

## **XXV ENCONTRO NACIONAL DE PESQUISA EM CIÊNCIA DA INFORMAÇÃO - XXV ENANCIB**

### **GT 12 – Informação, Estudos Étnico-Raciais, Gênero e Diversidades**

#### **ENTRE EMOÇÕES, RECONHECIMENTO E ACOLHIMENTO: A BIBLIOTERAPIA APLICADA À MULHERES**

#### ***BETWEEN EMOTIONS, RECOGNITION AND WELCOME: BIBLIOTHERAPY APPLIED TO WOMEN***

**Maria Cleide Rodrigues Bernardino** – Universidade Federal do Cariri (UFCA)

**Katty Anne Nunes** – Universidade Federal do Cariri (UFCA)

**Érica Araújo Verçosa** – Universidade Federal Rural de Pernambuco (UFRPE)

**Arysa Cabral Barros** – Universidade Estadual do Piauí (UESPI)

#### **Modalidade: Trabalho Completo**

**Resumo:** Os encontros de biblioterapia tem se mostrado um forte aliado quando se trata da construção de um espaço potente para olhar para si, promoção do autoconhecimento e a valorização das experiências, em especial com grupo de mulheres, grupo este marcado por sobrecarga, invisibilidade e desigualdade em nossa sociedade. Sendo assim, o trabalho buscou descrever as vivências das mulheres participantes do ‘Ciclo de biblioterapia: emoções, reconhecimento e acolhimento’. Utilizou-se da pesquisa fenomenológica, descritiva e delineamento com abordagem qualitativa, a partir das etapas: redução dos dados, ou seja, a filtragem das fontes; apresentação, que é a organização dos dados para a análise propriamente dita; e a conclusão, que consiste na inferência e atribuição de sentidos. Foram realizados três ciclos de encontros, totalizando 15 sessões, com a participação de 40 mulheres. Os encontros foram planejados com base em várias emoções e organizados em um ambiente acolhedor e interativo. Os relatos das participantes mostram processos de autodescoberta, resgate de ancestralidades, enfrentamento de inseguranças e valorização de si mesmas. Conclui-se que os ciclos de biblioterapia foram eficazes na criação de espaços seguros para a expressão emocional, no fortalecimento do autocuidado e na construção de vínculos de confiança e solidariedade entre as participantes.

**Palavras-chave:** biblioterapia; encontro de mulheres; mulheres; gênero.

**Abstract:** Bibliotherapy meetings have proven to be a strong ally when it comes to building a powerful space to look at oneself, promote self-knowledge and value experiences, especially with a group of women, a group marked by overload, invisibility and inequality in our society. Therefore, the work sought to describe the experiences of the women participating in the ‘Bibliotherapy Cycle: emotions, recognition and acceptance’. Phenomenological, descriptive and qualitative research was used, based on the following steps: data reduction, that is, filtering the sources; presentation, which is the organization of the data for the analysis itself; and conclusion, which consists of inference and attribution of meanings. Three cycles of meetings were held, totaling 15 sessions, with the participation of 40 women. The meetings were planned based on various emotions and organized in a welcoming and interactive environment. The participants' reports show processes of self-discovery, recovery of ancestral heritage, facing insecurities and self-esteem. It is concluded that the bibliotherapy cycles were effective in creating safe spaces for emotional expression, strengthening self-care and building bonds of trust and solidarity among the participants.

**Keywords:** bibliotherapy; women's meeting; women; gender.

## 1 INTRODUÇÃO

O adoecimento das mulheres é um fenômeno complexo que envolve fatores sociais, culturais, emocionais e estruturais, como a sobrecarga da dupla jornada de trabalho, a desigualdade de gênero, a violência doméstica e simbólica, além das exigências estéticas e afetivas impostas socialmente. Esses contextos favorecem o surgimento de quadros como ansiedade, depressão, *burnout* e outras formas de sofrimento psíquico e físico.

Nesse cenário, os grupos terapêuticos emergem como espaços potentes de cuidado coletivo e resistência, promovendo escuta ativa, empatia, partilha de experiências e fortalecimento do senso de pertencimento. Esses encontros possibilitam a ressignificação de vivências e a construção de uma rede de apoio afetivo e social, contribuindo para o bem-estar emocional e o empoderamento das mulheres em seus diversos contextos de vida, através, inclusive, da literatura.

É por meio das histórias que se despertam emoções - tristeza, raiva, irritação, bem-estar, medo, alegria, pavor, insegurança, tranquilidade e tantas outras. Ao escutar narrativas, somos convidados(as) a mergulhar no que há de mais humano em nós: aquilo que sentimos, lembramos e (re)significamos (Abramovich, 1993). Na biblioterapia, esse processo ganha ainda mais potência, pois a escuta sensível, a leitura afetiva e o espaço para o diálogo tornam-se caminhos de cuidado, acolhimento e autoconhecimento.

Especialmente no universo feminino, onde tantas vezes as vozes foram silenciadas e as dores invisibilizadas, as palavras ganham papel restaurador. Ler e ouvir histórias - reais ou fictícias - permite reconhecer-se, fortalecer-se e construir novos sentidos para as próprias vivências. O projeto 'Ciclo de biblioterapia: emoções, reconhecimento e acolhimento' utiliza a literatura e a escuta ativa e sensível para estimular nas mulheres que participam dos encontros, o reconhecimento e o acolhimento das suas emoções. Os encontros são mediados pela biblioterapeuta de modo presencial, em que cada encontro torna-se um espaço de convivência, de autocuidado e cuidado coletivo. A partir do compartilhamento de leituras, a mediadora faz observações sempre atenta às memórias que as participantes compartilham, bem como as emoções que suscitam.

Partindo dessa premissa, estabelecemos a pergunta-norteadora: como os encontros de mulheres, por meio da prática da biblioterapia, podem proporcionar o reconhecimento e acolhimento das emoções?

Mediante o exposto, estabelecemos como objetivo geral: descrever sobre a vivência das mulheres participantes do 'Ciclo de biblioterapia: emoções, reconhecimento e acolhimento'. Para isso, temos os seguintes objetivos específicos: a) apresentar os encontros de biblioterapia como espaços de construção de vínculos, confiança e acolhimento; b) relatar a experiência do ciclo de biblioterapia; c) enfatizar a importância de grupos de mulheres para o autoconhecimento, autoimagem, autoconsciência e autocuidado.

## **2 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS**

Entendemos o conhecimento sobre si, como o processo de autoconhecimento, autoimagem e autoconsciência. Sampaio (2013, p. 39) afirma que o conhecimento de si é a "aproximação, o caminho em direção ao si mesmo". Partindo desse pensamento, escolhemos a pesquisa fenomenológica, que permitirá a busca do sentido de si. Heidegger (2005, p. 15) afirma que "pensar o sentido do ser é escutar a realidade nos vórtices das realizações", ou seja, o processo de escuta e de reconhecimento das emoções de cada participante, em busca do sentido de si e de suas emoções. Conhecer a si não é uma ação cognitiva, mas um mergulho profundo na existência, uma aproximação com as emoções e sentidos do próprio ser, não é um simples passeio, mas um olhar cuidadoso e comprometido sobre si e o mundo e as implicações disso sobre si no mundo.

O caminho metodológico é traçado a partir da pesquisa fenomenológica existencial, delineamento descritivo e análise com abordagem qualitativa. A pesquisa descritiva complementa, neste artigo, o estudo fenomenológico, que estuda a essência dos fenômenos, ao descrever os seus aspectos. Conforme Gil (2009, p. 42) a pesquisa descritiva tem como objetivo a "[...] descrição das características de determinada população ou fenômeno ou, então, o estabelecimento de relações entre as variáveis".

Por fim, a abordagem qualitativa delinea a análise, a partir das três fases de Miles e Huberman (1994), que compreendem: a redução dos dados, que é a filtragem e a simplificação das fontes localizadas; a apresentação, que consiste na organização dos dados selecionados na primeira fase, de forma que possibilite uma análise sistemática das interrelações, semelhanças e diferenças; e a conclusão e verificação, que considera o significado dos dados,

relacionando os padrões e as explicações de modo a responder à pergunta problema.

Assim, ao descrever a vivência das mulheres participantes do projeto 'Ciclo de biblioterapia: emoções, reconhecimento e acolhimento' e do entendimento do lugar dessas mulheres na sociedade, podemos compreender inclusive que, diante da diversidade das experiências que compõem o conceito de mulheridades, o método fenomenológico existencial heideggiano é ideal pois permite a complexidade exigida, uma vez em que se propõe a abordar os objetos de pesquisa tais como aparecem, tais como se apresentam imediatamente à consciência. Isso implica em deixar de lado toda e qualquer pressuposição sobre a natureza desses objetos, ou seja, a ideia de conceito universal, e entender que as pressuposições podem ser múltiplas e complexas perante o conhecimento do ser.

### **3 MULHERIDADES E O CONHECIMENTO DE SI**

O termo mulheridades se refere a qualidade de ser mulher, considerando as múltiplas formas de ser e estar no mundo, as diferentes identidades, pluralidades e subjetividades, englobando suas vivências. Neste contexto, Letícia Nascimento (2021, p. 25) afirma que o conceito de mulheridades tem como objetivo: “[...] “demarcar os diferentes modos pelos quais podemos produzir estas experiências sociais, pessoais e coletivas. Além disso, a ideia também é conferir movimentos de produção, visto que o termo ‘mulher’ pode sinalizar algo que se é de modo essencial”.

Assim como Letícia Nascimento (2021), tomamos aqui o discurso proferido por Sojourner Truth na intervenção '*Women's Rights Convention*', em Akron, Ohio, Estados Unidos, em 1851, em que pergunta: “E eu não sou uma mulher?” questionando o tratamento dado às mulheres brancas. É uma pergunta que faz refletir sobre o conceito de mulher na sociedade e as diferenças a que são submetidas em decorrência de suas diferenças e subjetividades. É a partir daí que nasce, de certa forma, o conceito de mulheridades. Neste sentido, bell hooks<sup>1</sup> (2019a) aponta a pluralidade do termo mulher, trazendo Truth como base, ao apontar o apagamento das mulheres negras nos textos acadêmicos feministas, em que 'mulheres' é designado para definir apenas as características das mulheres brancas.

Dentro dessa organização lógica em que o termo percorreu, não podemos esquecer das discussões sobre gênero, em que se articulam as práticas e produções científicas, de

---

<sup>1</sup> A grafia em minúscula é uma orientação da autora bell hooks.

**XXV Encontro Nacional de Pesquisa em Ciência da Informação - XXV ENANCIB**  
**Rio de Janeiro, RJ - 03 a 07 de novembro de 2025**

enfrentamento às desigualdades sociais e que se interseccionam gênero, classe, raça (Davis, 2016) diferentes vivências e experiências (Carneiro, 2019; Gonzalez, 2020) hierarquizações, vulnerabilidades e opressões (Lorde, 2019, hooks, 2019a; 2019b). Alice Walker (2021), em sua obra: 'Em busca do jardim de nossas mães: prosa mulherista', usou os termos: 'mulherismo' e 'mulherista' para definir as produções, vivências e as lutas das mulheres negras contra o sexismo e o racismo.

Joan Scott (1995, p. 86) afirma que gênero é um “[...] elemento constitutivo de relações sociais baseadas nas diferenças percebidas entre os sexos”, e que, portanto, é “[...] uma forma primária de dar significados às relações de poder”. Judith Butler (2020, p. 69) afirma que “o gênero é a estilização repetida do corpo, um conjunto de atos repetidos no interior de uma estrutura reguladora altamente rígida, a qual se cristaliza no tempo para produzir a aparência de uma substância, de uma classe natural de ser”. Oyèrónkẹ Oyěwùmí (2020, p. 173) afirma que gênero “é acima de tudo uma construção sociocultural. [...] Porque o gênero é construído socialmente, a categoria social ‘mulher’ não é universal [...]”.

Ainda na construção desse entendimento, Patrícia Hill Collins (2019) conclui que as mulheridades se evidenciam na contínua e fatigante jornada de trabalho impostas pelo capitalismo, na precarização das relações sociais e profissionais no emprego, nas vivências, nas violências que são submetidas desde a infância e nos sistemas de controle. O conceito de gênero foi construído no âmbito do movimento feminista, entretanto, este não abarca todas as mulheres, uma vez em que, conforme afirma Oyěwùmí (2020), este conceito é resultado das dimensões sociais, culturais e históricas, que contrapõe a ideia universal de mulher.

Em 'A condição humana', Hannah Arendt (2007) apresenta três atividades humanas fundamentais: o labor, o trabalho e a ação. Para a autora, o labor é a condição biológica, a própria vida; o trabalho, o que corresponde ao artificialismo da existência humana, o que chama de 'mundismo'; e a ação, é a condição humana da pluralidade da existência, a gênese e o ser político. Entretanto, a própria gênese, compreende um conceito universal que não comporta o ser 'mulher' ou o conceito mulheridades. Arendt (2007) afirma que as pessoas são repetições intermináveis e reproduzíveis do mesmo modelo. Refutamos esta ideia quando abandonamos o termo universal 'homem' para designar a condição humana. As pessoas são diversas, pensando na pluralidade e liberdades próprias da existência humana e nas construções sociais de gênero e suas múltiplas formas de existir, concluímos que a ação, de que fala Arendt (2007) pode, em nosso entendimento, comportar o modo e as relações com

o mundo, a forma como nos comportamos e relacionamos uns com os outros, como vemos o mundo e a nossa própria condição humana.

Diante deste entendimento, trazemos a fenomenologia existencial de Heidegger (2005) que denomina o modo de ser da nossa existência, o *Dasein*<sup>2</sup>, que significa ‘ser-aí’, ‘estar aí’, ou seja, a manifestação do ser no mundo, sendo assim a capacidade de questionar o ser. A busca pelo sentido do ser, dentro de uma determinação, por vezes, imediata e exaustiva de seu uso e de sua significação. Assim, a fenomenologia, nesta pesquisa, é meio de fazer com que possamos enxergar as particularidades do ser mulher a partir de si mesmo, ou seja, a partir das constatações que trazem de si, das coisas em si mesmas. A biblioterapia, que complementa o fenômeno, uma vez que a observação partiu do Projeto ‘Ciclo de Biblioterapia: emoções, reconhecimento e acolhimento’, completa esse olhar, uma vez em que, a partir do partilhamento das leituras, opera como um processo de olhar para si, de mergulhar no seu profundo eu e trazer à tona a essência e a reflexão.

Heidegger (2005, p. 28) afirma que a universalidade do ser, não é a do gênero. Para o autor, “Ser não delimita a região suprema do ente, pois esse se articula conceitualmente segundo gênero e espécie [...]. A universalidade do ser transcende toda a universalidade genérica”. Portanto, nosso olhar não pode deter-se em um modelo universal de ser mulher, mas acolher a mulheridade que reside em cada uma, suas particularidades, corpos, orientações, suas existências etc.

Assim, a biblioterapia, que é compreendida como uma técnica terapêutica que ajuda a lidar com os problemas do cotidiano através da leitura de textos previamente selecionados, pela pessoa mediadora, a partir de um objetivo específico, auxilia no processo de olhar para si e enxergar suas particularidades.

#### **4 BIBLIOTERAPIA**

Frente a todos os desafios vivenciados pelas mulheres ao longo do tempo, é comum que a sobrecarga da dupla/tripla jornada e outros pontos as aflijam e tragam, conseqüentemente, impactos negativos como: falta de autoestima, dificuldade em se priorizar, não aceitação da própria imagem, adoecimentos etc.

---

<sup>2</sup> Termo cunhado por Martin Heidegger, que significa existência e é usado na filosofia para designar o modo de ser humano.

**XXV Encontro Nacional de Pesquisa em Ciência da Informação - XXV ENANCIB**  
**Rio de Janeiro, RJ - 03 a 07 de novembro de 2025**

Para se romper com essas questões e possibilitar um caminho de reconhecimento e acolhimento, os encontros/grupos de mulheres se configuram como potentes ferramentas para auxiliar na conquista desses objetivos e, dentre as várias ações existentes (de formação de grupos) podemos citar os círculos de biblioterapia que, Cristiana Seixas (2020, p. 44) define como um momento de:

Cultivo do sopro vital, em custódia das palavras (escritas ou orais), por meio de encontros de cuidado para intercambiar narrativas. O processo parte da criação de espaço para disponibilidade para o outro, com atenção às linguagens, incluindo as não verbais. Segue na curadoria de trechos de livros, poemas, histórias ou imagens que possam provocar acolhimento, encantamento, bem-estar, devaneio, desassossego ou coragem para rupturas e ousadias. O processo fomenta respiro, oralidade, diversidade, repertório e autoria. É experiência estética, afetiva, lúdica, reflexiva e formativa.

Isso porque, sendo a biblioterapia uma técnica e arte de cuidado com o Ser (Caldin, 2024), que se utiliza das narrativas/histórias/literatura e do diálogo para se promover a liberdade da fala e do pensamento (Ouaknin, 1996), ela se torna um potente dispositivo de cuidado, podendo ser direcionado para grupo de mulheres e suas variadas demandas, possibilitando encontros potentes com nossa humanidade, já que nos coloca em contato com a literatura, a qual nos possibilita identificação ou rejeição com temas que são comuns a todas as pessoas, proporcionando assim as ‘reconfigurações’ de nosso pensar, agir e sentir.

Como exemplo dessas ações, podemos citar relatos como o de Moret e Santana, (2017), no projeto ‘Biblioterapia: a leitura e a palavra no empoderamento feminino’, realizado com mulheres da comunidade de São Benedito, zona rural do município de Teixeira de Freitas, na Bahia ou, ainda, de Morales e Landa (2021), que realizaram encontros de biblioterapia no Instituto Municipal da Mulher de Xalapa (IMMX), México, local que fornece orientação jurídica e tratamento psicológico para mulheres em situação de violência. Ambos enfatizam a importância das práticas de biblioterapia e seus reverberamentos e benefícios às participantes de cada iniciativa, como afirma Bolen (2023, p. 16): “[...] parece ser apenas um grupo de mulheres reunidas conversando, mas cada mulher e cada Círculo está contribuindo para algo maior”.

No primeiro capítulo do livro ‘O milionésimo círculo’, a psiquiatra e analista junguiana Jean Shinoda Bolen, apresenta a seguinte epígrafe de Janice Mirikitani<sup>3</sup> “[...] nos Círculos onde enxergamos a nós mesmas, nos ouvimos como a um milagre, e eu retomo uma canção que já

---

<sup>3</sup> Citação do poema *Where bodies are buried*, de Janice Mirikitani, publicado na obra ‘*We, the Dangerous: New and Selected Poem*’, em 1995.

foi minha [...]” (Mirikitani 1995 *apud* Bolen, 2003, p. 14). Bolen (2003), ao longo da obra, ela apresenta o quão potentes são os encontros de mulheres, elucidaremos esse potencial no relato de experiência que se segue.

## **5 CICLOS DE BIBLIOTERAPIA: EMOÇÕES, RECONHECIMENTO E RECONHECIMENTO**

Com inspiração em ‘O que é uma emoção?’, de William James (2013, p. 95): “Recuse-se a expressar uma emoção, e ela morre” William James<sup>4</sup> e somando aos aprendizados obtidos a partir da especialização em Mediação da Leitura Literária e Biblioterapia e à longa trajetória de experiência profissional em mediação de leitura literária para a formação de leitoras/es, o ‘Ciclo de biblioterapia: emoções, reconhecimento e acolhimento’ foi estruturado. Nessa trajetória de trabalho com grupos, era perceptível a necessidade de espaços de cuidado e acolhimento aos diversos sofrimentos, especialmente aqueles relatados por grupos de mulheres.

Os ciclos de biblioterapia tiveram como principal objetivo criar um espaço de autoconhecimento, autoimagem, autoconsciência e autocuidado para que as mulheres pudessem expressar de forma segura as suas emoções e sentimentos, diante do contexto em que cada uma estivesse vivendo. Como objetivos específicos ficaram estabelecidos: a) contribuir para o fortalecimento da autoestima, da melhoria do equilíbrio emocional e mental de mulheres inseridas em comunidades escolares e outros contextos; b) proporcionar um mergulho na literatura, a partir de histórias que falam sobre tristezas, felicidades, decepções, medos, alegrias, perdas, entre outras emoções e sentimentos; c) estimular o contato com as emoções, sentimentos e sensações para que cada mulher tivesse a possibilidade de refazer diante das diversas situações no contexto de suas existências; d) proporcionar momentos de cuidados individuais e coletivos, garantindo espaços de fala e de escuta acolhedora da turma.

Foram realizados três Ciclos de Biblioterapia com três turmas compostas por mulheres, totalizando quinze encontros, semanalmente, em que participaram um montante de quarenta mulheres que se envolveram e puderam aproveitar os benefícios dos momentos

---

<sup>4</sup> O texto “O que é uma emoção?”, de William James, foi publicado originalmente na Revista Mind, em abril de 1884, no v. 9, n. 34, páginas 188 a 205, aqui usamos a tradução de Raphael Nascimento publicada na revista Clínica e Cultura, em 2013.

**XXV Encontro Nacional de Pesquisa em Ciência da Informação - XXV ENANCIB**  
**Rio de Janeiro, RJ - 03 a 07 de novembro de 2025**

proporcionados. Em relação ao perfil dos grupos, participaram mulheres que atuam nas áreas de educação, saúde e cultura. Sendo que 70% das mulheres atuavam na educação, como professoras de sala de aula, de bibliotecas escolares e na gestão escolar.

**Quadro 1** - Descrição dos encontros realizados

<b>Encontros</b>	<b>Descrição</b>
<b>1º Ciclo (outubro de 2023)</b>	Contou com a participação de 14 (quatorze) mulheres, planejado de forma a contemplar 05 (cinco) encontros, em cada encontro tivemos uma emoção mobilizadora como ponto de partida. Estiveram nas rodas as seguintes emoções: alegria, compaixão, gratidão, medo e raiva.
<b>2º Ciclo (fevereiro de 2024)</b>	Contou com a participação de 10 (dez) mulheres, foi planejado de forma a contemplar 05 (cinco) encontros e estiveram nas rodas as emoções: amor, arrependimento, mágoa, saudade e solidão.
<b>3º Ciclo (outubro de 2024)</b>	Contou com a participação de 16 (dezesseis) mulheres, foi planejado de forma a contemplar 05 (cinco) encontros e estiveram nas rodas as emoções: amor, remorso, tristeza e saudade.

**Fonte:** elaborado pelas autoras (2025).

Para o planejamento de cada ciclo, levamos em consideração o perfil dos grupos, o tempo dos encontros, a quantidade de participantes e a curadoria de livros literários de acordo com a emoção que estava na centralidade em cada encontro.

Os encontros eram conduzidos pela mediadora e como parte da preparação para o recebimento do grupo, a cada encontro, o espaço físico era organizado de forma acolhedora, sempre com uma demarcação no centro, onde de forma circular o grupo se acomodava. Garantir essa organização no formato circular é bem importante para que todas pudessem se olhar, se integrar e produzir um fluxo de energia vital gerado pelo grupo a partir das energias individuais. Essa organização física contribuiu para que as mulheres fortalecessem vínculos e constituíssem um sentimento de pertencimento ao grupo. Em cada chegada o grupo era recebido com abraços, músicas, brincadeiras, atividades corporais, meditações guiadas, entre outras atividades que eram escolhidas para os momentos de acolhimento coletivo. Depois da integração do grupo, eram realizadas leituras de contos, poemas, crônicas ou trechos de romances. Após esse momento, a roda era aberta para as partilhas de todas, onde cada uma, se tivesse necessidade, relatava sobre o que estava sentindo naquele momento, e assim eram colocadas na roda as angústias, os medos, as inseguranças, os sofrimentos, entre outros sentimentos e estados de ânimo pelos quais cada uma estava sendo atravessada naquele momento. Depois dessa etapa, o grupo era direcionado para o fechamento do encontro onde todas pudessem trazer uma palavra, um poema ou uma imagem para ofertar ao grupo no momento da despedida. Depois, um abraço

coletivo para lembrar dos compromissos de cada uma com o grupo ‘tudo o que acontece na roda, fica na roda’.

Na prática da biblioterapia, é essencial pensar em três aspectos: escuta, diálogo e silêncio, como discorrem as obras ‘Cartografia dos encontros: literatura, silêncio e mediação’ de Cecilia Bajour (2025) e ‘O palhaço e o psicanalista: como escutar os outros pode transformar vidas’ de Christian Dunker e Cláudio Thebas (2019). A escuta ativa permite acolher histórias e emoções; o diálogo possibilita a troca de experiências e a construção de novos significados; e o silêncio oferece o espaço necessário para a reflexão e a assimilação do que foi lido ou compartilhado. Juntos, esses três elementos criam um ambiente terapêutico em que a literatura se transforma em uma ferramenta para o bem-estar e o desenvolvimento pessoal.

Proporcionado esse ambiente de acolhida, as mulheres sentiam-se seguras para o compartilhamento de suas histórias, como podemos verificar nos relatos das mulheres, aqui identificadas como Participante 1 (P1), Participante 2 (P2) e assim sucessivamente:

#### Quadro 2 - Relatos das participantes: primeiros olhares

P1	“No meu trabalho tá: grande guerreira, mulher forte e de luta. Por dentro estou em busca de mudanças e autodescobertas, por isso estou aqui. Tenho me sentido mais leve, pois estou aprendendo a saber o que eu quero, procurando entender minha história, revendo quem eu sou hoje, entendendo também meus familiares. Resgatando os meus ancestrais negros, buscando minhas raízes. Isso tem feito muito bem a mim”.
P2	“Demorei a falar, hoje falo demais. Tinha panelinhas de barro e quebrava. Depois convencia meu pai a comprar outras. Dei muito trabalho! Desde pequena eu sempre fui muito racional, mas engoli muita coisa. Decidi que não queria ser mãe. Engravidei quatro vezes sem querer”.
P3	“Quanto tempo eu não me olhava... não olhava para o meu rosto direito e agora tenho 40 anos! Os sinais chegam no rosto. Eu demorei para me ver bonita, sempre me achei feia. Mal começo a me achar bonita e já vêm as rugas. Os reflexos estão chegando com as marcas do tempo, então... tô descobrindo que envelhecer não é fácil, mesmo admirando as matriarcas. Sentir isso é um turbilhão! Tem uma multidão dentro de mim, o que faço com tudo isso?”.

Fonte: Dados da pesquisa, 2025.

Muitas foram as partilhas sobre angústias e cobranças que são feitas em casa e no trabalho. As realidades impostas pelo modelo de sociedade vigente, onde tudo gira cada vez mais rápido na roda do capitalismo, tem gerado sobre as mulheres, os acirramentos da interseccionalidade de gênero e raça, provocando medo, insegurança e angústia. Isso tem chegado forte nas mulheres profissionais da educação que, além de tudo, têm sido cobradas a solucionar questões que fogem às suas condições.

A partir da escuta ativa e generosa de todas em cada encontro, ficava cada vez mais perceptível o quão necessário é um trabalho que acolha e dê suporte emocional, com foco na promoção do cuidado da saúde mental e emocional, dessas mulheres que, na ponta da linha,

acolhem, cuidam e compartilham afetos com crianças, adolescentes, jovens e adultos em ambientes nem sempre amigáveis.

Foi também através desses encontros mediados pela literatura, pela escuta e pela fala, que muitas alegrias emergiram e muitas descobertas tiveram impactos positivos nesse contexto de sofrimento.

**Quadro 3 - Relatos das participantes: impactos**

<b>P1</b>	“Hoje no trabalho vivi algumas situações que bateram nos meus centros emocionais. Agora, depois de ouvir essa história do livro, fiquei pensando que preciso de espaços em branco para olhar pro ciclo de ir e vir da vida. A gente era um grupo desconhecido e agora entrelaçamos os nossos sentimentos, somos entrelaçadas”.
<b>P4</b>	“A semana passada fiquei animada pensando no dia do nosso próximo encontro. Mas também lembrei da rotina e das atividades de cozinhar, cuidar da casa e da família. Fiz as três respirações profundas que fazemos aqui e aí pensei que o marido tem 51 e a filha 17 anos, eles podem se virar”.

**Fonte:** Dados da pesquisa, 2025.

A alegria de estarem juntas, de terem um espaço de fala e de reflexão seguro, o texto literário como aliado aos processos de humanização que esses encontros favoreceram, contribuiu no período para a criação de alianças, vínculos invisíveis, porém sustentáveis e que, em certa medida, fortaleceram a sanidade mental e promoveram o autocuidado e o cuidado com a outra, consolidando os vínculos dentro do grupo.

Os encontros construíram vínculos que foram sendo tecidos a partir das falas, dos movimentos, dos sorrisos, dos choros e dos silêncios profundos. À medida que cada mulher falava, e as demais a escutavam na presença, abria-se um portal para a elaboração individual, da história de quem falava, e ao mesmo tempo, acontecia, no silêncio, a resignificação das histórias coletivas. Sousa (2022, p. 17) diz que: “Falar sobre o que dói é um ato de coragem e, para alguns, um grande passo para o alívio”. Sendo assim, cada mulher tinha a oportunidade de rever sua própria história e reconhecer que seu percurso pode ser mudado e de acolher a sua essência. Que as rotas podem ser redefinidas, recalculadas. Validando o que Ouaknin (1996) afirma ser a biblioterapia: uma prática de leitura, interpretação e diálogo que proporciona a ida ao mais profundo de si mesmo para se re/inventar a cada vez.

Ao final de cada ciclo, foi perceptível a integração e o entrosamento dos grupos. Com base na análise dos áudios com as falas das mulheres e dos registros feitos a partir da experiência de cada encontro, avaliamos que o percurso metodológico utilizado, tendo algumas etapas de cuidado importantes como o acolhimento, a escuta carinhosa, as falas cuidadosas, o respeito incondicional à outra pessoa e os fechamentos, tudo realizado de uma forma flexível, permitiu a construção da confiança e do compromisso nos grupos.

Como resultados importantes obtidos vale ressaltar a construção de vínculos, que gerou laços de confiança e de solidariedade entre as participantes e o estabelecimento de um tempo para o autocuidado em suas rotinas, pois na maioria dos casos, o tempo era investido 100% em cuidar do outro. As rodas de Biblioterapia, ajudaram, cada uma, a se comprometerem em investir um tempo no autocuidado em casa e aos poucos foram percebendo como essa mudança era importante e gratificante, pois causava um bem-estar interior de cada uma e posição diferente frente às adversidades impostas nas rotinas de cada uma.

## **6 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A pesquisa fenomenológica existencial não busca explicar os fenômenos, mas descrevê-los de forma a apreender sua essência. Assim, primeiramente, buscamos identificar o fenômeno, que resultou na pergunta norteadora da pesquisa: como os encontros de mulheres, por meio da prática da biblioterapia, podem proporcionar o reconhecimento e acolhimento das emoções? Em seguida, coletamos os dados do Projeto 'Ciclo de biblioterapia: emoções, reconhecimento e acolhimento', para organizar, sistematizar e analisar; e por fim, a interpretação e descrição dos resultados. Ressaltamos que por se tratar de dados coletados no desenvolvimento do projeto, os procedimentos éticos foram observados por meio da assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), entretanto, para estudos futuros, a pesquisa será submetida ao Conselho de Ética na Pesquisa (CEP) a fim de podermos realizar uma escuta mais profunda sobre os resultados do projeto.

Respondemos a pergunta problema ao trazermos os relatos das participantes do projeto, que demonstram a profusão de emoções suscitadas pelo compartilhamento, ajudando cada uma a reconhecer suas emoções e, sobretudo, acolher. Por fim, o próprio subtítulo do projeto responde, é através do reconhecimento e acolhimento das emoções.

Discutimos a dicotomia entre gênero e sexo, que impõe às mulheres um gênero universal feminino à luz de Judith Butler (2020) e acolhemos o termo mulheridades por entender a complexidade das várias mulheres em sua essência. Por fim, atendemos aos objetivos propostos ao descrever sobre a vivência das mulheres participantes do projeto 'Ciclo de biblioterapia: emoções, reconhecimento e acolhimento', trazendo seus relatos e impressões.

A metodologia do projeto permitiu um olhar aprofundado a respeito das emoções

**XXV Encontro Nacional de Pesquisa em Ciência da Informação - XXV ENANCIB**  
**Rio de Janeiro, RJ - 03 a 07 de novembro de 2025**

suscitadas em cada encontro. O relato das participantes e as percepções da mediadora, permitiu analisar o universo afetivo de cada encontro e compreender a essência que foi permeada pela empatia da escuta sensível e dos diálogos. Foi possível entender as construções sociais que influenciam nos problemas de gênero enfrentados pelas mulheres na sociedade. Essa desigualdade é violenta e subverte e negligência direitos e tem impacto na vida das mulheres, pois afeta o mercado de trabalho, as relações sociais, a afetividade, a segurança etc.

O projeto foi apresentado como espaço de construção de vínculos, confiança e acolhimento; e enfatizamos a relevância do projeto para o autoconhecimento, autoimagem, autoconsciência e autocuidado, permitindo, com isso, tomada de decisões e novos comportamentos.

As mulheres desde cedo acostumam-se em ser uma fortaleza, a cuidar, ter várias responsabilidades; e em muitas das vezes não cuida de si. Aprender a olhar para si mesma, a identificar a sua essência e reconhecer suas emoções, acolhendo-as, foi possível com os ciclos, que criaram espaços seguros de escuta e fortalecimento.

Por fim, pretendemos, futuramente, ampliar o escopo da pesquisa, trazendo mais relatos para identificar como os vínculos de confiança e solidariedade, criados a partir dos ciclos, contribuem para lidar com as emoções com segurança e de que forma esse processo impacta na qualidade de vida das mulheres.

## **REFERÊNCIAS**

ABRAMOVICH, Fanny. **Literatura Infantil: gostosuras e bobices**. São Paulo: Scipione, 1993.

ARENDT, Hannah. **A condição humana**. 10. ed. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2007.

BAJOUR, Cecilia. **Cartografia dos encontros: literatura, silêncio e mediação**. Salvador: Solisluna Editora, 2025.

BOLEN, Jean Shinoda. **O milionésimo círculo**. São Paulo: Triom, 2003.

BUTLER, Judith. **Problemas de gênero: feminismo e subversão da identidade**. 20. ed. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 2020.

CALDIN, Clarice Fortkamp. **Biblioterapia: um cuidado com o ser**. Florianópolis: Ed. da autora, 2024.

CARNEIRO, Sueli. **Mulheres em movimento: contribuições do feminismo negro**. *In:*

**XXV Encontro Nacional de Pesquisa em Ciência da Informação - XXV ENANCIB**  
**Rio de Janeiro, RJ - 03 a 07 de novembro de 2025**

HOLLANDA, Heloisa Buarque. (org.). **Pensamento feminista brasileiro: formação e contexto.** Rio de Janeiro: Bazar do Tempo, 2019. p. 271-292.

COLLINS, Patrícia Hill. Pensamento feminista negro: o poder da autodefinição. *In:* HOLLANDA, Heloisa Buarque. (org.). **Pensamento feminista: conceitos fundamentais.** Rio de Janeiro: Bazar do Tempo, 2019. p. 271-310.

DAVIS, Angela. **Mulheres, raça e classe.** Rio de Janeiro: Boitempo, 2016.

DUNKER, Christian; THEBAS, Cláudio. **O palhaço e o psicanalista: como escutar os outros pode transformar vidas.** São Paulo: Planeta, 2019.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa.** 4. ed. São Paulo: Atlas, 2009.

GONZALEZ, Lélia. Por um feminismo afro-latino-americano. *In:* HOLLANDA, Heloisa Buarque de. (org.). **Pensamento feminista hoje: perspectivas decoloniais.** Rio de Janeiro: Bazar do tempo, 2020. p. 38-51.

HEIDEGGER, Martin. **Ser e tempo: parte I.** 15. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2005.

HOOKS, Bell. **E eu não sou uma mulher?: mulheres negras e feminismo.** Rio de Janeiro: Rosa dos Tempos, 2019a.

HOOKS, Bell. **O feminismo é para todo mundo: políticas arrebatadoras.** Rio de Janeiro: Rosa dos Tempos, 2019b.

JAMES, William. O que é uma emoção?. **Clínica e Cultura**, [S. l.], v. 2, n. 1, p. 95-113, jan./jun. 2013. Disponível em: <https://periodicos.ufs.br/clinicaecultura/article/view/994>. Acesso em: 30 abr. 2025.

LORDE, Audre. Não existe hierarquia de opressão. *In:* HOLLANDA, Heloisa Buarque de. (org.). **Pensamento feminista: conceitos fundamentais.** Rio de Janeiro: Bazar do Tempo, 2019. p. 235-236.

MILES, Matthew B.; HUBERNAN, Michael. **Qualitative data analysis: an expanded sourcebook.** 2. ed. Londres: Sage Publications, 1994.

MORALES, Magda Ivette Moreno; LANDA, Homero Ávila. La biblioterapia en un grupo de mujeres en situación de violencia: fundamentos conceptuales y balance de intervención. **LiminaR**, Estudios Sociales y Humanísticos, [S. l.], v. 19, n. 2, jul-dic, 2021, p. 214-227. Disponível em: [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&%20pid=S1665-80272021000200214](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&%20pid=S1665-80272021000200214). Acesso em: 26 mar. 2025.

MORET, Ronald Tavares Leão; SANTANA, Maria Valquíria Barbosa. Biblioterapia: a leitura e a palavra no empoderamento feminino. **Biblionline**, João Pessoa, v. 15, n. 3, p. 89-94, 2019. Disponível em: <https://periodicos.ufpb.br/ojs2/index.php/biblio/article/view/49173>. Acesso em: 26 mar. 2025.

**XXV Encontro Nacional de Pesquisa em Ciência da Informação - XXV ENANCIB**  
**Rio de Janeiro, RJ - 03 a 07 de novembro de 2025**

NASCIMENTO, Letícia Carolina Pereira do. **Transfeminismo**. São Paulo: Jandaíra, 2021

OUAKNIN, Marc-Alain. **Biblioterapia**. São Paulo: Loyola, 1996.

OYĚWÙMÍ, Oyèrónkẹ. Conceitualizando gênero: a fundação eurocêntrica de conceitos feministas e o desafio das epistemologias africanas. *In*: BERNARDINO-COSTA, Joaze; MALDONADO-TORRES, Nelson; GROSGOUEL, Ramón. **Decolonialidade e pensamento diaspórico**. 2. ed. Belo Horizonte: Autêntica, 2020. p. 171-181.

SAMPAIO, Vitor F. Reflexão sobre conhecer a si mesmo como acesso ao sentido. **Revista NUFEN**, [S. l.], v. 5, n. 1, p. 36-43, jan./jul. 2013. Disponível em: <https://pepsic.bvsalud.org/pdf/rnufen/v5n1/a05.pdf>. Acesso em: 25 mar. 2025.

SCOTT, Joan. Gênero: uma categoria útil de análise histórica. **Educação & Realidade**, [S. l.], v. 20, n. 2, p. 71-99, 1995.

SEIXAS, Cristiana. Biblioterapia e dança circular: ressonâncias espirais. *In*: SEIXAS, Cristiana (org.). **Quintais da biblioterapia: experiências na poética do cuidado**. Niterói: Cândido Editora, 2020. p. 43-58.

SOUSA, Laiana Ferreira de. **Práticas informacionais terapêuticas e a resiliência informacional**. 2022. 211 f. Tese (Doutorado em Ciência da Informação) – Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2022. Disponível em: <https://repositorio.ufpb.br/jspui/handle%20/123456789/24191>. Acesso em: 15 nov. 2024.

WALKER, Alice. **Em busca dos jardins de nossas mães: prosa mulherista**. Rio de Janeiro: Bazar do Tempo, 2021. Disponível em: <https://trechos.org/wp-content/uploads/2021/05/Livro-Em-busca-dos-jardins-de-nossas-maes-Prosa-mulherista-por-Alice-Walker.pdf>. Acesso em: 25 mar. 2025.