais, o meu mais profundo obrigada, sem vocês isto não seria possível! Obrigada por acreditarem sempre em mim, por terem tornado possível chegar até aqui, por todo o amor e carinho e por simplesmente serem quem são.

Obrigada!

## **Resumo**

Este estudo aprofunda o conhecimento sobre opressão racial internalizada, em particular o sentimento de dívida que populações racializadas Afrodescendentes teriam pelo suposto papel civilizador recebido pelos Europeus Brancos durante a colonização. Procuramos testar o efeito de transmissão transgeracional desta dívida colonial no contexto pós-colonial português e propor uma redução desta transmissão por fatores relativos à identidade social das gerações mais novas. O estudo realizou-se com 70 díades compostas por pessoas de duas gerações diferentes de uma mesma família, cujos elementos se identificam como Negros. Os resultados confirmaram uma correlação entre níveis de dívida colonial percebida entre as duas gerações, assim como o efeito moderador previsto da cura social. Quanto maior o número de grupos de pertença do indivíduo da segunda geração, menor a transmissão transgeracional da opressão racial internalizada. Os resultados são discutidos à luz da Psicologia Social Clínica do racismo e são apresentadas as limitações e as implicações clínicas do estudo.

**Palavras-chave:** Opressão Racial Internalizada; Mentalidade Colonial; Transgeracionalidade; Identidade Social.

## **Abstract**

This study deepens knowledge about internalized racial oppression, in particular the feeling of debt that racialized populations of Afro-descendants would have for the supposed civilizing role received by White Europeans during colonization. We seek to test the transgenerational transmission effect of this colonial debt in the Portuguese post-colonial context and propose a reduction of this transmission due to factors related to the social identity of younger generations. The study was carried out with 70 dyads composed of people from two different generations of the same family, whose members identify as Black. The results confirmed a correlation between levels of perceived colonial debt between the two generations, as well as the predicted moderating effect of social healing. The greater the number of groups the second-generation individual belongs to, the lower the transgenerational transmission of internalized racial oppression. The results are discussed considering the Clinical Social Psychology of racism and the limitations and clinical implications of the study are presented.

**Keywords:** Internalized Racial Oppression; Colonial Mentality; Transgenerationality; Social Identity.

## Índice

Introdução.....	1
Preconceito e Racismo.....	1
Opressão Racial Internalizada e Mentalidade Colonial.....	2
Transgeracionalidade e Socialização Étnico-Racial.....	4
Identidade Social e Cura Social.....	9
O Presente Estudo.....	11
Método.....	13
Participantes.....	13
Procedimento e Instrumentos.....	15
<i>Escala de Mentalidade Colonial</i> .....	16
<i>Identidade Social (Post-its)</i> .....	17
<i>Questionário Sociodemográfico</i> .....	19
Resultados.....	19
Discussão.....	23
Limitações.....	26
Implicações clínicas.....	27
Referências.....	29
Anexos.....	37
Anexo 1. Consentimento Informado.....	37
Anexo 2. Questionário Sociodemográfico.....	38
Anexo 3. Escala Mentalidade Colonial.....	40
Anexo 4. Identidade Social (Post-its).....	42
Anexo 5. <i>Debriefing</i> .....	43
Anexo 6. Revisão de Literatura Alargada.....	45

## Índice de Tabelas

<b>Tabela 1.</b> <i>Características sociodemográficas da primeira geração</i> .....	14
<b>Tabela 2.</b> <i>Características sociodemográficas da segunda geração</i> .....	15
<b>Tabela 3.</b> <i>Análise de conteúdos Post-its</i> .....	21

## Índice de Figuras

<b>Figura 1.</b> <i>Modelo do presente estudo</i> .....	12
<b>Figura 2.</b> <i>Modelo um fator Dívida Colonial G1</i> .....	17
<b>Figura 3.</b> <i>Modelo um fator Dívida Colonial G2</i> .....	17
<b>Figura 4.</b> <i>DC_G1 prevê positivamente DC_G2</i> .....	19
<b>Figura 5.</b> <i>Resumo gráfico da informação recolhida sobre identidade social</i> .....	20
<b>Figura 6.</b> <i>Efeito moderador da quantidade de grupos na transmissão geracional da DC</i> .....	22

## **Introdução**

### **Preconceito e Racismo**

Allport (1954) definiu o preconceito como sendo uma atitude hostil a respeito de um indivíduo, simplesmente por este fazer parte de um grupo desvalorizado socialmente, apoiando-se numa generalização considerada inflexível e incorreta.

Tendo em conta que existem vários grupos socialmente desvalorizados, existem também vários tipos de preconceito. Aquele que é dirigido aos grupos, ou membros dos grupos, determinados por características físicas ou fenotípicas, é o preconceito racial (Lima & Vala, 2004). O racismo vai para além deste preconceito, uma vez que consiste num processo de hierarquização, exclusão e discriminação de um sujeito ou de toda a sua categoria racializada, através da interpretação abusiva de que uma certa característica física externa está diretamente associada a uma característica intrínseca (Lima & Vala, 2004). São as atitudes face a grupos que estão na base das ideologias que justificam a discriminação (Pettigrew & Meertens, 1995). É neste sentido que Vala (2021, p.15) considera o racismo uma ideologia que defende que a “diversidade humana pode ser agrupada em raças inerentemente desiguais”, tendo umas mais poder e superioridade que outras.

Para compreender a formação desta ideologia no nosso contexto atual, precisamos, antes de mais, fazer uma contextualização histórica. Portugal foi um país ligado à escravidão e colonizou diversos países. Durante esta época de colonialismo, devido ao contexto que normalizava a discriminação e a exploração, o racismo era aceite e manifestado abertamente (Lima & Vala, 2004). Foi após a Segunda Guerra Mundial que existiram diversas mudanças históricas, nomeadamente a luta pelos direitos civis, as guerras pela libertação das colónias e a Declaração dos Direitos Humanos (1948), que fizeram com que surgisse a norma social e legal antirracista. Com isto, a expressão do preconceito e do racismo mudou consideravelmente, tornando-se mais sutil e indireta (Lima & Vala, 2004; Vala, 2021).

Este racismo de que falamos, seja ele mais flagrante ou mais sutil, é o chamado racismo interpessoal, aquele que diz respeito ao preconceito e à discriminação, intencional ou não, incluindo faltas de respeito, desconfiança, desvalorização e desumanização (Jones, 2000).

Para além destas expressões do racismo, existe também aquele que está implementado nos sistemas normativos e estruturais da sociedade – o racismo institucional. Trata-se de um acesso diferenciado aos bens, aos serviços e às oportunidades da sociedade, devido à

racialização (David et al., 2019; Jones, 2000). Este nível do racismo favorece uma desigualdade de poder entre os grupos, dando privilégios a um e levando à opressão do outro (David et al., 2019).

Existe ainda uma outra dimensão, a opressão racial internalizada, que diz respeito à aceitação, por parte dos membros de grupos racializados, de preconceitos, aspetos negativos e crenças do opressor sobre si e o seu grupo (Alleyne, 2004; Jones, 2000; Williams, 2008). O impacto deste nível de racismo na saúde física e mental da pessoa discriminada tem recebido pouca atenção empírica no campo da psicologia, apesar de, recentemente se verificar um aumento dos estudos neste sentido (David et al., 2019; Vala, 2021; Williams, 2008).

### **Opressão Racial Internalizada e Mentalidade Colonial**

Considera-se a teoria da dupla consciência de Du Bois (1903) o primeiro relato académico da opressão racial internalizada. Esta teoria aborda o conflito psicológico sofrido pelas pessoas Negras ao tentarem construir a sua identidade americana, identidade esta que desvaloriza a negritude. Relativamente a estudos empíricos sobre a opressão racial internalizada, o primeiro foi realizado por Clark e Clark, em 1939, onde crianças Negras, entre os três e os cinco anos, foram convidadas a escolher entre duas bonecas, uma Negra e uma Branca. Os resultados mostraram que mais de metade das crianças preferiram a boneca Branca, indicando que a pertença ao grupo estigmatizado afeta o autoconceito e a autoestima das crianças e que estas internalizam desde cedo a inferioridade associada ao seu grupo social (Clark & Clark, 1939).

A opressão racial internalizada no contexto do colonialismo foi explorado inicialmente por Fanon (1967), que afirmou que os povos colonizados pelos países europeus experienciam a opressão racial internalizada na forma de uma mentalidade colonial. A fase inicial do colonialismo ocorre quando um grupo estrangeiro invade um certo território com o intuito de explorar os seus habitantes e recursos. Em seguida, o colonizador desintegra a cultura do colonizado e trata-o como um “selvagem”, que precisa de se “civilizar”. Com isto, estabelece-se uma sociedade programada para preservar a superioridade do colonizador (David, 2008). Segundo Fanon (1963; 1967), a mentalidade colonial surge da internalização, por parte do colonizado, desta superioridade do colonizador e, conseqüentemente, da sua própria inferioridade.

Voltando ao contexto português, durante o regime ditatorial (1926-1974), a teoria do luso-tropicalismo, proposta por Freyre (1933), que descreve a suposta capacidade tipicamente portuguesa de lidar com diferentes culturas, salientando as boas relações coloniais portuguesas, foi inadequadamente apropriada e tornada numa representação social (Vala et al., 2008). Esta ideia do colonizador aparentemente amigável, pode levar mais facilmente à aceitação do colonialismo e à tolerância da opressão, facilitando assim uma mentalidade colonial nos imigrantes que vivem em Portugal vindos das antigas colónias.

Os indivíduos racializados são oprimidos e carregam consigo, através das gerações, uma bagagem histórica pesada. Como fazem parte de um sistema opressor, têm também como que um opressor interno, que na relação com o outro Branco, cria uma mentalidade colonial (Alleyne, 2004). Da romantização do colonialismo e da admiração pelo colonizador, emerge um conflito psicológico difícil de resolver, devido ao reconhecimento de que é impossível ser como o outro que idealiza (Utsey et al., 2015). Assim, a mentalidade colonial é uma construção multidimensional, que se expressa na depreciação de si, do seu corpo e/ou da sua cultura, na discriminação de outros membros do seu grupo e na tolerância à opressão histórica (David & Okazaki, 2006).

David e Okazaki (2006) testaram empiricamente, pela primeira vez, a mentalidade colonial, com população filipino-americana, e criaram um instrumento de medição – a Escala de Mentalidade Colonial. Mais tarde, Utsey et al. (2015) adaptaram esta escala para a população do Gana. Recentemente, esta foi traduzida e adaptada para o contexto português, por Ribas et al. (2023). A estrutura fatorial desta escala na versão portuguesa seguiu a mesma estrutura que versão Galiana, composta por quatro fatores: (1) discriminação dentro do grupo – hostilidade contra membros do grupo menos aculturados; (2) características físicas – percepção das características físicas africanas como menos desejáveis que as europeias; (3) dívida colonial – sentimento de dívida para com os colonizadores; e (4) inferioridade e vergonha cultural internalizada – percepção de inferioridade da sua cultura e vergonha relativamente às suas práticas culturais. Neste estudo com o objetivo de perceber o efeito da mentalidade colonial na saúde mental em Portugal, concluiu-se que existe uma associação positiva entre a mentalidade colonial e a depressão (Ribas et al., 2023).

Tal como Ribas et al. (2023), outros estudos têm explorado o impacto da mentalidade colonial e da opressão racial internalizada na saúde das pessoas de populações racializadas. James (2016) sugere, de facto, que a opressão racial internalizada pode elevar o risco de efeitos negativos na saúde mental. A nível empírico, sabe-se que está positivamente associada à

depressão (David & Okazaki, 2006; Mouzon & McLean, 2017; Nikalje & Çiftçi, 2021; Utsey et al., 2015; Ribas et al., 2023), à ansiedade (Utsey et al., 2015), à baixa autoestima (Alleyne, 2004; David & Okazaki, 2006; James, 2016; Utsey et al., 2015), ao auto-ódio (Alleyne, 2004) e ao sentimento de desamparo (Cort et al., 2009). Outras pesquisas têm sido feitas sobre o impacto na saúde física, nomeadamente, descobriu-se que a opressão racial internalizada está associado à intolerância à glicose (Tull & Chambers, 2001), assim como à acumulação de gordura abdominal (Butler et al., 2002; Tull et al., 1999).

Relativamente à educação, Cort et al. (2009) concluíram que pessoas com níveis mais baixos de escolaridade expressam níveis mais altos de opressão racial internalizada. Sugerindo que a educação pode ajudar as pessoas a lidar com as consequências negativas das formas de racismo (Cort et al., 2009). Hill et al. (2022), num estudo com chineses-americanos, mediram se os valores culturais e a opressão racial internalizada de pais e filhos, estão associados às aspirações educacionais dos adolescentes. Os resultados mostraram que estes não estão relacionados, no entanto, indicaram que a opressão racial internalizada de pais e filhos estão significativamente relacionados entre si, apresentando uma primeira evidência de uma transgeracionalidade da opressão racial internalizada.

### **Transgeracionalidade e Socialização Étnico-Racial**

A família é composta por um conjunto de elementos ligados devido às suas relações, pode dizer-se que é um sistema que se mantém em equilíbrio durante o seu desenvolvimento e evolução (Sampaio & Gameiro, 1985, cit. por Alarcão, 2006). É o grupo primário, onde o indivíduo emerge, onde se elaboram e aprendem as dimensões da interação e se vivem as relações afetivas mais profundas. Sendo assim, uma base importante para a autodefinição do indivíduo e para a sua vida social (Alarcão, 2006; Sani & Bennett, 2009).

Segundo Bertalanffy (1972), a família não pode ser limitada à soma dos seus elementos, ou seja, a vida familiar vai para além da soma das diversas vidas individuais que a compõem (Alarcão, 2006). Para além disso, ao contrário de outros sistemas, a família move-se através do tempo, pois apesar de alguns membros desaparecem com a morte, novos membros surgem através da união e/ou do nascimento (Carter & McGoldrick, 1995).

Todas as famílias se regem por leis, as quais dão origem a expectativas compartilhadas que estruturam o grupo. Os membros da família têm o compromisso e obrigação ética de corresponder a estas expectativas. Boszormenyi-Nagy e Spark (1973) chamaram lealdade a esta

força que situa o indivíduo como elemento efetivo do grupo. Para ser leal ao grupo, o membro tem de interiorizar as expectativas grupais, obedecer às regras do sistema e cumprir os seus deveres. Estes compromissos de lealdade, apesar de serem invisíveis, são importantes para a configuração, estruturação e conduta relacional da família, ajudando a criar os laços entre gerações (Boszormenyi-Nagy & Spark, 1973; Falcke & Wagner, 2005).

A transgeracionalidade refere-se, então, à transmissão de processos e valores de geração em geração, mantendo-se no decorrer da história familiar. A cultura, valores e vivências das figuras familiares significativas vão influenciar as decisões do sujeito. Os valores adquiridos por este, não serão iguais aos dos pais, mas semelhantes. Mesmo que não seja através da repetição, mas da transformação e/ou negação, a história familiar serve sempre como referencial. Normalmente, estes processos transgeracionais dão-se inconscientemente, no entanto, o sujeito pode, conscientemente, querer repetir a educação dada pela sua família de origem (Falcke & Wagner, 2005; Wagner et al., 2005).

Segundo Kaes (2001), a transmissão psíquica ajuda o sujeito a formar a sua identidade, a entender os seus limites e a relacionar-se com os outros. Este processo dá-se num determinado tempo, tem uma duração e acontece mesmo contra vontade, devido a uma necessidade de transferir para o outro aquilo que o próprio não consegue conter (Kaes, 1998; 2001). No entanto, a formação da identidade do indivíduo não será apenas influenciada pelas heranças da sua família, mas também pelas heranças do contexto em que esta se insere durante o seu desenvolvimento (Bucher-Maluschke, 2008).

Podem distinguir-se duas modalidades de transmissão psíquica: a intergeracional e a transgeracional. A transmissão psíquica intergeracional refere-se às ligações e transformações, que ocorrem de uma geração para a outra, permitindo a modificação daquilo que é transmitido (Granjon, 2000; Kaes, 1998; Santos & Ghazzi, 2012). Já a transmissão psíquica transgeracional, é de certo modo invasiva, pois não possibilita o sujeito de fazer transformações, atravessando gerações e impondo-se no seu “estado bruto”. A herança transgeracional baseia-se em conteúdos traumáticos e não elaborados, que dificultam o processamento simbólico. Transmite-se aquilo que não se retém e não se lembra, por exemplo, a falta, o recalcamento, o sofrimento, o luto, o trauma, a fantasia e os objetos perdidos por ancestrais (Granjon, 2000; Kaes, 1998; Santos & Ghazzi, 2012).

Posto isto, o legado que a família traz consigo, pode, então, conter aspetos positivos e/ou negativos, no sentido em que, podem ser transmitidos sintomas e experiências traumáticas

sofridas social e politicamente (Boszormenyi-Nagy & Spark, 1973; Bucher-Maluschke, 2008; Kaes, 2001). A transmissão do trauma, que se deve à não elaboração de vivências traumáticas, dá-se através de hábitos e de modos corporais e de existência, e não através da comunicação verbal (Kaes, 2001; Reis, 2019).

Normalmente, as famílias optam por não falar sobre as situações traumáticas do passado doloroso, no entanto, neste caso, o “não-dito” irá privilegiar o processo de transmissão. Mesmo ficando oculto ou maldito, este conteúdo será sempre transferido para as seguintes gerações, emergindo de silêncios, proibições, enigmas, conteúdos traumáticos e produções sintomáticas (Debieux, 2001). Alves-Silva e Scorsolini-Comin (2019) exploraram a transmissão transgeracional de sintomas e de processos de adoecimento como a violência, o tabagismo, a dependência química, a ansiedade e os transtornos alimentares e de stress pós-traumático. Os autores encontraram evidências de repetição destes acontecimentos adoecidos e de sofrimentos não elaborados na família.

Relativamente à comunidade Negra, os aspetos do opressor interno, como o passado histórico, os preconceitos e as feridas geracionais, são mantidos através desta transmissão transgeracional do trauma (Alleyne, 2004, 2005; Phipps & Degges-White, 2014). Nikalje e Çiftçi (2021) constataram que indivíduos que não viveram a colonização apresentaram níveis de mentalidade colonial, indicando que a colonização é internalizada e transmitida, e que o impacto psicológico desta permanece. Estes autores referem a probabilidade de a mentalidade colonial ser transmitida geracionalmente através da história e da herança colonial, de uma forma mais explícita ou implícita e em diversos sistemas como o familiar, educacional e social.

O processo e os meios pelos quais os agentes de socialização, como pais e professores, consciencializam alguém sobre a pertença a um grupo étnico-racial e o valor social desse grupo e fornecem estratégias proativas e protetivas face ao preconceito é chamado de socialização étnico-racial (França & Silva, 2021; Hughes et al., 2006). A socialização racial refere-se à transmissão de mensagens sobre a presença de racismo e discriminação e de estratégias para lidar com estes e à promoção de relações inter-raciais. Já a socialização étnica, diz respeito às mensagens explícitas e implícitas transmitidas sobre os valores culturais do grupo, as expressões artísticas, as experiências históricas e a herança grupal, promovendo o orgulho étnico (Brown & Krishnakumar, 2007).

Ainda que a socialização racial dos jovens Negros seja um processo transversal, pois ocorre em diversos ambientes, contextos e relações, os pais assumem uma grande importância

nesta socialização, sendo que a transmissão de mensagens protetoras através da socialização dos pais é essencial para neutralizar os efeitos de episódios raciais negativos (Charity-Parker & Adams-Bass, 2023).

Estas mensagens, compartilhadas por pais e filhos, sejam elas verbais ou não verbais, explícitas ou implícitas, têm um caráter dinâmico, já que implicam uma troca de informações entre o socializador e o recipiente (Hughes & Chen, 1999). Cross (1981) identificou duas possíveis orientações para a socialização, tendo em conta o grupo de referência: uma orientação exogrupal, onde existe uma representação da realidade e a criança é preparada para se relacionar com outros grupos étnico-raciais e alertada em relação às situações de preconceito; e uma orientação endogrupal, onde se dá especial importância às representações positivas do próprio grupo.

Vários estudos têm sido feitos sobre como os pais socializam os filhos acerca das pertencas racializadas e etnicizadas. Podem considerar-se quatro dimensões de socialização étnico-racial: socialização cultural, preparação para o viés, promoção da desconfiança e igualitarismo (Hughes et al., 2006). A socialização cultural diz respeito ao ensino da cultura, herança e costumes e à promoção do orgulho cultural (Hughes & Chen, 1997, 1999; Hughes et al., 2006). A preparação para o viés está relacionada à conscientização sobre a existência de racismo e discriminação (Hughes & Chen, 1997, 1999; Hughes et al., 2006). A promoção da desconfiança refere-se ao desencorajamento de manter relações e interações com pessoas de outros grupos étnico-raciais (Hughes & Chen, 1997, 1999; Hughes et al., 2006). Por fim, o igualitarismo ou silêncio sobre a racialização, acontece quando há um evitamento em falar sobre a racialização e uma sobrevalorização das qualidades individuais (Hughes & Chen, 1999; Hughes et al., 2006).

Coard et al. (2004) estudaram sobre os valores, comportamentos e socialização étnico-racial de pais Negros nos E.U.A com os seus filhos. Estes pais consideraram que adotar práticas de socialização é um dever deles, e que o seu papel na educação dos filhos é mais desafiador, devido ao facto de terem de alertar para a existência de racismo. Observou-se a transmissão de informações acerca de racismo, orgulho, igualdade e realização racial. Através de métodos como comunicação oral, demonstração e descrição de comportamentos a adotar em situações específicas e exposição a experiências culturais.

No estudo de Suizzo et al. (2008) foram realizadas entrevistas com mães Negras nos E.U.A com o objetivo de saber mais sobre certos aspetos de socialização. Concluiu-se que as

mães têm consciência da forma como o racismo impacta as experiências sociais dos seus filhos e da importância das estratégias de socialização racial. Nas entrevistas destacaram-se temas como a utilização do desempenho académico como forma de superar as barreiras do racismo e o ensino da história dos ancestrais e da cultura, através da leitura de livros sobre as suas heranças, ressaltando a beleza das suas características físicas, participando em eventos culturais e discutindo sobre racismo e discriminação.

Phinney e Chavira (1995) realizaram um estudo com pais e filhos de vários grupos minoritários e constataram que os pais se esforçam para estimular o orgulho cultural nos filhos e tendem a falar sobre cultura, realizações do grupo étnico e preconceito que os seus membros sofrem. Os autores sugerem que são estas experiências de socialização que irão definir a construção da identidade étnico-racial como positiva ou negativa.

Sabe-se que a transmissão de orgulho e conhecimentos sobre a cultura está positivamente relacionada à autoestima dos adolescentes, e que o reforço destas mensagens por parte dos pais é fundamental para o bem-estar social dos jovens Negros, habilitando-os a desenvolver um autoconceito positivo e formas de lidarem com a discriminação e preconceito racial (Constantine & Blackmond, 2002). Já a orientação para o confronto com as barreiras raciais promove resiliência e permite aos jovens Negros desenvolverem motivação e autoeficácia (Bowman & Howard, 1985).

As mensagens de socialização étnico-racial podem diferir em função do género (Hughes et al., 2006; Sanders Tompson, 1991; Thomas & Speight, 1999). As raparigas tendem a receber mais mensagens sobre socialização cultural, realização e orgulho racial, enquanto os rapazes são preparados para o preconceito, tomando conhecimento de estereótipos negativos e de estratégias para lidar com o racismo (Thomas & Speight, 1999). Isto pode dever-se ao facto de os pais percecionarem as diferenças entre as experiências sociais de meninos e meninas (Hughes et al., 2006).

Sanders Tompson (1991) encontrou uma diferença geracional na transmissão de mensagens raciais. Sendo que, adultos mais jovens tinham a recordação de receber mensagens sobre a pertença etnicizada e orgulho do grupo, e adultos mais velhos recordavam receber mais mensagens sobre orgulho pessoal e igualitarismo. A autora considera que esta diferença se deve às mudanças políticas e de condições sociais das pessoas Negras.

As experiências de discriminação dos pais podem também influenciar as formas de socialização. É de esperar que pais que tenham percecionado o próprio sofrimento da

discriminação, estejam mais sujeitos a pressupor que os seus filhos passem pelo mesmo e, assim, lhes forneçam ferramentas para lidar com isso (Hughes et al., 2006). Por exemplo, Hughes e Chen (1997) concluíram que pais que sofreram discriminação racial no trabalho, foram mais propensos a transmitir mensagens sobre promoção de desconfiança e preparação para o viés.

Uma vez descrito a forma como o processo de transmissão transgeracional da opressão racial internalizada poderá ocorrer, importa igualmente avaliar as condições sociais que poderão facilitar a persistência deste padrão nas famílias, mas principalmente aquelas condições que constituem um limite às consequências negativas do colonialismo. Como tal, abordaremos o papel da identidade social dentro do enquadramento teórico da Cura Social.

### **Identidade Social e Cura Social**

Acredita-se que os fatores sociais, como a pertença a grupos e a identidade social resultante dessa pertença, podem condicionar a saúde geral de uma pessoa (Jetten et al., 2017). Segundo a Teoria da Identidade Social, de Tajfel e Turner (1979), os indivíduos sistematizam o ambiente social em categorias sociais. A categorização social é uma ferramenta cognitiva, que ajuda a compreender formas de ação social e a definir um lugar na sociedade (Tajfel, 1979; Tajfel & Turner, 1979). É esta noção de existência e pertença a diversas categorias sociais, que permite a expressão do preconceito (França & Silva, 2021).

A identidade social do indivíduo refere-se, então, aos aspetos da sua autoimagem resultantes da pertença a categorias sociais. A identidade social pode ser positiva ou negativa, será positiva se o resultado da comparação entre o endogrupo e o exogrupo for favorável. Supõe-se que o indivíduo se esforce para manter ou aumentar uma identidade social positiva, seja distinguindo o seu grupo positivamente ou trocando para um grupo mais positivo (Tajfel & Turner, 1979).

Uma vez que a pessoa se determina pela sua identidade social, as circunstâncias do grupo associadas a esta identidade vão afetar o seu bem-estar e a saúde em geral. Assim, os grupos e a identidade social resultante da pertença a estes pode funcionar como uma Cura Social (Jetten et al., 2012).

Neste sentido, quanto mais grupos e identidades sociais importantes e positivas alguém tiver, mais recursos psicológicos, saúde e bem-estar terá (Cruwys et al., 2016; Jetten et al., 2017). Esta identidade partilhada vai aumentar a perceção de semelhança e conexão entre os

indivíduos, que vão dar e receber apoio de outros membros, fornecendo um suporte social eficaz (Haslam et al., 2016; Jetten et al., 2017). Apoio este que, segundo Cruwys et al. (2016), apenas tem benefícios para o bem-estar, quando prestado em contexto de grupo. Estes autores concluíram também que, quanto mais compatibilidade entre os grupos, melhor a saúde mental. O trabalho de Haslam et al. (2016) permitiu a sistematização dos efeitos da identidade social, mostrando que uma identidade social mais plural está associada à melhoria da depressão, ansiedade, stress, solidão e satisfação com a vida.

Especificamente no que se refere a populações racializadas, os contributos de Hughes et al. (2015) ajudam-nos a descrever quanto podemos esperar que os resultados da cura social se possam generalizar a este contexto. Os autores mostraram que quanto maior a identificação dos Negros nos E.U.A com o seu grupo racial, mais positiva é a avaliação do grupo, e que quem mais se identifica com o grupo e o avalia como mais positivo, tem maior autoestima e menos sintomas depressivos. Por outro lado, a identidade racial de quem avalia o seu grupo de forma mais negativa estava associada a mais sintomas depressivos.

Os grupos podem funcionar também como uma maldição social, quando a pertença a estes prejudicar a saúde e bem-estar do sujeito. Este pode ser o caso de participações em grupos estigmatizados ou que não dão apoio social adequado (Jetten et al., 2017; Wakefield et al., 2019). No entanto, existem evidências de que o sentimento de identidade social compartilhada pelos membros de grupos com baixo estatuto pode levar a uma organização eficaz que irá garantir o apoio necessário para levar à diminuição do stress, ao desafio à autoridade e à promoção da mudança social. Isto porque a internalização do “nós” leva os membros do grupo a sistematizar as suas ações, apoiando-se entre si, de maneira que os esforços pessoais se tornem coletivos. Adquirir esta identidade compartilhada permite que o indivíduo ganhe poder através do seu grupo e possibilita uma mudança social bem-sucedida (Haslam & Reicher, 2012).

Tal como os resultados de Hughes et al. (2015) acima descritos, em que, como vimos, a cura social se estende a grupos racializados, nestes grupos, que enfrentam as consequências negativas do preconceito e discriminação, ter uma identidade social positiva e incluir a etnicidade na formação da sua identidade protege a saúde mental dos indivíduos, inclusivamente aumentando a sua autoestima (Shelton et al., 2006).

O facto de vivermos numa sociedade racialmente desigual, onde o racismo está enraizado, tem consequências na construção da identidade étnico-racial de jovens pertencentes a grupos racializados (Santos, 2021). A identidade étnico-racial é fundamental para a formação

da identidade global e de uma autoestima positiva. Principalmente no caso destes jovens, uma identidade étnico-racial forte, ou seja, orgulho e identificação com o grupo étnico, pode reforçar a autoestima e levá-los a desenvolver mecanismos para lidar com os efeitos da discriminação (Phinney, 1990; Santos, 2021; Umaña-Taylor, 2004).

## **O Presente Estudo**

De acordo com o que foi mencionado até aqui, sabe-se que o racismo não desapareceu, ele apenas evoluiu de uma forma flagrante para uma forma mais subtil (Lima & Vala, 2004; Vala, 2021). Especialmente em Portugal, há a crença de que não há racismo, muito devido à ideia do luso-tropicalismo, anteriormente referida. No que toca ao foco deste estudo, a opressão racial internalizada, não tem recebido muita atenção empírica, apesar de, recentemente se ter verificado um aumento dos estudos nesta direção (David et al., 2019). Em Portugal, o primeiro estudo quantitativo sobre opressão racial internalizada foi realizado por Ribas et al. (2023) e concluiu que esta está positivamente associado à depressão.

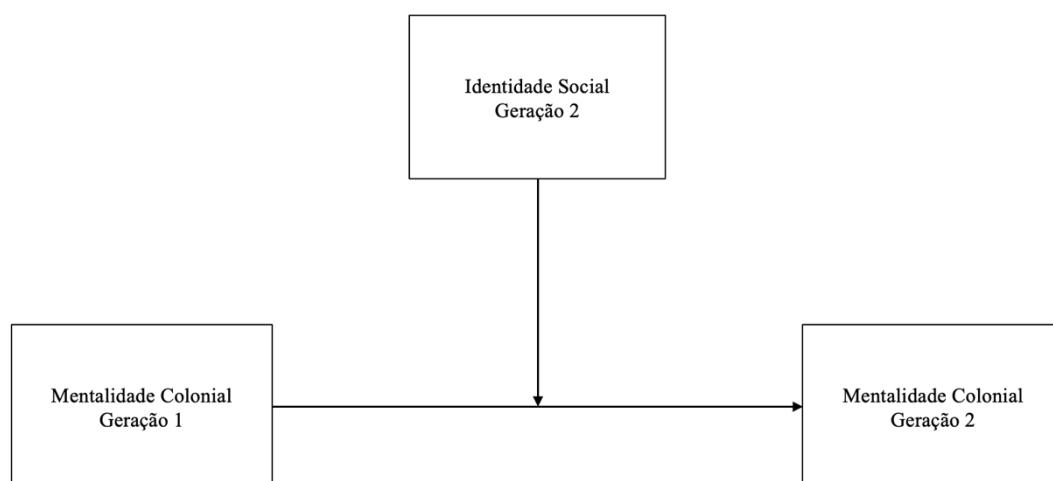
Nesta sequência, o presente estudo tem como objetivo geral perceber que determinantes contextuais estão a contribuir para a manutenção desta opressão racial internalizada de origem colonial numa sociedade pós-colonial. Para isso aprofundamos dois sistemas importantes – a família, mas também outros sistemas sociais, de pares, por exemplo, que sejam relevantes para os indivíduos. O primeiro objetivo é verificar se existe transmissão transgeracional da opressão racial internalizada, ou seja, se nas famílias de indivíduos que se identificam como Negros, a mentalidade colonial de uma primeira geração está correlacionada com a mentalidade colonial de uma segunda geração. O segundo objetivo é perceber se a identidade social dos indivíduos da segunda geração tem impacto bloqueador ou atenuador nessa transmissão (ver Figura 1).

A primeira hipótese colocada é a existência de transmissão transgeracional da opressão racial internalizada, no contexto português. Sabe-se que a família é o grupo primário (Sani & Bennett, 2009) e que existe uma transmissão de valores de geração em geração (Falcke & Wagner, 2005). Sabe-se, também, que a exposição a outros que manifestem mentalidade colonial, está positivamente relacionada com a internalização da inferioridade étnica e cultural (David & Okazaki, 2006). Ou seja, os estereótipos inferiorizantes tornam-se valores e tradições culturais, fazendo com que a opressão se institucionalize como uma norma que é transmitida através das gerações (David & Okazaki, 2006; David & Nadal, 2013; David et al., 2019). Há

pouca evidência empírica especificamente sobre a transmissão transgeracional da opressão racial internalizada, no entanto, Hill et al. (2022), num estudo desenvolvido com população asiática nos E.U.A, descobriram uma correlação transgeracional desta forma de racismo.

Como segunda hipótese pensa-se que a identidade social dos indivíduos da segunda geração modera esta transmissão. Mais especificamente, espera-se que indivíduos da segunda geração: (a) pertencentes a um maior número de grupos; (b) pertencentes a um maior número de grupos considerados muito importantes; (c) com grupos de pertença maioritariamente Negros; (d) que percecionem a avaliação da sociedade dos seus grupos como positivos; e (e) com grupos mais compatíveis com a família, apresentem níveis mais baixos de transmissão de opressão racial internalizada. Isto porque quanto mais complexa e plural a identidade social dos indivíduos, mais bem-estar geral e recursos psicológicos estes terão (Cruwys et al., 2016; Jetten et al., 2017) para fazer face à internalização desta forma de opressão racial. Para mais, sendo a socialização étnico-racial uma tarefa transversal (Charity-Parker & Adams-Bass, 2023), a pertença a grupos que podem fornecer referenciais mais positivos sobre a vivência racial pode também funcionar com um protetor desta transmissão.

**Figura 1.** *Modelo do presente estudo*



## Método

### Participantes

Participaram neste estudo 155 indivíduos que se identificaram como Negros. No entanto, 15 foram excluídos, pelo facto de, com estes ter sido apenas possível fazer entrevista com uma das gerações da mesma família. Portanto, temos um total de 140 sujeitos que constituem 70 díades familiares.

No que toca à relação entre as duas gerações, 61 díades são Mãe/Pai e Filha/Filho, cinco são Tia/Tio e Sobrinha/Sobrinho, três são Avó/Avô e Neta/Neto e uma é Irmã mais velha e Irmão mais novo. 61 díades vivem juntas atualmente, 40 afirmam ter vivido sempre juntas até o mais novo ter 18 anos, 28 dizem que nunca ou que houve períodos em que não estiveram juntos até o mais novo ter 18 anos e duas díades não responderam a esta questão.

Dos 70 indivíduos da primeira geração, 61 são do sexo feminino (87.1%) e nove são do sexo masculino (12.9%) e têm idades compreendidas entre os 25 e os 75 anos ( $M = 48.66$ ,  $DP = 9.54$ ). 37.1% dos sujeitos são solteiros, 27.1% têm o Ensino Secundário ou Profissional, 50% dizem ser muito difícil viver com o rendimento atual e 54.3% têm autorização de residência temporária. Apenas três nasceram em Portugal (4.3%) e 67 nasceram fora (95.7%), tendo imigrado para Portugal há 13.29 anos ( $DP = 15.23$ ), de seis países diferente (quatro de Africa, um da Europa e um da América do Sul) (ver Tabela 1).

Quanto aos 70 sujeitos da segunda geração, 38 são do sexo feminino (54.3%) e 32 do masculino (45.7%) e as idades estão entre os 10 e os 40 anos ( $M = 20.36$ ,  $DP = 6.78$ ). A maioria das pessoas são solteiras (84.3%), 37.1% têm o Ensino Secundário ou Profissional, 38.6% dizem que o rendimento atual dá para viver e 37.1% têm autorização de residência temporária. 19 nasceram em Portugal (27.1%) e 51 nasceram fora (72.9%), também em seis países (quatro de Africa, um da Europa e um da América do Sul) e imigraram há 3.9 anos ( $DP = 4.35$ ), sendo que 13.7% chegaram a Portugal há menos de um ano (ver Tabela 2).

**Tabela 1.***Características sociodemográficas da primeira geração*

		n	%			n	%
Escolaridade				País de nascimento			
	Sem Escolaridade	4	5.7%	Angola	22	31.4%	
	1º ciclo do Ensino Básico (4º ano)	10	14.3%	Guiné-Bissau	17	24.3%	
	2º ciclo do Ensino Básico (6º ano)	11	15.7%	São Tomé e Príncipe	16	22.9%	
	3º ciclo do Ensino Básico (9º ano)	11	15.7%	Cabo-Verde	7	10.0%	
	Ensino Secundário (12º ano) ou Ensino Profissional (nível IV)	19	27.1%	Brasil	4	5.7%	
	Licenciatura ou superior	15	21.4%	Portugal	3	4.3%	
				França	1	1.4%	
Rendimento				Ano imigração*			
	O rendimento atual permite viver confortavelmente	4	5.7%	1969-1979	6	9.3%	
	O rendimento atual dá para viver	9	12.9%	1980-1990	4	6.1%	
	É difícil viver com o rendimento atual	20	28.6%	1991-2001	6	9.3%	
	É muito difícil viver com o rendimento atual	35	50.0%	2002-2012	2	3.1%	
	Não respondeu	2	2.9%	2013-2023	47	72.2%	
Situação legal no país	Prefiro não responder	3	4.3%				
	Sem autorização de residência	1	1.4%				
	Com autorização de residência temporária	38	54.3%				
	Com autorização de residência permanente	6	8.6%				
	Com cidadania	20	28.6%				
	Não respondeu	2	2.8%				

n = 70

\* n = 65 (pois 3 nasceram em Portugal e 2 não responderam)

**Tabela 2.***Características sociodemográficas da segunda geração*

		n	%			n	%
Escolaridade				País de nascimento			
	1º ciclo do Ensino Básico (4º ano)	2	2.9%	Portugal	19	27.1%	
	2º ciclo do Ensino Básico (6º ano)	9	12.9%	São Tomé e Príncipe	15	21.4%	
	3º ciclo do Ensino Básico (9º ano)	21	30.0%	Guiné-Bissau	14	20.0%	
	Ensino Secundário (12º ano) ou Ensino Profissional (nível IV)	26	37.1%	Angola	13	18.6%	
	Licenciatura ou superior	12	17.1%	Brasil	4	5.7%	
Rendimento				Cabo-Verde	4	5.7%	
	O rendimento atual permite viver confortavelmente	12	17.1%	Alemanha	1	1.4%	
	O rendimento atual dá para viver	27	38.6%	Ano imigração*			
	É difícil viver com o rendimento atual	19	27.1%	1969-1979	0	0%	
	É muito difícil viver com o rendimento atual	10	14.3%	1980-1990	0	0%	
	Não respondeu	2	2.9%	1991-2001	1	2.0%	
Situação legal no país				2002-2012	2	4.0%	
	Prefiro não responder	10	14.3%	2013-2023	48	94.0%	
	Sem autorização de residência	7	10.0%				
	Com autorização de residência temporária	26	37.1%				
	Com autorização de residência permanente	3	4.3%				
	Com cidadania	22	31.4%				
Não respondeu	2	2.8%					

n = 70

\* n = 51 (pois 19 nasceram em Portugal)

**Procedimento e Instrumentos**

Este estudo foi aprovado pela Comissão de Ética do Instituto de Ciências Sociais da Universidade de Lisboa. A amostra foi obtida por conveniência, tendo a equipa abordado diretamente famílias Negras com pelo menos duas gerações. De cada família abordada entrevistamos dois indivíduos, um de cada geração. Sendo a primeira geração o/a cuidador/a (não necessariamente pai/mãe) do indivíduo da segunda geração. No total, realizamos 70 entrevistas, 58 foram presenciais, 11 online e uma mista. Para as entrevistas online foi criado um formulário na plataforma *Qualtrics*.

Nas entrevistas foram aplicados vários instrumentos<sup>1</sup>. Em primeiro lugar foram dados os consentimentos informados (Anexo 1) aos indivíduos de cada uma das gerações, no caso das crianças menores de idade, o consentimento foi assinado pelo adulto responsável. No final do consentimento, foi dada a possibilidade à família de se inscrever num sorteio de um de dois vouchers de 50€. Depois do consentimento para a participação, passámos a dar algumas instruções genéricas que poderiam ajudar na compreensão de como formular respostas numa escala de resposta de tipo Likert. Em seguida, cada indivíduo preencheu um questionário sociodemográfico (Anexo 2) e a Escala da Mentalidade Colonial (Anexo 3). Por último, apenas o sujeito da segunda geração, desenvolveu a atividade dos Post-its da Identidade Social (Anexo 4).

Terminámos com um *debriefing* (Anexo 5), onde fornecemos várias informações à cerca do racismo, colonialismo, luso-tropicalismo e mentalidade colonial em Portugal, e demos conhecimento de associações antirracistas em Portugal e de linhas de contacto de saúde mental.

### ***Escala de Mentalidade Colonial***

A Escala de Mentalidade Colonial (MC) foi originalmente criada por David e Okazaki (2006), para a população filipino-americana, sendo mais tarde adaptada para jovens ganenses, por Utsey et al. (2015). No presente estudo foi utilizada a versão reduzida desta escala de Ribas et al. (2023), que foi traduzida e adaptada para o contexto português, passando por uma análise fatorial exploratória e confirmatória, que comprovou a escala de quatro fatores: Discriminação Dentro do Grupo, Características Físicas, Dívida Colonial e Inferioridade e Vergonha Cultural Internalizada. Onde os itens são respondidos numa escala de 5 pontos, que varia de 1 = Discordo fortemente a 5 = Concordo fortemente.

Com o intuito de refinarmos a escala de MC, procedemos à reanálise dos dados recolhidos por Ribas et al. (2023). Concentrámo-nos em aprimorar a precisão com que o construto MC é medido e, em paralelo, em simplificar a escala pela redução do número de itens inicialmente propostos. Para analisar a qualidade dos itens deste instrumento, recorreremos à Teoria de Resposta ao Item (TRI), utilizando especificamente o modelo de Samejima para itens politómicos das Respostas Graduais (1988). A análise incidiu sobre os parâmetros de

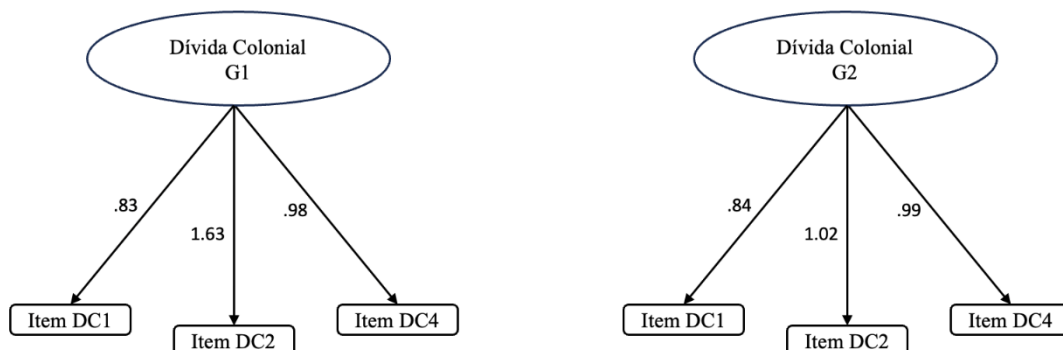
---

<sup>1</sup> Este estudo inclui-se num protocolo mais abrangente onde estão incluídos outros instrumentos, como escalas de Aculturação e de Depressão.

discriminação (a) e dificuldade (b), assim como sobre as curvas características dos itens e a informação que cada um fornece. As nossas análises indicaram que os itens 1, 5, 9 e 13 apresentaram uma distinção superior na mensuração da dimensão Discriminação Dentro do Grupo. De forma similar, os itens 2, 6, 10 e 14 demonstraram ser os mais eficientes na captura da dimensão Características Físicas; enquanto os itens 3, 7, 11 e 15 sobressaíram na representação da dimensão Dívida Colonial. Por fim, constatamos que os itens 4, 8, 12 e 16 são os mais representativos para a dimensão Inferioridade e Vergonha Cultural Internalizada.

No entanto, uma análise confirmatória multigrupo (Brown, 2015; Byrne, 2012) realizada com os dados recolhidos no presente estudo indicou que, das várias dimensões da MC avaliadas, somente a dimensão Dívida Colonial demonstrou invariâncias configuracional, métrica e escalar entre a primeira geração (G1) e a segunda geração (G2). Estas invariâncias são essenciais para assegurar que as comparações entre os dados das duas gerações sejam confiáveis (Brown, 2015; Byrne, 2012). Focando exclusivamente nesta dimensão, conseguimos identificar índices de ajustamento satisfatórios para os modelos relativos à G1 ( $\chi^2/df = 0$ ,  $CFI = 1$ ,  $TLI = 1$ ,  $RMSEA = 0$ ) e à G2 ( $\chi^2/df = 0$ ,  $CFI = 1$ ,  $TLI = 1$ ,  $RMSEA = 0$ ) (ver Figuras 2 e 3). Além disso, observámos altos valores para os coeficientes Alfa e Ômega, refletindo uma consistência interna confiável desta dimensão em ambos os grupos de participantes (G1:  $\alpha = 0.706$ ,  $\omega = 0.737$ ; G2:  $\alpha = 0.849$ ,  $\omega = 0.850$ ). Este resultado reforça a relevância da dimensão Dívida Colonial na compreensão da Mentalidade Colonial através das gerações.

**Figura 3.** Modelo um fator Dívida Colonial G1 **Figura 2.** Modelo um fator Dívida Colonial G2



### ***Identidade Social (Post-its)***

Cruwys et al. (2016) estudaram as propriedades psicométricas do Mapeamento de Identidade Social (MIS), um instrumento que leva o participante a construir um mapa visual do seu mundo social, e concluíram a existência de consistência interna e de uma boa validade convergente e discriminante. No presente estudo, fizemos uma adaptação deste instrumento, tendo em conta os nossos objetivos. Os materiais necessários para o desenvolvimento da tarefa foram: instruções escritas, post-its de três tamanhos distintos e uma caneta.

A primeira etapa foi a especificação e importância dos grupos, onde os participantes tiveram de escrever em post-its os nomes de todos os grupos aos quais pertencem, usando os tamanhos para indicar a importância dos mesmos (Post-it grande = grupo muito importante, Post-it médio = grupo moderadamente importante e Post-it pequeno = grupo menos importante). Daqui retiraram-se dois índices: o número de grupos (número total de post-its) e o número de grupos muito importantes (número de post-its maiores).

A seguinte etapa foi classificar os grupos, aqui foram colocadas diferentes questões capazes de fornecer informações relevantes sobre cada grupo. Primeiro foi pedido que indicassem, aproximadamente, a percentagem de pessoas Negras e Brancas existentes em cada grupo, sendo solicitado que escrevessem no canto superior esquerdo de cada post-it um número de 1 a 5 (1 = Quase todos brancos, 2 = Maioria brancos, 3 = Igual percentagem de brancos e negros, 4 = Maioria negros e 5 = Quase todos negros), permitindo averiguar a composição racial dos grupos. Depois foi pedido que avaliassem o quão positivo a sociedade em geral acha que é pertencer a cada grupo, escrevendo no canto superior direito de cada post-it um número de 1 = Nada positivo a 5 = Muito positivo, possibilitando assim calcular a perceção de positividade dos grupos. Por último, foram solicitados a indicar o quão compatível é o grupo da família com cada um dos restantes grupos, colocando no canto inferior esquerdo de cada post-it um número de 1 = Nada compatível a 5 = Muito compatível.

Através desta tarefa foi, então, possível avaliar cinco variáveis de identidade social: número de grupos, número de grupos muito importantes, composição racial dos grupos, perceção de positividade dos grupos e compatibilidade dos grupos com a família. Com o objeto de averiguar a estrutura fatorial deste instrumento, realizamos uma análise fatorial exploratória, pelo método máxima verossimilhança, que sugere a existência de dois fatores com eigenvalue superior a 1, explicativos de 57% da variância. Uma solução de estrutura fatorial, com rotação oblíqua, mostra que o primeiro fator está associado à quantidade de grupos, inclui o número de

grupos e o número de grupos muito importantes (loadings > .652) e o segundo fator é composto apenas pela variável composição do grupo (loading = .997). As variáveis compatibilidade dos grupos com a família e percepção de positividade dos grupos não integraram nenhum fator (loadings < .40).

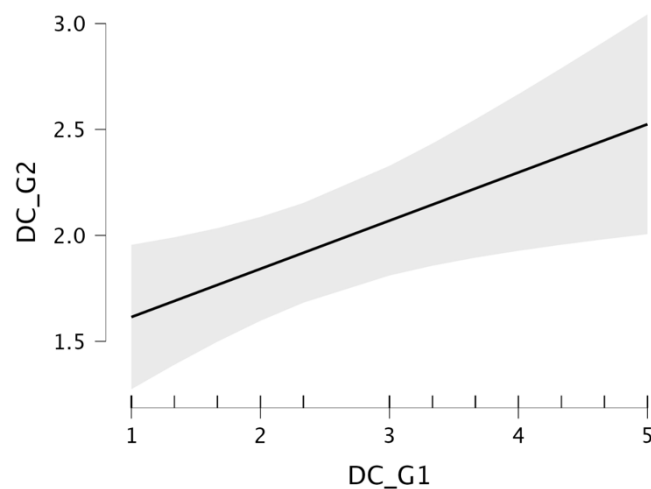
### ***Questionário Sociodemográfico***

Apresenta questões ligadas à caracterização sociodemográfica do participante, como sexo, idade, escolaridade, renda percebida, situação relacional, país de nascimento, ano de imigração (caso não tenha nascido em Portugal), país de nascimento dos pais e situação no país.

## **Resultados**

Relativamente aos níveis de mentalidade colonial, verificámos que a média da dívida colonial da primeira geração (DC\_G1) foi 2.39 ( $DP = 1.34$ ) e da dívida colonial da segunda geração (DC\_G2) foi 1.93 ( $DP = 1.02$ ). Para verificar a existência de transmissão da dívida colonial da primeira para a segunda geração, foi realizada uma regressão linear simples, que comprovou que a DC\_G1 prevê positivamente a DC\_G2 ( $R^2 = 0.08$ ,  $F(1, 68) = 6.56$ ,  $p = 0.01$ ), ou seja, existe transmissão geracional, como mostra a Figura 4.

**Figura 4.** *DC\_G1 prevê positivamente DC\_G2*



No que toca à identidade social dos 70 participantes da segunda geração, verificámos que 48.6% dos sujeitos indicou pertencer a três grupos ( $M = 3.19$ ;  $DP = 1.09$ ), sendo que o máximo de grupos indicados foi seis e o mínimo foi um. Relativamente ao número de grupos muito importantes (post-its maiores), 47.1% considerou um grupo de pertença como muito importante ( $M = 1.86$ ;  $DP = 1.05$ ). Em relação à composição racial dos grupos, podemos observar uma predominância de grupos de pessoas maioria Negras ( $M = 3.57$ ;  $DP = 0.75$ ). A maioria dos indivíduos percecionou a avaliação da sociedade dos seus grupos de pertença como sendo positivos ( $M = 4.13$ ;  $DP = 0.82$ ). Sobre a compatibilidade dos grupos com a família, verificámos que grande parte dos indivíduos considerou os seus grupos como compatíveis com a sua família ( $M = 4.23$ ;  $DP = 0.83$ ) (ver Figura 5).

Do total, 62 pessoas referiram o grupo da família, sendo que apenas oito não o fizeram. Das que referiram, a grande maioria considerou-o como um grupo muito importante ( $n = 58$ ; 93.5%), somente três o consideraram moderadamente importante e apenas um o considerou menos importante.

**Figura 5.** *Resumo gráfico da informação recolhida sobre identidade social*



Constatámos que apenas cinco sujeitos indicaram pertencer a um só grupo, dos quais todos o consideraram como muito importante. Para quatro destes, esse grupo era a família. O outro indivíduo que escolheu apenas um grupo, que é muito importante, mas não é a família, considerou-o como muito compatível com esta.

Para além de grupos relativos à família ( $n = 67$ ), os grupos mais referidos foram os grupos de amigos ( $n = 55$ ), aos quais foram atribuídos os vários tipos de importância. Os seguintes foram os grupos relacionados com a escola ( $n = 28$ ), maioritariamente apresentados como moderadamente importantes. Em seguida ficaram os grupos relacionados com a igreja ( $n = 13$ ), que foram apenas referidos como muito importantes, e com o trabalho ( $n = 13$ ), referidos em todos os tipos de importância, mas maioritariamente nos menos importantes. De seguida ficaram os grupos relacionados com atividades ou projetos específicos ( $n = 12$ ) e depois os associados a futebol ( $n = 9$ ), que foram igualmente referidos como muito importantes e moderadamente importantes. Por fim, foram também referidos alguns grupos ligados ao bairro ( $n = 7$ ), a categorias sociais (e.g. mulher, homem, jovem e negra) ( $n = 5$ ) e às pessoas conhecidas ( $n = 3$ ) (ver Tabela 3).

**Tabela 3.**

*Análise de conteúdos Post-its*

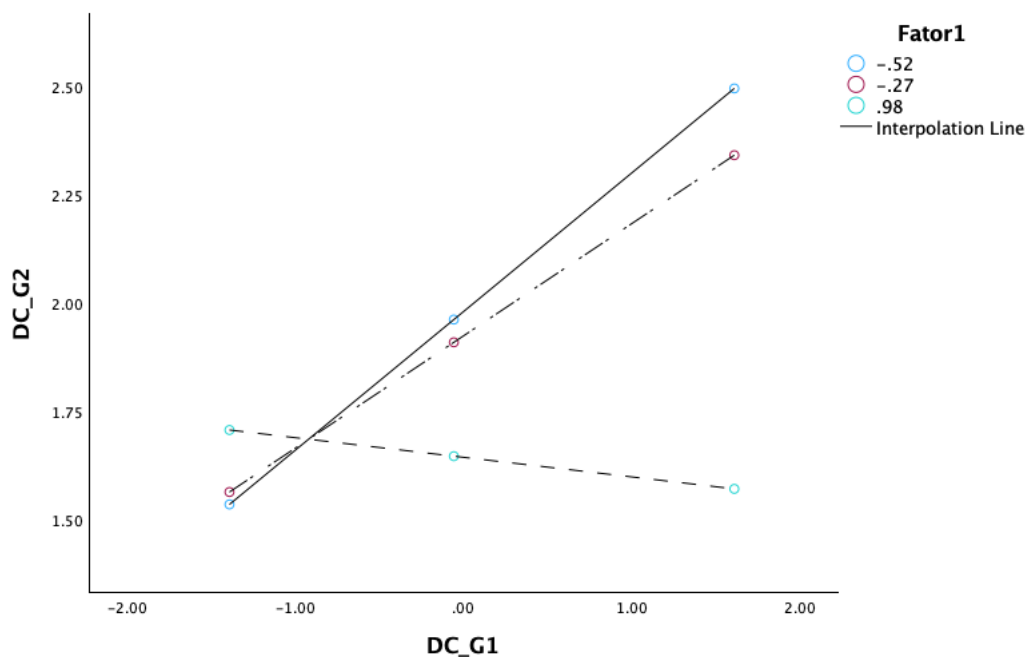
	n
Família	67
Amigos	55
Escola	28
Igreja	13
Trabalho	13
Atividades/projetos	12
Futebol	9
Bairro	7
Categorias Sociais	5
Conhecidos	3

No que diz respeito às diferenças entre géneros, observámos que os grupos dos homens são mais compostos por pessoas maioria Negras ( $M = 3.77$ ), enquanto os grupos das mulheres têm uma composição racial mais equilibrada ( $M = 3.39$ ), e que as mulheres mencionaram mais a família (92.1%) do que os homens (84.4%), e consideraram-na mais como um grupo muito importante. Quanto às diferenças etárias, percebemos que numa faixa etária mais baixa (10-24 anos), a família é mais referida como um grupo de pertença (90.9%) e mais frequentemente

considerada como um grupo muito importante, do que numa faixa etária mais alta (25-40 anos; 80%).

Para averiguar o efeito moderador da identidade social dos indivíduos da segunda geração, e testar a nossa segunda hipótese, realizámos análises de moderação com os dois fatores da identidade social. Concluimos que o fator 1, o da quantidade de grupos, tem um efeito moderador na transmissão geracional da dívida colonial. A análise de moderação com este fator, indicou que a interação ente a DC\_G1 e o número total de grupos e número de grupos muito importantes apresenta um efeito estatisticamente significativo ( $R^2 = 0.09$ ,  $F(1, 66) = 7.05$ ,  $p = 0.01$ ), indicando a presença de moderação. Quanto menor é o número de grupos e grupos muito importantes, maior é o efeito da DC\_G1 na DC\_G2, ou seja, maior é a transmissão da DC. Quanto maior o número de grupos, menor é o efeito, ou seja, menor é a transmissão da DC, tornando-se quase nula (ver Figura 6).

**Figura 6.** Efeito moderador da quantidade de grupos na transmissão geracional da DC



O efeito moderador não foi estatisticamente significativo para o fator composição racial ( $R^2 = 0.01$ ,  $F(1, 66) = 0.85$ ,  $p = 0.359$ ).

## Discussão

Os resultados deste estudo permitem-nos apresentar uma primeira evidência da hipótese de que existe uma transmissão transgeracional da opressão racial internalizada. Sendo a família um grupo primário (Sani & Bennett, 2009) e um ambiente privilegiado de socialização étnico-racial (Charity-Parker & Adams-Bass, 2023), onde são transmitidos valores e tradições (Falcke & Wagner, 2005), a opressão pode, de facto, institucionalizar-se como uma norma que é transmitida geracionalmente (David & Okazaki, 2006; David & Nadal, 2013; David et al., 2019).

Sendo esta uma transmissão que pode dizer respeito a conteúdos traumáticos pouco ou nada elaborados (associados ao trauma vivido ou simbolizado pela experiência coletiva), é provável que seja muito difícil para gerações mais novas transformarem estes conteúdos, pelo que a interpretamos como uma transmissão transgeracional (e não intergeracional) (Granjon, 2000; Kaes, 1998; Santos & Ghazzi, 2012). Segundo Debieux (2001) o conteúdo das situações traumáticas do passado pode não ser falado em família, no entanto, é transferido para as seguintes gerações, emergindo de silêncios, proibições, enigmas e produções sintomáticas. De acordo com Alleyne (2004) os aspetos do opressor interno são mantidos através desta transmissão transgeracional do trauma.

Este resultado vai de acordo com o que Nikalje e Çiftçi (2021) propuseram ao observar que mesmo em indivíduos que não vivenciaram diretamente a colonização apresentavam níveis de mentalidade colonial – a colonização é internalizada e transmitida geracionalmente através da herança colonial. Tanto quanto sabemos, o presente estudo é o primeiro estudo empírico que explicitamente tem como aspeto central a análise da transmissão transgeracional da opressão racial internalizada. De lembrar que Hill et al. (2022) já tinham observado a existência de uma correlação transgeracional desta opressão internalizada, operacionalizada, no entanto, num contexto muito diferente, o da orientação para a carreira. Aqui racismo internalizado passava pelo acordo com estereótipos raciais ligados ao sucesso profissionais (ex., maior ética laboral) e à ausência de barreiras de mobilidade (ex. os asiáticos têm menos barreiras no acesso a trabalho).

Nos nossos dados, opressão racial é operacionalizada tendo em consideração o contexto (pós)colonial que estrutura as relações raciais. Aqui, verificámos esta transmissão apenas para a dimensão da dívida colonial, visto que, tal como explicámos anteriormente em

termos estatísticos, a escala da Mentalidade Colonial na nossa amostra só estabilizou nesta dimensão. Isto pode ter acontecido por ser a subescala com maior variabilidade, conjugado com uma pequena amostra. É interessante discutir como esta dimensão mais macrossistémica é a que obtém resultados mais elevados e daí também mais variados. Tratando-se do contexto pós-colonial português, convém lembrar a especificidade da ideologia do luso-tropicalismo, em que a ideia de um colonizar amigável pode eventualmente amenizar o passado histórico e assim aumentar a perceção de gratidão.

O alto nível de dívida colonial que esta amostra apresenta, possibilita-nos pensar sobre a importância e impacto que esta dimensão pode ter a vários níveis. Em primeiro lugar o impacto negativo que tem na saúde mental das pessoas Negras que interiorizam esta dívida, que acham que os Brancos as foram civilizar (Ribas et al. 2023). Em segundo lugar as consequências que esta idealização pode ter tido na desigualdade económica e de acessos, ainda existente atualmente. Por último, a influência que isto pode ter no bloqueio a pedidos de reparações históricas (pela escravatura e pelo colonialismo) e nas melhorias das políticas de emigração e de integração (ex. cotas raciais).

No que respeita à nossa segunda hipótese, esta foi também confirmada – a identidade social da segunda geração tem um efeito moderador na transmissão transgeracional da opressão racial internalizada. No entanto, apenas se confirmou para o fator do número de grupos (total e muito importantes). O nosso objetivo era perceber que dimensão da identidade social iria ser capaz de bloquear a transmissão da opressão racial internalizada. Para a nossa amostra, concluímos que a quantidade de grupos foi a mais eficaz, funcionando como um fator protetor desta transmissão, o que vai de acordo com a teoria da cura social (Jetten et al., 2012). Ou seja, a pertença a um maior número de grupos, estará associada a mais suporte social fora da família, mais saúde e bem-estar e mais recursos psicológicos para lidar com os problemas, neste caso com o trauma geracional da colonização e com a internalização da opressão racial, podendo amenizar a transmissão da opressão racial internalizada.

Para além disto, a socialização étnico-racial também se dá noutros contextos, não só na família (Charity-Parker & Adams-Bass, 2023). Por isso, quanto mais grupos mais possibilidade de socialização cultural com outros, que possibilita o ensino de costumes e orgulho cultural (Hughes et al., 2006) por outras vias, que podem transmitir vivências raciais mais positivas, possibilitando assim o amortecimento dos efeitos da transmissão pela família.

Quanto ao fator composição racial dos grupos, concluímos que este não moderou a transmissão da opressão racial internalizada. Realmente, a influência da composição racial de um grupo pode ser controversa. Por um lado, podemos pensar que quanto mais grupos maioritariamente compostos por pessoas Negras, maior poderá ser a identificação do indivíduo a este. Sabe-se que uma alta perceção de semelhança ao grupo e identificação social, estão associadas a maiores níveis de bem-estar psicológico (Hoffmann et al., 2020), e que a identificação do indivíduo com o seu grupo étnico pode ajudar a desenvolverem mecanismos para lidar com os efeitos da discriminação (Phinney, 1990; Umaña-Taylor, 2004). Assim, em concordância com o que referimos acima, uma identidade social mais positiva, e a pertença a grupos que promovam mais suporte social e mecanismos psicológicos, pode representar um fator protetor na transmissão transgeracional da opressão racial internalizada. Por outro lado, sabendo que a exposição a outros que manifestam mentalidade colonial está positivamente relacionada com a internalização da inferioridade étnica e cultural (David & Okazaki, 2006), podemos pensar que pertencer a um maior número de grupos, que mesmo predominantemente Negros, tenham altos níveis de mentalidade colonial pode intensificar a internalização de crenças que apoiam esta mentalidade, e por isso facilitar a transmissão transgeracional.

As dimensões compatibilidade dos grupos com a família e perceção de positividade dos grupos não integraram nenhum fator, o que pode indicar que não foram preditores da identidade social nesta amostra. Por isto, o efeito moderador destas não foi analisado. No caso da compatibilidade com a família, pode dever-se ao facto de o efeito desta poder ser controverso. Por um lado, a compatibilidade entre grupos de pertença está associada a uma melhor saúde mental (Cruwys et al., 2016), grupos mais compatíveis com a família estarão associados a mais identidade social e suporte, e por isso a menos transmissão. Por outro lado, se a família apresentar altos níveis de opressão racial internalizada e os grupos forem percecionados como muito compatíveis com esta, então a transmissão transgeracional desta forma de opressão internalizada pode ser intensificada.

Relativamente à perceção de positividade dos grupos, talvez esta dimensão não se inclua em nenhum fator, por se ter verificado uma média relativamente alta e pouca variabilidade das respostas.

Em suma, os nossos resultados mostram que existe uma transmissão transgeracional da dívida colonial e que a pertença a vários grupos, independentemente de que grupos sejam, tem o poder de bloquear esta transmissão. Salientando a grande importância e peso que a

identidade social de um indivíduo, pertencente a um grupo racializado, tem na não manutenção da internalização da opressão racial.

## **Limitações**

Foi possível observar algumas limitações neste estudo. Em primeiro lugar referimos a reduzida dimensão da amostra, que pode ter impactado os nossos resultados a nível estatístico, por exemplo, o facto de só ter funcionado uma dimensão da mentalidade colonial, que acabou por se tornar uma outra limitação. No entanto, salientamos as múltiplas estratégias desenhadas para potenciar a recolha de dados: várias entrevistadoras a realizar as entrevistas com as famílias, a inclusão de uma mediadora que falava crioulo para facilitar o acesso ao questionário de participantes com pouco domínio do português, estabelecimento de várias parcerias com ativistas, com instituições de trabalho comunitário e, até o desenvolvimento de uma página de instagram dedicada ao tema.

Em paralelo, é importante considerar a baixa heterogeneidade da amostra. A grande maioria dos participantes é do sexo feminino, o que, na verdade, pode ser representativo da sociedade em geral, onde a maioria dos cuidadores são mesmo as mães e outras mulheres. Outra particularidade da amostra que achamos que possa ter impactado os resultados, é o facto de a maioria dos participantes ter chegado a Portugal há pouco tempo, muitos recém-chegados. Isto pode dever-se ao facto de a maioria dos participantes deste estudo terem sido obtidos através da parceria com o CEPAC, associação sem fins lucrativos que fornece apoio a pessoas imigrantes em situação de vulnerabilidade. Porém, devido à limitação apresentada no estudo de Ribas et al. (2023), de uma amostra pouco representativa da população Afrodescendente em Portugal, foi nossa intenção, no presente estudo, avaliar uma amostra mais representativa desta população (Gomes, 2019), que é de facto mais vulnerável em termos socioeconómicos que a população em geral.

Consideramos também importante discutir a causalidade implícita neste modelo como uma possível limitação. Afirmamos que a dívida colonial da geração de pais e cuidadores influencia a dívida colonial percebida na geração mais nova. No entanto, este é um estudo com um design correlacional, que não permite uma comprovação empírica desta causalidade que é articulada, de facto, só a nível teórico.

Por último, achamos que pelo facto de termos integrado um protocolo mais alargado, em que foram aplicados vários instrumentos, o tamanho do questionário e consequentemente o tempo da entrevista pode ter levado ao cansaço e afetado a motivação dos participantes.

### **Implicações clínicas**

Os nossos resultados mostram que a opressão racial internalizada é transmitida transgeracionalmente e que a identidade social dos mais novos pode moderar esta transmissão. Estas conclusões trazem implicações clínicas e sociais muito importantes, principalmente para a terapia familiar sistémica no trabalho com famílias e jovens Afrodescendentes.

Sabe-se que a opressão racial internalizada tem um impacto negativo na saúde mental (James, 2016; Ribas et al., 2023). O presente estudo mostra que, no contexto pós-colonial português, esta dimensão internalizada do racismo se mantém através da transmissão transgeracional dentro da família e que as relações de pares podem bloquear esta manutenção. O que sugere que os profissionais de saúde mental devem ter atenção, na intervenção com pessoas de grupos racializados, à importância de analisar as relações intergrupais (Karatas et al., 2020) e ao fortalecimento do apoio social dos grupos como um preditor de bem-estar (Cruwys et al., 2016; Jetten et al., 2017) e como estratégia para inibir a manutenção da opressão racial internalizada.

Estas conclusões enfatizam a grande importância de os terapeutas estarem mais atentos e trabalharem mais as narrativas associadas ao colonialismo e às migrações. Sabe-se o impacto que os traumas passados tiveram e que continuam a ter devido a esta transmissão. Portanto, é importante trabalhar na clínica estes tópicos de modo a serem elaborados e de certa maneira extinguidos.

Uma maneira de trabalhar para a extinção desta transmissão pode ser através do alargamento das redes de apoio social, o que pode ser feito dentro e fora da clínica. Por exemplo, em contextos comunitários e educacionais. O ambiente escolar pode ser um agente de socialização bastante importante, onde se pode incentivar o suporte das redes de apoio, ter contacto com as diferenças, valorizar as várias culturas e etnias, transmitir crenças raciais positivas e desmentir os estereótipos relacionados a grupos étnicos minoritários (Santos, 2021), sendo possível assim trabalhar no bloqueio da transmissão da opressão racial internalizada.

Para além disto, neste estudo é possível perceber a grande importância da socialização étnico-racial dos pais com os indivíduos Afrodescendentes. Portanto, considera-se de extrema

importância que os terapeutas reforcem, no seu trabalho clínico, a consciencialização, elaboração e otimização das estratégias de socialização étnico-racial. De maneira que possa haver consciência do que se transmite e se possa fazê-lo da forma mais adaptada e saudável, sem transmitir os traumas passados.

Na clínica, pode não ser dada a devida atenção a esta transmissão geracional dos traumas, fazendo com que as famílias Negras não tenham possibilidade de perceber como o seu passado afeta o seu presente (Lee et al., 2023). Lee et al. (2023) propõem uma terapia familiar socioculturalmente sintonizada e informada sobre o trauma, que tem como objetivo envolver a família num processo de tratamento culturalmente responsivo, onde os pais são incentivados a perceber as ansiedades e stresses familiares e os traumas decorrentes do passado histórico. Achamos de extrema importância a utilização desta abordagem terapêutica, que ajuda adequadamente estas famílias no seu funcionamento atual, o qual teve o impacto da opressão sofrida ao longo de várias gerações.

Por fim, mais do que o trabalho clínico com os jovens e famílias e o comunitário ou o escolar, estes resultados podem também informar sobre a importância da construção de políticas públicas de combate ao racismo. Por exemplo, trabalhando na relevância da pertença a grupos com vista no bem-estar das pessoas de grupos racializados e como forma de proteger da transmissão de traumas históricos passados. Tal como trabalhando no desenvolvimento de políticas de descolonização, com vista a tentar criar uma realidade onde os sujeitos racializados possam ter liberdade numa sociedade fundada no princípio da generosidade recetiva (Maldonado-Torres, 2007).

Concluindo, propomos que para estudos futuros seja feita uma replicação da amostra deste estudo, mas com uma maior dimensão e um pouco mais heterogénea. Além disso sugerimos que se investigue mais, qualitativamente, como se dá esta transmissão da dívida colonial nesta população. Por fim, salientamos a importância de praticar e investigar mais sobre o impacto da descolonialidade na clínica. Tudo isto, tendo em vista o desejo de um futuro mais justo e igualitário.

## Referências

- Alarcão, A. (2006). *(Des)equilíbrios familiares: Uma visão sistêmica*. Quarteto
- Alleyne, A. (2004). The internal oppressor and Black identity wounding. *Counselling and Psychotherapy Journal*, 15(10), 48-50.
- Alleyne, A. (2005). Invisible injuries and silent witnesses: The shadow of racial oppression in workplace contexts. *Psychodynamic Practice*, 11(3), 283-299.
- Allport, G. W., Clark, K., & Pettigrew, T. (1954). *The nature of prejudice*.
- Alves-Silva, J. D., & Scorsolini-Comin, F. (2019). As famílias podem (se) adoecer: revisão integrativa da literatura científica. *Vínculo - Revista do NESME*, 16(2).
- Bertalanffy, L von (1972). *Théorie général des systemes*. Paris, Dunod. (Trabalho original publicado em 1968).
- Boszormenyi-Nagy, I., & Spark, G. M. (1973). *Invisible loyalties: Reciprocity in intergenerational family therapy*. Harper & Row.
- Bowman, P. J., & Howard, C. (1985). Race-related socialization, motivation, and academic achievement: A study of Black youths in three-generation families. *Journal of the American Academy of Child Psychiatry*, 24(2), 134-141.
- Bucher-Maluschke, J. S. (2008). Do transgeracional na perspectiva sistêmica à transmissão psíquica entre as gerações na perspectiva da psicanálise. In M. A. Penso & L. F. Costa (Orgs.). *A transmissão geracional em diferentes contextos: Da pesquisa à intervenção* (pp. 76-96). São Paulo: Summus.
- Butler, C., Tull, E. S., Chambers, E. C., & Taylor, J. (2002). Internalized racism, body fat distribution, and abnormal fasting glucose among African-Caribbean women in Dominica, West Indies. *Journal of the National Medical Association*, 94(3), 143-148.
- Brown, T. A. (2015). *Methodology in the social sciences: Confirmatory factor analysis for applied research*. The Guilford Press.
- Brown, T. L., & Krishnakumar, A. (2007). Development and validation of the adolescent racial and ethnic socialization scale (ARESS) in African American families. *Journal of Youth and Adolescence*, 36, 1072-1085.

- Byrne, B. M. (2012). *Structural equation modeling with Mplus: Basic concepts, applications, and programming*. Routledge.
- Carter, B., & McGoldrick, M. (1995). *As mudanças no ciclo de vida familiar: uma estrutura para a terapia familiar*. Artmed: São Paulo.
- Charity-Parker, B. M., & Adams-Bass, V. N. (2023). Exploring Black youth's belief in racial socialization across parental and non-parental agents. *Journal of Child and Family Studies*, 32, 3213-3230.
- Clark, K. B., & Clark, M. K. (1939). The development of consciousness of self and the emergence of racial identification in Negro preschool children. *The Journal of Social Psychology*, 10(4), 591-599.
- Coard, S. I., Wallace, S. A., Stevenson, H. C., & Brotman, L. M. (2004). Towards culturally relevant preventive interventions: The consideration of racial socialization in parent training with African American families. *Journal of Child and Family Studies*, 13(3), 277-293.
- Constantine, M. G., & Blackmon, S. K. M. (2002). Black adolescents' racial socialization experiences: Their relations to home, school, and peer self-esteem. *Journal of Black Studies*, 32(3), 322-335.
- Cort, M. A., Tull, E. S., Gwebu, K., Dlamini, P., Pinkney, E., Gramby, E., Cuthbertson, S., Daniels, A., Luu, S., & Gwebu, E. T. (2009). Education and internalized racism in socio-political context: Zimbabwe and Swaziland. *The Social Science Journal*, 46(4), 644-655.
- Cross Jr, W. E. (1981). Black families and Black identity development: Rediscovering the distinction between self-esteem and reference group orientation. *Journal of Comparative Family Studies*, 12(1), 19-49.
- Cruwys, T., Steffens, N. K., Haslam, S. A., Haslam, C., Jetten, J., & Dingle, G. A. (2016). Social Identity Mapping: A procedure for visual representation and assessment of subjective multiple group memberships. *British Journal of Social Psychology*, 55(4), 613-642.
- David, E. J. R. (2008). A colonial mentality model of depression for Filipino Americans. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, 14(2), 118-127.

- David, E. J. R., & Nadal, K. L. (2013). The colonial context of Filipino American immigrants' psychological experiences. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology, 19*(3), 298-309.
- David, E. J. R., & Okazaki, S. (2006). The Colonial Mentality Scale (CMS) for Filipino Americans: Scale construction and psychological implications. *Journal of Counseling Psychology, 53*(2), 241-252.
- David, E. J. R., Schroeder, T., & Fernandez, J. (2019). Internalized racism: A systematic review of the psychological literature on racism's most insidious consequence. *Journal Of Social Issues, 75*(4), 1057-1086.
- Debieux, M. R. (2001). O não-dito familiar e a transmissão da história. *Psychê, 5*(8), 123-137.
- Du Bois, W. E. (2007). *The souls of Black Folk*. (B. H. Edwards, Ed.) Bantam Books. (Trabalho original publicado em 1903)
- Falcke, D., & Wagner, A. (2005). A dinâmica familiar e o fenômeno da transgeracionalidade: Definição de conceitos. In A. Wagner (Org.), *Como se perpetua a família? A transmissão dos modelos familiares* (pp. 25-46). Porto Alegre: EDIPUCRS.
- Fanon, F. (1963). *The wretched of the earth* (C. Farrington, Trans.) Grove Press. (Original work Published in 1961)
- Fanon, F. (1967). *Black skin, White masks* (C. L. Markmann, Trans.) Paladin. (Original work Published in 1952)
- França, D. X., & Silva, K. C. (2021). *A psicologia social do desenvolvimento nas relações raciais e racismo*. São Paulo: Blucher
- Freyre, G. (1933). *Casa-Grande & Senzala*. Maia & Schmidt.
- Gomes, A. R. (2019). Os Afrodescendentes e as fronteiras da identidade. *Revista do Observatório das Migrações, 16*, 17-31.
- Granjon, E. (2000). A elaboração do tempo genealógico no espaço do tratamento da terapia familiar psicanalítica. In O. R. Correa (Org.), *Os avatares da transmissão psíquica geracional* (pp. 17- 43). São Paulo: Escuta.

- Haslam, C., Cruwys, T., Haslam, S. A., Dingle, G., & Chang, M. X. L. (2016). Groups 4 Health: Evidence that a social-identity intervention that builds and strengthens social group membership improves mental health. *Journal of affective disorders. Journal of Affective Disorders, 194*, 188–195.
- Haslam, S. A., & Reicher, S. D. (2012). When prisoners take over the prison: A social psychology of resistance. *Personality and Social Psychology Review, 16*(2), 154-179.
- Hill, D. J., Li, D., Wang, J., & Liew, J. (2022). Cultural values, intergenerational transmission of internalized racism, education, and career goals in Chinese American families. *Journal of Career Development, 49*(5), 1168-1180.
- Hoffmann, P., Platow, M. J., Read, E., Mansfield, T., Carron-Arthur, B., & Stanton, M. (2020). Perceived self-in-group prototypicality enhances the benefits of social identification for psychological well-being. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice, 24*(4), 213-226.
- Hughes, D., & Chen, L. (1997). When and what parents tell children about race: An examination of race-related socialization among African American families. *Applied Developmental Science, 1*(4), 200-214.
- Hughes, D., & Chen, L. (1999). The nature of parents' race-related communications to children: A developmental perspective. In L. Balter & C. S. Tamis-LeMonda (Eds.), *Child psychology: A handbook of contemporary issues* (pp. 467–490).
- Hughes, D., Rodriguez, J., Smith, E. P., Johnson, D. J., Stevenson, H. C., & Spicer, P. (2006). Parents' ethnic-racial socialization practices: A review of research and directions for future study. *Developmental psychology, 42*(5), 747-770.
- Hughes, M., Kiecolt, K. J., Keith, V. M., & Demo, D. H. (2015). Racial identity and well-being among African Americans. *Social Psychology Quarterly, 78*(1), 25-48.
- James, D. (2016). Internalized racism and past-year major depressive disorder among African Americans: The role of ethnic identity and self-esteem. *Journal Of Racial and Ethnic Health Disparities, 4*(4), 659-670.
- James, D. (2020). Health and health-related correlates of internalized racism among racial/ethnic minorities: A review of the literature. *Journal Of Racial and Ethnic Health Disparities, 7*(4), 785-806.

- Jetten, J., Haslam, C., & Alexander, S. H. (2012). *The social cure: Identity, health, and well-being*. Psychology press.
- Jetten, J., Haslam, S. A., Cruwys, T., Greenaway, K. H., Haslam, C., & Steffens, N. K. (2017). Advancing the social identity approach to health and well-being: Progressing the social cure research agenda. *European journal of social psychology*, *47*(7), 789-802.
- Jones, C. (2000). Levels of racism: A theoretic framework and a gardener's tale. *American Journal Of Public Health*, *90*(8), 1212-1215.
- Kaes, R. (1998). Os dispositivos psicanalíticos e as incidências da geração. In A. Eiguer (Org.), *A transmissão do psiquismo entre gerações* (pp. 5-19, L. H. S. Barbosa, Trad.). São Paulo: Unimarco Editora.
- Kaes, R. (2001). Introdução ao conceito de transmissão psíquica no pensamento de Freud. In R. Kaes, H. Faimberg, M. Enriquez, & J. J. Baranes (Eds.), *Transmissão da vida psíquica entre gerações* (pp. 27-69, C. Berliner, Trad.). São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Karatas, S., Crocetti, E., Schwartz, S. J., & Rubini, M. (2020). Understanding adolescents' acculturation processes: New insights from the intergroup perspective. *Child & Adolescent Development*, *2020*, 53–71.
- Lee, A. T., Chin, P., Nambiar, A., & Haskins, N. H. (2023). Addressing intergenerational trauma in Black families: Trauma-informed socioculturally attuned family therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, *49*, 447-462.
- Lima, M. E. O., & Vala, J. (2004). As novas formas de expressão do preconceito e do racismo. *Estudos de psicologia*, *9*(3), 401-411.
- Maldonado-Torres, N. (2007). On the coloniality of being. *Cultural Studies*, *21*(2), 240-270.
- Mouzon, D. M., & McLean, J. S. (2017). Internalized racism and mental health among African-Americans, US-born Caribbean Blacks, and foreign-born Caribbean Blacks. *Ethnicity & Health*, *22*(1), 36-48.
- Nikalje, A., & Çiftçi, A. (2021). Colonial mentality, racism, and depressive symptoms: Asian Indians in the United States. *Asian American Journal of Psychology*, 1-13.
- Pettigrew, T., & Meertens, R. (1995). Subtle and blatant prejudice in western Europe. *European Journal Of Social Psychology*, *25*(1), 57-75.

- Phinney, J. S. (1990). Ethnic identity in adolescents and adults: Review of research. *Psychological Bulletin, 108*(3), 499-514.
- Phinney, J. S. & Chavira, V. (1995). Parental ethnic socialization and adolescent coping with problems related to ethnicity. *Journal of Research on Adolescence, 5*(1), 31-53.
- Phipps, R. M., & Degges-White, S. (2014). A new look at transgenerational trauma transmission: Second-generation Latino immigrant youth. *Journal of Multicultural Counseling & Development, 42*, 174–187.
- Reis, E. S. (2019). Transmissão transgeracional – subjetivação do trauma coletivo. *Primórdios, Rio de Janeiro, 6*(6), 45-66.
- Ribas, A., Miranda, M. & do Bú, E. (2023). *Explaining the mental health consequences of internalized racism: The mediating roles of family resilience and collective action*. [Manuscript submitted for publication].
- Samejima, F. (1988). Comprehensive latent trait theory. *Behaviormetrika, 24*(24), 1–24. [https://doi.org/10.2333/bhmk.15.24\\_1](https://doi.org/10.2333/bhmk.15.24_1)
- Sanders Thompson, V. L. (1991). Perceptions of race and race relations which affect African American identification. *Journal of Applied Social Psychology, 21*(18), 1502-1516.
- Sani, F., & Bennett, M. (2009). Children's inclusion of the group in the self: Evidence from a self– ingroup confusion paradigm. *Developmental Psychology, 45*(2), 503-510.
- Santos, J. (2021). *Intervenção em socialização étnica: Efeitos sobre a identidade e autoestima individual e grupal de crianças negras. (Dissertação de mestrado)*. Universidade Federal de Sergipe.
- Santos, V. O. D., & Ghazzi, M. S. A. (2012). A transmissão psíquica geracional. *Psicologia: ciência e profissão, 32*(3), 632-647.
- Shelton, J. N., Yip, T., Eccles, J. S., Chatman, C. M., Fuligni, A. J., & Wong, C. (2006). Ethnic identity as a buffer of psychological adjustment to stress. In G. Downey, J.Eccles & C. Chatman (Eds.), *Navigating the Future: Social Identity, Coping, and Life Tasks* (pp. 96- 115). Russell Sage Foundation.
- Suizzo, M. A., Robinson, C., & Pahlke, E. (2008). African American mothers' socialization beliefs and goals with young children: Themes of history, education, and collective independence. *Journal of Family Issues, 29*(3), 287-316.

- Tajfel, H. (1979). Individuals and groups in social psychology. *British Journal of social and clinical psychology, 18*(2), 183-190.
- Tajfel, H., & Turner, J. C. (1979). An integrative theory of intergroup conflict. In W. G. Austin, & S. Worchel (Eds.), *The Social Psychology of Intergroup Relations* (pp. 33-47). Monterey, CA: Brooks/Cole.
- Thomas, A. J., & Speight, S. L. (1999). Racial identity and racial socialization attitudes of African American parents. *Journal of Black Psychology, 25*(2), 152-170.
- Tull, E. S., & Chambers, E. C. (2001). Internalized racism is associated with glucose intolerance among Black Americans in the US Virgin Islands. *Diabetes Care, 24*(8), 1498.
- Tull, E. S. et al. (1999). Relationship of internalized racism to abdominal obesity and blood pressure in Afro-Caribbean women. *Journal of the National Medical Association, 91*(8), 447-452.
- Umaña-Taylor, A. J. (2004). Ethnic identity and self-esteem: Examining the role of social context. *Journal of Adolescence, 27*(2004), 139–146.
- Utsey, S. O., Abrams, J. A., Opare-Henaku, A., Bolden, M. A., & Williams III, O. (2015). Assessing the psychological consequences of internalized colonialism on the psychological well-being of young adults in Ghana. *Journal of Black Psychology, 41*(3), 195-220.
- Vala, J. (2021). *Racismo hoje: Portugal em contexto europeu*. Fundação Francisco Manuel dos Santos.
- Vala, J., Lopes, D., & Lima, M. (2008). Black immigrants in Portugal: Luso-tropicalism and prejudice. *Journal of social issues, 64*(2), 287-302.
- Wagner, A., Predebon, J., & Falcke, D. (2005). Transgeracionalidade e educação: Como se perpetua a família? In A. Wagner (Org.), *Como se perpetua a família? A transmissão dos modelos familiares* (pp. 93-105). Porto Alegre: EDIPUCRS.
- Wakefield, J. R., Bowe, M., Kellezi, B., McNamara, N., & Stevenson, C. (2019). When groups help and when groups harm: Origins, developments, and future directions of the “Social Cure” perspective of group dynamics. *Social and Personality Psychology Compass, 13*(3).

Williams, K. U. (2008). Exploring internalized racism: A critical review of the literature and implications for clinical social work. (Masters Thesis). Smith College.

## Anexos

### Anexo 1. Consentimento Informado



#### Consentimento Informado

Muito obrigada por considerar responder a este inquérito.

O estudo está a ser promovido pelo ISPA – Instituto Superior de Psicologia Aplicada e tem como objetivo ganhar um melhor conhecimento sobre a mentalidade colonial nas famílias negras em Portugal e as suas consequências em termos de saúde mental.

Todas as respostas são anónimas. Os dados serão utilizados exclusivamente para fins de investigação, mantendo assim a sua privacidade. A sua participação é voluntária e poderá desistir a qualquer momento independentemente do motivo. A resposta ao questionário não lhe trará nenhum risco e estima-se que termine em, aproximadamente, 20 minutos.

Ao participar, a sua família estará habilitada ao sorteio de um de 2 vouchers no valor de 50€ cada em cartão DÁ para compras em lojas do Grupo SONAE (incluindo por exemplo Continente, SportZone e Worten).

Se tiver alguma dúvida ou sugestão, poderá entrar em contacto com Mariana Pires de Miranda (mmiranda@ispa.pt).

**Declaro que estou consciente de que a minha participação é voluntária e posso interromper em qualquer momento, independentemente do motivo.**

Assinaturas:

#### **Inscrição para Sorteio da sua família:**

Email ou telemóvel: \_\_\_\_\_

(Pode terminar o questionário quando quiser, e estará habilitado ao sorteio na mesma)

## Anexo 2. Questionário Sociodemográfico

---

Sexo:	1. Feminino	2. Masculino	3. Outros
-------	-------------	--------------	-----------

---

Idade:

---

Escolaridade Completa:	1. Sem Escolaridade	2. 1º ciclo do Ensino Básico (4º ano)	3. 2º ciclo do Ensino Básico (6º ano)	4. 3º ciclo do Ensino Básico (9º ano)	5. Ensino Secundário (12º ano) ou Ensino Profissional (nível IV)	6. Licenciatura ou superior
------------------------	---------------------	---------------------------------------	---------------------------------------	---------------------------------------	--	-----------------------------

---

Qual das seguintes descrições se aproxima mais do que sente relativamente ao rendimento atual das pessoas que vivem na sua casa?

1. O rendimento atual permite viver confortavelmente	2. O rendimento atual dá para viver	3. É difícil viver com o rendimento atual	4. É muito difícil viver com o rendimento atual
--	-------------------------------------	---	---

---

Situação Relacional:	1. Solteiro	2. Numa relação sem coabitação	3. Numa relação com coabitação	4. Casado	5. Separado/ Divorciado	6. Viúvo
----------------------	-------------	--------------------------------	--------------------------------	-----------	-------------------------	----------

---

País de nascimento: 1. Portugal 2. Outro. Qual?

---

Se não nasceu em Portugal, em que ano imigrou para Portugal?

---

País de nascimento do pai: 1. Portugal 2. Outro. Qual?

---

País de nascimento da mãe: 1. Portugal 2. Outro. Qual?

---

Situação no país:	1. Prefiro não responder	2. Sem autorização de residência	3. Com autorização de residência temporária	4. Com autorização de residência permanente	5. Com cidadania	6. Outro. Qual?
-------------------	--------------------------	----------------------------------	---	---	------------------	-----------------

---

Relação entre si e a outra pessoa que está a participar neste estudo:	1. Eu sou _____ (ex. a mãe) dele/a	2. e ele/a é o meu/a minha _____ (ex. filha).
---	---------------------------------------	--

---

Vocês vivem juntos atualmente?	1. Sim	2. Não
--------------------------------	--------	--------

---

Viveram juntos até o mais novo ter 18 anos?	1. Sim, sempre	2. Houve períodos em que não estivemos juntos. Quantos anos não estiveram juntos?	3. Nunca ou em períodos curtos
---	----------------	---	--------------------------------

---

### Anexo 3. Escala Mentalidade Colonial

[Escala de Mentalidade Colonial adaptada e traduzida por Ribas & Miranda (2021) da versão para Jovens no Gana de Utsey et al. (2014) e para Filipino-Americanos de David & Okazaki (2006)]

De seguida vai encontrar um conjunto de afirmações sobre as quais deve expressar o quanto concorda ou discorda com cada uma delas. Não há respostas certas ou erradas, o que importa é a sua opinião pessoal.

	Discordo			Concordo		
	Fortemente			Fortemente		
1. Em geral, não gosto dos imigrantes recém-chegados de países africanos.	1	2	3	4	5	
2. Eu considero que as pessoas com o nariz fino (como os Brancos) são mais atraentes que as pessoas com narizes largos, tipicamente Negros.	1	2	3	4	5	
3. Em geral, os Negros deveriam sentir-se gratos e afortunados pelo facto de África ter sido colonizada pelos Brancos.	1	2	3	4	5	
4. Em geral, eu sinto vergonha da cultura e das tradições africanas.	1	2	3	4	5	
5. Eu tendo a prestar mais atenção à opinião de pessoas Negras que se assimilaram à cultura portuguesa do que de imigrantes recém-chegados de países africanos.	1	2	3	4	5	
6. Eu gostava de ter uma cor de pele mais clara do que a que eu tenho.	1	2	3	4	5	
7. Os Negros deveriam sentir-se privilegiados e honrados pelos Europeus (Brancos) terem tido contacto com eles.	1	2	3	4	5	

8. Em geral, eu sinto que ser uma pessoa com a minha herança étnica/cultural não é tão bom como ser Branco.

1 2 3 4 5

9. Eu acho que os imigrantes recém-chegados de países africanos são subdesenvolvidos, não falam bem português e comportam-se de maneira estranha.

1 2 3 4 5

10. Eu não quero que os meus filhos tenham um nariz achatado, tipicamente Negro.

1 2 3 4 5

11. A Europa é responsável por civilizar África e melhorar o seu modo de vida.

1 2 3 4 5

12. Há momentos em que eu gostaria de ser membro de um grupo étnico/cultural diferente daquele a que pertenço.

1 2 3 4 5

13. Eu tendo a dividir as pessoas Negras em Portugal em dois grupos: imigrantes recém-chegados de países africanos e quem já cá está há mais tempo.

1 2 3 4 5

14. Eu geralmente acho que uma pessoa que é parte Branca e parte Negra é mais atraente do que uma pessoa Negra de pai e mãe.

1 2 3 4 5

15. Os Negros deveriam ser gratos à Europa por transformar o modo de vida Africano num modo de vida mais Branco/Europeu.

1 2 3 4 5

16. Em geral, eu sinto que ser Negro não é tão bom como ser Branco/Europeu.

1 2 3 4 5

#### **Anexo 4. Identidade Social (Post-its)**

[Instrumento adaptado e traduzido de Social Identity Mapping (SIM) de Cruwys et al. (2016)]

Por favor, pense em todos os grupos aos quais pertence. Por exemplo, o grupo da família, os diferentes grupos de amigos (e.g. de infância, do secundário, etc.), os grupos relacionados com as suas características (e.g. mulher/homem, etc.), com os seus hobbies (e. g. grupo de futebol, dança, etc.), com projetos dos quais faça parte, ou qualquer outro grupo que possa imaginar.

1. Em seguida, anote os nomes de cada um desses grupos em post-its separados. Tendo em atenção o tamanho dos post-its:

- Post-its grandes: Escreva o nome de cada grupo muito importante para si
- Post-its médios: Escreva o nome de cada grupo moderadamente importante para si
- Post-its pequenos: Escreva o nome dos grupos menos importantes para si

2. Pensando agora em cada um dos seus grupos, indique, aproximadamente, a percentagem de pessoas Negras e Brancas existentes em cada um deles.

Escreva no canto superior esquerdo de cada post-it um número de 1 a 5, sendo

1 = Quase todos brancos,

2 = Maioria brancos,

3 = Igual percentagem de brancos e negros,

4 = Maioria negros,

5 = Quase todos negros.

3. Ainda em relação a cada um dos seus grupos de pertença, avalie o quão positivo a sociedade em geral acha (ou as pessoas em volta acham) que é pertencer a cada grupo.

Escreva no canto superior direito de cada post-it um número de 1 = Nada positivo a 5 = Muito positivo.

4. Por último, indique o quão compatível é o grupo da sua família com cada um dos seus restantes grupos, ou seja, quanto mais fácil for fazer parte da sua família e de determinado grupo ao mesmo tempo, mais compatíveis estes serão, enquanto, quanto mais difícil for, menos compatíveis serão.

Escreva no canto inferior esquerdo de cada post-it um número de 1 = Nada compatível a 5 = Muito compatível.

## **Anexo 5. Debriefing**

Muito obrigado pela sua colaboração!

Com a sua participação está a contribuir para o conhecimento científico no campo da Psicologia. Agora vamos dar-lhe mais informação sobre o estudo.

### **Estudar o Racismo e o Colonialismo**

O racismo e a opressão racial continuam a ser uma das principais bases da estrutura social que promove a desigualdade no acesso a bens, serviços e oportunidades. No contexto português, o racismo é perpetuado - isto é, mantém-se e repete-se - e é legitimado - ou seja, ainda é frequentemente justificado. Isto deve-se em parte à noção do luso-tropicalismo, a ideia de que o colonialismo português se distinguiu do colonialismo de outros países pela empatia, proximidade e até afeição que os colonizadores portugueses supostamente demonstravam perante os indígenas. As consequências e reflexos desse sistema que privilegia a supremacia Branca são expressos tanto a nível estrutural, quanto interpessoal e internalizado (Jones, 2000). As frases deste questionário buscaram representar expressões extremas de racismo, tendo em conta que o objetivo do presente estudo foi estudar quanto estão associadas as crenças coloniais e racistas em membros de diferentes gerações em famílias Negras em Portugal.

Para maior conhecimento sobre o antirracismo em Portugal, pode consultar as seguintes associações:

- A SOS Racismo luta pela construção de uma infra-estrutura de apoio a populações imigrantes e grupos etnicizados. Para denúncias e/ou pedidos de ajuda, contacte através do e-mail: [sosracismo@gmail.com](mailto:sosracismo@gmail.com) ou do site: <https://www.sosracismo.pt/contactos>
- O Lado Negro da Força (@oladonegrodaforca2019)
- DJASS - Associação de Afrodescendente
- Afrolink
- Lugar de Fala Lisboa (@lugardefalaLisboa)
- Afrolis Associação Cultural
- INMUNE - Instituto da Mulher Negra em Portugal (@immune.portugal)

- FEMAFRO - Associação de Mulheres Negras, Africanas e Afro-descendentes em Portugal
- Comunidade Mukiidi (@iammukiidi)

### **Saúde Mental**

Foram abordadas algumas questões relativas a saúde mental e ao suicídio. Se sente que precisa de ajuda, contacte o seu médico de família ou o Aparece – Saúde jovem, que fornece diversas respostas a diferentes problemáticas da adolescência e da juventude: 217 211 883. Se está a pensar muito seriamente em suicídio, o mais importante é falar com alguém. Não tente resolver o problema sozinho(a). Não hesite em PEDIR AJUDA agora mesmo. Contacte com alguém.

- Linha de Saúde Pública: 707 308 283
- SOS Voz Amiga – atendimento das 16:00 às 00:00: 800 209 899
- Telefone da Amizade – todos os dias das 16:00 às 23:00: 22 832 35 35

## **Anexo 6. Revisão de Literatura Alargada**

### **Luso-tropicalismo**

Pode dizer-se que o luso-tropicalismo é uma representação social, uma vez que foi um conceito apropriado pelo senso comum (Valentim, 2011). Conceito este que se refere à suposta ausência de preconceito dos portugueses e à sua vocação para a miscigenação com os povos dos trópicos, levando a uma sociedade mais integrada e multirracial (Alexandre, 1999; Valentim, 2011). A ideia do luso-tropicalismo tem persistido e moldado atitudes e representações, como a não existência de racismo em Portugal (Bastos, 1998).

Valentim (2003), numa pesquisa com estudantes universitários, investigou se as descrições que os jovens portugueses e africanos fazem entre si são compatíveis com a ideologia luso-tropicalista. Concluiu que as descrições de africanos feitas pelos portugueses são mais próximas das descrições dos próprios africanos sobre si, do que as descrições dos africanos sobre os portugueses, que foram muito diferentes das descrições destes sobre si próprios. A representação dos portugueses feita pelos africanos, não confirmou, de todo, uma ideia luso-tropicalista. Já as respostas dos portugueses, parecem mostrar uma ausência de preconceito, que se pode justificar pela existência de normas antirracistas (Valentim, 2003, 2011).

Segundo Vala et al. (2008), o luso-tropicalismo pode proteger os portugueses da expressão pública e explícita do preconceito, no entanto, não os protege de outras formas mais ocultas, como a inferiorização cultural. Por exemplo, Santos (2013) verificou que os brasileiros sofrem discriminação em Portugal, na sociedade em geral e no mercado de trabalho, ou seja, o luso-tropicalismo não previne esta discriminação.

### **Opressão Racial Internalizada**

A opressão racial internalizado, não é fácil de ver ou mesmo de medir, uma vez que não implica uma ação, é antes interiorizado pelo oprimido e mantém-se dentro de si (Speight, 2007). A opressão racial internalizada pode estar associada a uma distorção da realidade, enfraquecimento da força individual e a sentimentos de raiva e isolamento (Pheterson, 1986). Alleyne (2004, 2005) fala-nos da existência de um opressor interno, um aspeto do self que carrega transgeracionalmente as dores de um passado histórico, as feridas geracionais, a vergonha e os preconceitos.

Sabe-se que esta dimensão internalizada do racismo está associado a problemas de saúde mental, James (2021) investigou o efeito mediador da autoavaliação central nesta relação. Esta autoavaliação está associada a avaliações da pessoa sobre si, as suas habilidades e o seu controle. Foram medidas quatro características: autoestima, locus de controle, estabilidade emocional e autoeficácia generalizada. Concluiu que a opressão racial internalizada está indiretamente relacionado à saúde mental através de aspetos mais afetivos, como a autoestima e estabilidade emocional, e não através dos mais motivacionais, como locus de controle e autoeficácia generalizada. Ou seja, a autoestima e a estabilidade emocional mediaram os efeitos indiretos da opressão racial internalizada nos sintomas de ansiedade e depressão (James, 2021).

Também James (2022), propôs uma interpretação utilizando o Modelo de Ameaça à Identidade Induzido pelo Estigma e o Modelo da Teoria do Stress das Minorias para entender os meios pelos quais a opressão racial se internaliza e impacta na saúde. A autora indicou que a opressão racial internalizada é uma resposta às ameaças à identidade, que o racismo induz, que por sua vez leva a respostas psicológicas, biofisiológicas e comportamentais, sendo estas respostas ao stress a forma pela qual a opressão racial internalizada se associa aos problemas de saúde.

Ao examinarem o impacto longitudinal da opressão racial internalizada nos sintomas de depressão e ansiedade e o efeito moderador da identidade racial, Willis et al. (2021) descobriram que, com o passar do tempo, algumas crenças de identidade racial moderam a relação entre a opressão racial internalizada e o sofrimento psicológico. Já Hipolito-Delgado (2007) observou que a internalização da opressão racial estava negativamente relacionada com a identidade étnica, ou seja, que quanto mais internalização, mais baixa era a identidade étnica. Constatou também, que indivíduos com uma maior identidade cultural dos E.U.A e com maiores níveis de racismo percebido, estavam mais aptos a apresentar mais opressão racial internalizada.

### **Transgeracionalidade e Socialização Étnico-Racial**

Bowen considera a família como um sistema emocional multigeracional, que contém a descendência do indivíduo, o seu nível de diferenciação e o processo de transmissão multigeracional. Dois conceitos importantes trazidos por Bowen, foram a diferenciação do self e a triangulação. A diferenciação do self corresponde à capacidade do sujeito de separar a sua resposta emocional instintiva, do funcionamento direcionado a certo objeto. Já a triangulação

diz respeito ao movimento feito em direção a um terceiro, buscando a conexão com um aliado (Titelman, 1998).

Boszormenyi-Nagy e Krasner (1986) propuseram a Terapia Contextual, e com ela um conjunto de princípios. Nomeadamente, afirmaram que cada sujeito é responsável pelas suas próprias opções de vida, opções estas que ocorrem num ambiente repleto de padrões transacionais, que são transmitidos de pessoa para pessoa e através das gerações. As ações tomadas por certa pessoa podem ter consequências na vida dos outros, que se relacionam significativamente com ela. Ou seja, entre pessoas com relacionamentos significativos (e.g. família), existe um contexto de interconectividade dinâmica e ética – passado, presente e futuro. Ressaltam também que o processo de transmissão é aberto, a continuação permite a mudança e o crescimento (Boszormenyi-Nagy & Krasner, 1986).

A socialização étnico-racial tem um papel fundamental no desenvolvimento da identidade étnico-racial e do significado atribuído à racialização (Neblett et al., 2009). As atividades em que os pais envolvem os filhos, podem ter uma grande influencia na identidade destes. Por exemplo, a participação em eventos que exibam a cultura Negra ou adquirir livros de e sobre pessoas Negras, pode ser fundamental para os jovens criarem um sentimento positivo sobre a sua etnia (Neblett et al., 2013). Os resultados do estudo de Neblett et al. (2009) mostraram que os pais afro-americanos transmitem várias mensagens sobre racialização aos seus filhos e envolvem-nos em atividades de socialização, e que estas mensagens e atividades, relacionadas com o orgulho e cultura afro-americana, são importantes para o significado que os jovens vão atribuir ao facto de serem afro-americanos.

Uma elevada identidade étnico-racial está associada a um comprometimento com o grupo étnico-racial, ao conhecimento e orgulho da herança cultural, ao sentimento de pertença à comunidade étnica e à participação em práticas culturais (Mossakowski, 2003; Phinney, 1991). Segundo Phinney (1989), o desenvolvimento da identidade étnica, em jovens de grupos étnicos minoritários, tem implicações no equilíbrio psicológico global. Jovens que já alcançaram uma identidade étnica e têm consciência do significado da sua etnia, apresentam níveis mais elevados de autoavaliação, sentido de domínio e interações sociais (Phinney, 1989).

A identidade étnica pode também estar associada a menos sintomas depressivos, à diminuição do stress ligado à discriminação étnico-racial (Mossakowski, 2003), e à autoestima, sobretudo, nos casos em que há uma identificação como membro de um grupo étnico e se atribui importância à etnicidade. Nestes casos, uma identidade étnica baixa pode ser mais prejudicial

para a autoestima de indivíduos que estejam isolados, do que para aqueles que se assimilam à cultura dominante (Phinney, 1991).

Seider et al. (2023) exploraram de que forma se realiza a socialização cultural em famílias multiétnico-raciais. Mais especificamente, como é que nestas famílias os pais levam os filhos a ter acesso e beneficiar de mais do que uma cultura. Através de entrevistas qualitativas com os pais, surgiram três temas sobre esta socialização cultural: a importância de se dedicarem para aprender mais sobre a cultura do outro; refletirem acerca das práticas e valores que consideram importantes transmitir aos filhos; e incentivarem a inclusão e valorização das várias heranças étnico-raciais.

Cokley (1999) estudou o impacto da composição racial da universidade, que jovens afro-americanos frequentam, no desenvolvimento de ideologias raciais e constatou que, os estudantes de universidades predominantemente Negras têm mais autoconsciência africana e ideologias nacionalistas, do que aqueles que estudam em universidades predominantemente Brancas. O que pode sugerir que o ambiente nas universidades predominantemente Negras reforça mais estas ideologias do que nas outras universidades, devido ao facto de ser mais provável nestes ambientes a reflexão sobre a cultura africana. Por outro lado, observou níveis mais altos de assimilação e humanismo em estudantes das universidades predominantemente Brancas. Estes alunos podem usar a estratégia da assimilação para resistirem e progredirem no ambiente maioritariamente Branco. As ideologias mais humanistas podem resultar da diversidade multicultural destes ambientes mais heterogêneos. Em suma, em ambos os meios, a raça é considerada um elemento importante para a identidade dos jovens afro-americanos. Contudo, as características das universidades e aquilo que os alunos experienciam em cada uma delas tem impacto no desenvolvimento das suas ideologias raciais.

Ainda relativamente ao ambiente académico, Wang et al. (2019) afirmam que a socialização étnico-racial está relacionada positivamente com o desempenho académico e motivação. Sugerem que as dimensões da socialização étnico-racial têm diferentes relações com os resultados académicos e que o seu efeito muda de acordo com o desenvolvimento e grupo étnico-racial da pessoa.

A socialização étnico-racial não acontece só através dos pais, existem outros contextos de socialização, a escola é um deles. Nas escolas, quando transmitidos valores culturais que promovem a inferiorização de pessoas Negras, a autoeficácia académica e o desenvolvimento da identidade racial dos jovens Negros é prejudicada (Constantine & Blackmond, 2002). Matos

e França (2021) constataram que, os estudantes Negros que mais experienciaram racismo na escola, referiram gostar menos de ser Negros. O que indica que o racismo impacta a construção da identidade étnico-racial positiva destes alunos, ou seja, a avaliação do seu grupo de pertença influencia na construção desta sua identidade. Com isto, é de extrema importância que a escola valorize a população Negra, por exemplo, fazendo referência a várias culturas e etnias e destacando personalidades Negras e as suas contribuições, facilitando assim a identificação das crianças com o seu grupo étnico e contribuindo para o seu autoconceito e autoestima positiva (Matos & França, 2021; Santos, 2021).

### **Identidade Social e Cura Social**

Chama-se grupo a um conjunto de indivíduos que se vêm como pertencendo a uma mesma categoria social, havendo algum envolvimento emocional e consenso social na avaliação do grupo e na sua pertença a este. Os grupos sociais permitem a identificação do indivíduo em termos sociais, identificação esta que é relacional e comparativa (Tajfel & Turner, 1979).

A capacidade de categorização social dá origem aos comportamentos sociais, que podem ser interpessoais ou intergrupais. O comportamento interpessoal refere-se à interação entre dois ou mais indivíduos, apenas influenciada pelas suas relações e características individuais, e não por fatores sociais. Já o comportamento intergrupais, diz respeito às interações entre um ou mais atores em relação a um ou mais outros, que se identificam como pertencendo a diferentes categorias sociais (Tajfel & Turner, 1979).

Sabe-se que, indivíduos mais conectados socialmente, têm melhor saúde. Mais especificamente, que laços de grupos sociais são maiores preditores de saúde cognitiva, do que laços individuais. O que se pode dever ao facto de os laços grupais aumentarem a percepção de identidade social compartilhada, que será a base para o suporte social. O que influencia a pessoa a realizar atividades em grupo, que a podem estimular cognitivamente (Haslam et al., 2016).

Com o objetivo de entender melhor o que liga a identidade social ao bem-estar, Häusser et al. (2020) concluíram que os efeitos positivos da identidade social partilhada na saúde dependem da sua relação com o apoio social, e que mesmo que este apoio seja interindividual, são os meios intraindividuais que vão ajudar a formar a associação entre identidade social e apoio social. Ou seja, a identidade individual aumenta o apoio social percebido, que por sua vez, aumenta a saúde e bem-estar.

Segundo Greenaway et al. (2015), a identidade social beneficia a saúde através da satisfação das necessidades psicológicas globais, como a necessidade de pertencer, de autoestima, de controlo e de uma existência significativa. Visto que, no seu estudo, descobriram que a satisfação das necessidades mediou a associação entre o ganho de identidade e a redução da depressão.

Num estudo sobre a associação entre as múltiplas identidades sociais e criatividade, Steffens et al. (2016) concluíram que quanto mais identidades sociais, maior a fluência e originalidade, e que a flexibilidade tem um efeito mediador na originalidade. O que sugere que, através da flexibilidade cognitiva, múltiplas identidades sociais estão associadas a uma maior criatividade.

Vários estudos têm demonstrado que a pertença a múltiplos grupos aumenta o bem-estar. No entanto, Chang et al. (2016), num estudo com asiáticos da Austrália e de Singapura, comprovaram esta associação entre a adesão a múltiplos grupos e o aumento do bem-estar em indivíduos ocidentais, mas não em asiáticos. Constataram que, para os asiáticos, a participação em múltiplos grupos apenas estava associada ao bem-estar no caso de sujeitos menos resistentes à obtenção de apoio social. Os autores sugeriram que isto se pode dever ao facto de existirem certas normas asiáticas sobre relações e busca de apoio, que podem associar esta procura como não apropriada, talvez devido a uma preocupação em sobrecarregar o outro. Em suma, concluíram que os benefícios dos múltiplos grupos não dependem apenas da quantidade de apoio social obtida pela pertença a estes, mas também da facilidade com que se recorre a este apoio, e destacaram a importância das diferenças culturais na influência em utilizar a pertença a grupos como um recurso psicológico (Chang et al., 2016).

Hoffmann et al. (2020) estudaram a relação entre a identidade social, as perceções de prototipicidade (perceção de semelhança ao grupo) e o bem-estar psicológico, em estudantes universitários. Concluiu-se que, a perceção de prototipicidade com o grupo e a identidade social se ajustam, sendo que, um sujeito com alta identificação social e alta perceção de prototipicidade tem melhores níveis de bem-estar psicológico. Para além de reforçar a ideia da importância da participação em grupos para o bem-estar, este estudo refere a importância da alta identificação com o grupo (Hoffmann et al., 2020).

No estudo, de Moreira-Primo e França (2020), sobre as experiências de racismo vividas nas escolas, constatou-se que, perante estas situações, as crianças Negras revelam sentimentos de tristeza, medo, raiva e vergonha. O que, conseqüentemente, as leva a

desenvolver um autoconceito e uma identidade negativa, podendo levar à diminuição da autoestima e à negação de algumas das suas características e da sua herança racial.

## Referências

- Alexandre, V. (1999). “Luso-tropicalismo”, in A. Barreto e M. F. Mónica (Coords.), *Dicionário de História de Portugal, Vol 8*, Lisboa, Figueirinhas, pp. 391-394.
- Alleyne, A. (2004). The internal oppressor and Black identity wounding. *Counselling and Psychotherapy Journal*, 15(10), 48-50.
- Alleyne, A. (2005). Invisible injuries and silent witnesses: The shadow of racial oppression in workplace contexts. *Psychodynamic Practice*, 11(3), 283-299.
- Bastos, C. (1998). Tristes trópicos e alegres luso-tropicalismos: Das notas de viagem em Lévi-Strauss e Gilberto Freyre. *Análise Social*, 415-432.
- Boszormenyi-Nagy, I., & Krasner, B. R. (1986). *Between give and take: A clinical guide to contextual therapy*. Routledge.
- Chang, M. X. L., Jetten, J., Cruwys, T., Haslam, C., & Praherso, N. (2016). The more (social group memberships), the merrier: Is this the case for Asians?. *Frontiers in Psychology*, 7(1001), 1-17.
- Cokley, K. (1999). Reconceptualizing the impact of college racial composition on African American students' racial identity. *Journal of College Student Development*, 40(3), 235-246.
- Constantine, M. G., & Blackmon, S. K. M. (2002). Black adolescents' racial socialization experiences: Their relations to home, school, and peer self-esteem. *Journal of Black Studies*, 32(3), 322-335.
- Greenaway, K. H., Cruwys, T., Haslam, S. A., & Jetten, J. (2015). Social identities promote well-being because they satisfy global psychological needs. *European Journal of Social Psychology*, 46(3), 294-307.
- Haslam, C., Cruwys, T., Milne, M., Kan, C. H., & Haslam, S. A. (2016). Group ties protect cognitive health by promoting social identification and social support. *Journal of Aging and Health*, 28(2), 244-266.

- Häusser, J. A., Junker, N. M., & van Dick, R. (2020). The how and the when of the social cure: A conceptual model of group-and individual-level mechanisms linking social identity to health and well-being. *European Journal of Social Psychology, 50*, 721-732.
- Hipolito-Delgado, C. P. (2007). Internalized racism and ethnic identity in Chicana/o and Latina/o college students. University of Maryland, College Park.
- Hoffmann, P., Platow, M. J., Read, E., Mansfield, T., Carron-Arthur, B., & Stanton, M. (2020). Perceived self-in-group prototypicality enhances the benefits of social identification for psychological well-being. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice, 24*(4), 213-226.
- James, D. (2021). Self-and group-focused internalized racism, anxiety, and depression symptoms among African American adults: A core self-evaluation mediated pathway. *Group Processes & Intergroup Relations, 24*(8), 1335-1354.
- James, D. (2022). An initial framework for the study of internalized racism and health: Internalized racism as a racism-induced identity threat response. *Social and Personality Psychology Compass, 16*, 1-18.
- Matos, P. M., & França, D. X. (2021). Socialização étnico-racial e racismo: Dos saberes afro-brasileiros e africanos à construção da identidade étnico-racial. *Educar em Revista, 37*, 1-19. <http://dx.doi.org/10.1590/0104-4060.78243>
- Moreira-Primo, U. S., & França, D. X. (2020). Experiências de racismo em crianças: o que acontece no cotidiano escolar?. *Revista Uniabeu, 13*(33), 24-44.
- Mossakowski, K. N. (2003). Coping with perceived discrimination: Does ethnic identity protect mental health?. *Journal of Health and Social Behavior, 44*(3), 318-331.
- Neblett, E. W., Banks, K. H., Cooper, S. M., & Smalls-Glover, C. (2013). Racial identity mediates the association between ethnic-racial socialization and depressive symptoms. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology, 19*(2), 200-207.
- Neblett, E. W., Smalls, C. P., Ford, K. R., Nguyen, H. X., & Sellers, R. M. (2009). Racial socialization and racial identity: African American parents' messages about race as precursors to identity. *Journal Youth Adolescence, 38*, 189-203.
- Pheterson, G. (1986). Alliances between women: Overcoming internalized oppression and internalized domination. *Signs: Journal of Women in Culture and Society, 12*(1), 146-160.

- Phinney, J. S. (1989). Stages of ethnic identity development in minority group adolescents. *The Journal of Early Adolescence*, 9(1-2), 34-49.
- Phinney, J. S. (1991). Ethnic identity and self-esteem: A review and integration. *Hispanic Journal of Behavioral Sciences*, 13(2), 193-208.
- Santos, J. (2021). *Intervenção em socialização étnica: Efeitos sobre a identidade e autoestima individual e grupal de crianças negras. (Dissertação de mestrado). Universidade Federal de Sergipe.*
- Santos, L. B. (2013). Prejudice, discrimination, luso-tropicalism, lusophony, and organizational justice in Portugal, from the point of view of Brazilian immigrants. *Revista Psicologia: Organizações e Trabalho*, 13(1), 61-74.
- Seider, S., Huguley, J., McCobb, E., Titchner, D., Ward, K., Xu, H., & Zheng, Y. (2023). How parents in multiethnic-racial families share cultural assets with their children. *Race and Social Problems*, 15, 5-18.
- Speight, S. L. (2007). Internalized racism: One more piece of the puzzle. *The Counseling Psychologist*, 35(1), 126-134.
- Steffens, N. K., Gocłowska, M. A., Cruwys, T., & Galinsky, A. D. (2016). How multiple social identities are related to creativity. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 42(2), 188-203.
- Tajfel, H., & Turner, J. C. (1979). An integrative theory of intergroup conflict. In W. G. Austin, & S. Worchel (Eds.), *The Social Psychology of Intergroup Relations* (pp. 33-47). Monterey, CA: Brooks/Cole.
- Titelman, P. (1998). *Clinical Applications of Bowen Family Systems Theory*. The Haworth Press.
- Vala, J., Lopes, D., & Lima, M. (2008). Black immigrants in Portugal: Luso-tropicalism and prejudice. *Journal of social issues*, 64(2), 287-302.
- Valentim, J. P. (2003). *Identidade e lusofonia nas representações sociais de portugueses e de africanos*. Tese de doutoramento, Coimbra, Universidade de Coimbra.
- Valentim, J. P. (2011). Representações sociais do luso-tropicalismo e olhares cruzados entre portugueses e africanos, in A. A. Lourenço (Coord.), *Imagotipos literários: Processos*

*de (des)configuração na imagiologia literária*, Centro de Literatura Portuguesa, pp. 57-75.

Wang, M., Smith, L. V., Miller-Cotto, D., & Huguley, J. P. (2019). Parental ethnic-racial socialization and children of color's academic success: A meta-analytic review. *Child Development*, 1-17.

Willis, H. A., Sosoo, E. E., Bernard, D. L., Neal, A., & Neblett, E. W. (2021). The associations between internalized racism, racial identity, and psychological distress. *Emerging Adulthood*, 9(4), 384-400.