

Vol. 18, número 2, jul-dez, 2025, pág. 251-294

O olhar da Psicologia Fenomenológico-Existencial sobre a experiência

Trans: um ensaio teórico!

The view of Phenomenological-Existential Psychology on the Trans

experience: a theoretical essay!

Le point de vue de la psychologie phénoménologique-existentielle sur

l'expérience trans: un essai théorique!

Ewerton Helder Bentes de Castro¹

Janderson Costa Meira²

Branca Cecília Benício³

Diana Almeida do Rosário⁴

Pedro Lucas de Aquino Coelho⁵

¹ Pós-Doutor e Doutor em Psicologia pela FFCLRP/USP. Professor Associado da Faculdade de Psicologia/UFAM. Docente do curso de graduação e Mestrado em Psicologia (FAPSI/UFAM). Líder do Grupo de pesquisa de Psicologia Fenomenológico-Existencial (CNPq). Coordenador do Laboratório de Psicologia Fenomenológico-Existencial (LABFEN/UFAM). Coordenador do Projeto de Extensão Plantão psicológico em escolas do sistema de ensino público em Manaus (FAPSI/UFAM). Coordenador científico da Liga Acadêmica de Psicologia Fenomenológico-Existencial – LAPFE (FAPSI/UFAM) E-mail: ewertonhelder@ufam.edu.br Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-2227-5278>

² Mestrando no Programa de Pós – graduação em Psicologia da UFPR. Psicólogo pela ESBAM. Gestor de Recursos Humanos pela UNIP – Manaus. Membro do Grupo de Pesquisa em Psicologia Fenomenológico-Existencial (CNPq). Membro do Laboratório de Psicologia Fenomenológico-Existencial (LABFEN/UFAM). Plantonista do Projeto de Extensão Plantão Psicológico em escolas do sistema público de ensino em Manaus. Ex-Diretor acadêmico da Liga Acadêmica de Psicologia Fenomenológico-Existencial – LAPFE (FAPSI/UFAM). E-mail: jandersonmeiraa@gmail.com Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-9145-6465>

³ Psicopedagoga formada pela Faculdade Metropolitana do Estado de São Paulo. Psicóloga formada pela Escola Superior Batista do Amazonas – ESBAM. Membro do Grupo de Pesquisa em Psicologia Fenomenológico-Existencial (CNPq). Membro do Laboratório de Psicologia Fenomenológico-Existencial (LABFEN/UFAM). Membro da Liga Acadêmica de Psicologia Fenomenológico-Existencial – Lapfe/Ufam. E-mail: cecilia.psi@hotmail.com Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-0482-355X>.

⁴ Pós-graduada em Psicologia Clínica Fenomenológico-Existencial pelo IEV/Manaus. Especialista em Psicologia Organizacional e do Trabalho. Graduada pela Universidade Paulista. Membro do Laboratório de Psicologia Fenomenológico-Existencial/Ufam. Membro da Liga Acadêmica de Psicologia Fenomenológico-Existencial/Ufam. Membro do Grupo de Pesquisa em Psicologia Fenomenológico-Existencial (CNPq) E mail: dianapsicologa28@gmail.com. Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-6453-6435>.

⁵ Graduando em Psicologia pelo Centro Universitário FAMETRO (Manaus). Membro do Grupo de Pesquisa em Psicologia Fenomenológico-Existencial (CNPq). Membro do Laboratório de Psicologia Fenomenológico-Existencial (LABFEN/UFAM). Esrtagiário no Plantão Psicológico em escola do sistema público de ensino. E-mail: p.aquinocoelho@gmail.com. Orcid: <https://orcid.org/0009-0003-4224-4222>

Resumo

O olhar da Psicologia Fenomenológico-Existencial sobre a experiência Trans começa com a compreensão da subjetividade, que permeia todas as dimensões da existência humana. O objetivo deste estudo teórico é lançar luz sobre a análise da experiência trans sob a lente da Psicologia Fenomenológico-Existencial que revela-se via rica para o entendimento da busca de identidade. Essa abordagem não só ilumina as particularidades da vivência trans, mas também amplia o horizonte da psicologia ao enfatizar a necessidade de um olhar empático e inclusivo. Este ensaio é uma abordagem qualitativa, com enfoque na revisão de literatura, utilizando a pesquisa bibliográfica como recurso metodológico. Ao longo do estudo, foi possível observar que a dor e o sofrimento, frequentemente associados ao processo de transição, não podem ser reduzidos a meros sintomas de disforia de gênero. Em vez disso, a experiência trans é apresentada como caminho de autodescoberta, onde cada narrativa é digna de reconhecimento e respeito. Os profissionais da psicologia, ao adotarem a perspectiva fenomenológico-existencial, devem facilitar a exploração do self autêntico, criando espaço seguro que possibilite ao cliente vivenciar sua identidade de maneira integral e não fragmentada. A escuta empática e a validação das experiências tornam-se práticas fundamentais, uma vez que contribuem para a construção de autoimagem mais positiva e fortalecida. Em síntese, a interação entre a Psicologia Fenomenológico-Existencial e a experiência trans fomenta um entendimento mais profundo do ser humano em sua totalidade, permitindo que as particularidades de cada história de vida sejam não apenas aceitas, mas valorizadas. Essa relação simbiótica pode transformar a prática psicológica, subvertendo preconceitos e estabelecendo novas formas de cuidado e acolhimento. O desafio que se coloca é o de continuar a aprofundar a pesquisa e a prática nesta interseção, sempre promovendo o olhar que respeite a singularidade das histórias e as complexidades das identidades de gênero, em um mundo que, embora em evolução, ainda carece de espaços de respeito e dignidade para todas as formas de ser.

Palavras-chave: Experiência Trans; Psicologia Fenomenológico-Existencial; Pesquisa e Prática; Interseccionalidade; Identidades de Gênero.

Abstract

The perspective of Phenomenological-Existential Psychology on the Trans experience begins with the understanding of subjectivity, which permeates all dimensions of human existence. The objective of this theoretical study is to shed light on the analysis of the trans experience under the lens of Phenomenological-Existential Psychology, which reveals itself to be a rich path for understanding the search for identity. This approach not only illuminates the particularities of the trans experience, but also broadens the horizon of psychology by emphasizing the need for an empathetic and inclusive perspective. This essay is a qualitative approach, focusing on literature review, using bibliographic research as a methodological resource.. Throughout the study, it was possible to observe that the pain and suffering, often associated with the transition process, cannot be reduced to mere symptoms of gender dysphoria. Instead, the trans experience is presented as a path

of self-discovery, where each narrative is worthy of recognition and respect. By adopting the phenomenological-existential perspective, psychology professionals must facilitate the exploration of the authentic self, creating a safe space that allows the client to experience their identity in a comprehensive and non-fragmented way. Empathetic listening and validation of experiences become fundamental practices, since they contribute to the construction of a more positive and strengthened self-image. In short, the interaction between Phenomenological-Existential Psychology and the trans experience fosters a deeper understanding of the human being in its entirety, allowing the particularities of each life story to be not only accepted, but valued. This symbiotic relationship can transform psychological practice, subverting prejudices and establishing new forms of care and acceptance. The challenge is to continue to deepen research and practice at this intersection, always promoting a perspective that respects the uniqueness of stories and the complexities of gender identities, in a world that, although evolving, still lacks spaces of respect and dignity for all forms of being.

Keywords: Trans Experience; Phenomenological-Existential Psychology; Research and Practice; Intersectionality; Gender Identities.

Résumé

La perspective de la psychologie phénoménologique-existentielle sur l'expérience trans part de la compréhension de la subjectivité, qui imprègne toutes les dimensions de l'existence humaine. L'objectif de cette étude théorique est d'éclairer l'analyse de l'expérience trans sous l'angle de la psychologie phénoménologique-existentielle, qui se révèle être une voie riche pour comprendre la quête d'identité. Cette approche éclaire non seulement les particularités de l'expérience trans, mais élargit également l'horizon de la psychologie en soulignant la nécessité d'une perspective empathique et inclusive. Cet essai est une approche qualitative, axée sur la revue de la littérature, utilisant la recherche bibliographique comme ressource méthodologique. Tout au long de l'étude, il a été possible d'observer que la douleur et la souffrance, souvent associées au processus de transition, ne peuvent être réduites à de simples symptômes de dysphorie de genre. L'expérience trans est plutôt présentée comme un chemin de découverte de soi, où chaque récit mérite reconnaissance et respect. En adoptant la perspective phénoménologique-existentielle, les professionnels de la psychologie doivent faciliter l'exploration du soi authentique, en créant un espace sécurisant permettant au client de vivre son identité de manière globale et non fragmentée. L'écoute empathique et la validation des expériences deviennent des pratiques fondamentales, car elles contribuent à la construction d'une image de soi plus positive et renforcée. En résumé, l'interaction entre la psychologie phénoménologique-existentielle et l'expérience trans favorise une compréhension plus profonde de l'être humain dans sa globalité, permettant aux particularités de chaque histoire de vie d'être non seulement acceptées, mais aussi valorisées. Cette relation symbiotique peut transformer la pratique psychologique, en subvertissant les préjugés et en établissant de nouvelles formes de soins et d'acceptation. Le défi consiste à continuer d'approfondir la recherche et la pratique à cette intersection, en promouvant toujours une perspective respectueuse de la singularité des histoires et de la complexité des identités de

genre, dans un monde qui, bien qu'en évolution, manque encore d'espaces de respect et de dignité pour toutes les formes d'être.

Mots-clés: Expérience trans; Psychologie phénoménologique-existentielle; Recherche et pratique; Intersectionnalité; Identités de genre.

O olhar da Psicologia Fenomenológico-Existencial sobre a experiência Trans começa com a compreensão da subjetividade, que permeia todas as dimensões da existência humana. Nosso olhar, neste estudo, propõe que as experiências de cada indivíduo sejam, consideradas únicas e configuradas por suas vivências, contextos e interpretações. Portanto, ao analisarmos a experiência trans, é importante considerar não apenas a identidade de gênero, mas também a complexidade emocional, a luta por autoaceitação e os impactos sociais que essa vivência impõe.

O reconhecimento da fenomenologia permite a exploração das vivências das pessoas trans, enquanto a vertente existencialista nos direciona a refletir sobre questões de autenticidade, liberdade e responsabilidade em um mundo que frequentemente impõe normas rígidas sobre a identidade (Martins, 2025; Fidelis et al., 2023).

A interação entre esses paradigmas oferece um espaço seguro para a pessoa trans desenvolver uma narrativa de si mesma, um processo que envolve a reconstrução de sua própria realidade. Esse movimento de autodescoberta é frequentemente repleto de desafios, especialmente diante da marginalização e do preconceito que muitos indivíduos enfrentam em suas jornadas. Para a psicologia fenomenológico-existencial, é fundamental compreender esses desafios não como obstáculos imutáveis, mas como oportunidades de crescimento e transformação. Essa abordagem contempla a importância do apoio social e da validação externa, além da relação terapêutica como um espaço de acolhimento e exploração que facilita a expressão da identidade (Siqueira et al., 2024; Meira et al., 2024).

Assim, a análise da experiência trans sob a lente da Psicologia Fenomenológico-Existencial revela-se via rica para o entendimento da busca de identidade. Essa abordagem não só ilumina as particularidades da vivência trans, mas também amplia o horizonte da psicologia ao enfatizar a necessidade de um

olhar empático e inclusivo. Desse modo, estabelece-se um diálogo contínuo entre a ciência psicológica e a realidade vivida, promovendo a despatologização e uma compreensão mais leve e humana da experiência de ser trans. Tal perspectiva, centrada na autenticidade e na subjetividade, pode contribuir significativamente para práticas terapêuticas mais sensíveis e adequadas às demandas da população trans (Rebeschi et al., 2025).

Fundamentos da Psicologia Fenomenológico-Existencial

A Psicologia Fenomenológico-Existencial emerge como ramo de compreensão psicológica que se propõe a analisar a experiência subjetiva do indivíduo, enfatizando a percepção e a vivência única de cada ser humano. Com raízes que se entrelaçam com a filosofia existencial, essa perspectiva busca encontrar significados na experiência vivida, reconhecendo a importância do contexto e das relações interpessoais na formação do eu.

Suas origens podem ser rastreadas até a obra de pensadores como Edmund Husserl, que estabeleceu as bases para a fenomenologia, sublinhando a necessidade de entender a consciência a partir de sua própria perspectiva. Ao mesmo tempo, obras de Martin Heidegger e Jean-Paul Sartre introduziram questões existenciais, como a liberdade e a autenticidade, promovendo visão de ser humano em constante busca de significado frente ao vazio e à incerteza (Silva et al., 2024).

Os principais teóricos, como Rollo May, Irvin D. Yalom e Viktor Frankl, trouxeram à luz a intersecção entre a psicologia e a filosofia, cada um contribuindo de maneira única para a evolução da psicologia fenomenológico-existencial. May focou nas ansiedades que surgem da condição humana, propondo que a consciência da morte e do vazio existencial pode tanto paralisar quanto impulsionar o ser humano em direção à autenticidade. Yalom, por sua vez, explorou as quatro preocupações existenciais que influenciam o ser humano: morte, liberdade, isolamento e significado. Frankl, através da logoterapia, enfatizou a busca no sentido da vida, influenciando práticas terapêuticas que levam em consideração não apenas o sofrimento, mas a capacidade do ser humano de encontrar propósito, mesmo em circunstâncias adversas (Espíndola, 2024).

Conceitos-chave dessa vertente incluem a noção de "experiência imediata", que preconiza a observação da realidade conforme é percebida pelo indivíduo, e a ideia de "autenticidade", que envolve ser fiel a si mesmo em meio às pressões sociais e externas. A ênfase na experiência permite uma compreensão mais profunda dos desafios enfrentados por pessoas trans, que muitas vezes encontram barreiras significativas na aceitação de sua identidade (Castro, 2023).

A psicologia fenomenológico-existencial não apenas valida essas experiências, mas também oferece um espaço terapêutico que promove a autoexploração e o autoconhecimento, facilitando a integração das experiências vividas e a busca por um sentido pessoal. Desta forma, ao abordar a experiência trans, essa abordagem revela-se imperativa, reconhecendo a complexidade da identidade e da vivência humana, ressignificando o papel da psicologia na saúde mental contemporânea.

Histórico e Desenvolvimento

A Psicologia Fenomenológico-Existencial, com suas raízes na filosofia existencialista e na fenomenologia, apresentou um desenvolvimento marcante ao longo do século XX, influenciando diversas áreas da psicologia contemporânea, incluindo o entendimento da experiência trans.

Desde os primeiros esforços de pensadores como Edmund Husserl e Martin Heidegger, que enfatizavam a importância da experiência subjetiva e da existência humana, até abordagens mais contemporâneas, essa linha de pensamento promoveu uma reavaliação das experiências individuais e suas complexidades (Silva, 2024).

Na década de 1940, figuras como Carl Rogers e Rollo May começaram a integrar as noções fenomenológicas e existenciais nas práticas psicológicas, propondo uma abordagem centrada no ser humano que reconhecia a singularidade da experiência de cada indivíduo (Moraes, 2021).

A Psicologia Fenomenológico-Existencial destaca a importância da percepção, da consciência e da liberdade na construção da identidade e da subjetividade. Essa compreensão torna-se particularmente relevante ao investigar a experiência das pessoas trans, uma vez que essa perspectiva é sensível às

narrativas pessoais e aos contextos sociais que moldam a vivência de gênero (Camargo, 2021).

O reconhecimento da diversidade de experiências e a recusa em categorizar rigidamente os indivíduos trouxeram avanços significativos na compreensão das identidades de gênero. À medida que crescia a aceitação de diferentes formas de identificação de gênero nas últimas décadas, as contribuições fenomenológicas e existenciais chamaram atenção para a necessidade de ouvir as vozes e vivências das pessoas trans. Este enfoque encorajou o desenvolvimento de práticas terapêuticas que valorizam a autenticidade e o respeito pelas narrativas individuais, permitindo que as pessoas trans explorem e afirmem suas identidades em um espaço seguro, livre de preconceitos e estigmas (Rocha, 2023).

Assim, o histórico e desenvolvimento da Psicologia Fenomenológico-Existencial reflete a evolução de um campo que abraça a complexidade da existência humana, promovendo compreensão mais profunda das particularidades da experiência trans no contexto contemporâneo.

Principais Teóricos

A psicologia fenomenológico-existencial, em sua complexidade e riqueza teórica, tem em seus principais teóricos, contribuições para a compreensão mais profunda da condição humana e, por extensão, das experiências trans. Entre esses pensadores, destaca-se Edmund Husserl, considerado o fundador da fenomenologia.

Husserl introduziu a ideia de que a experiência deveria ser examinada em sua pureza, sem preconceitos ou pré-conceitos, propondo o retorno às "coisas mesmas". Essa perspectiva oferece a lente na qual a autoidentificação de indivíduos trans pode ser iluminada, focando nas percepções subjetivas que caracterizam sua vivência cotidiana e suas realidades emocionais.

Outro pilar fundamental é Martin Heidegger, cujas ideias sobre ser-no-mundo (Dasein) destacam a importância do contexto e da temporalidade na formação da identidade. Para Heidegger, a existência é não apenas uma característica inata, mas um processo em constante transformação, verdadeiramente aplicável ao entendimento das experiências trans. Como nos diz

Castro (2020; 2023) somos convidados a apreciar as trajetórias de nossas vidas, reconhecendo os princípios da autenticidade e da realização pessoal que são cruciais para as pessoas.

A contribuição de Jean-Paul Sartre, outro ícone do existencialismo, também é vital, especialmente com a afirmação de que a existência precede a essência. Para Sartre, a identidade não é um dado fixo, mas um projeto em constante construção, o que ressoa com a experiência de pessoas trans que desafiam normativas rígidas de gênero. Além de trazer à tona a responsabilidade pessoal na definição do próprio ser, a perspectiva sartreana sublinha a liberdade de escolha e o papel da subjetividade (Collins, 2022).

Assim, ao compor este arcabouço teórico com insights de pensadores como Husserl, Heidegger, Castro e Sartre, o estudo da experiência trans, através da psicologia fenomenológico-existencial, oferece espaço vital de reflexão sobre as complexidades da identidade, da vivência e da autenticidade na expressão do eu.

Conceitos-Chave

A Psicologia Fenomenológico-Existencial é ancorada em conceitos fundamentais que moldam sua abordagem para entender a experiência humana, especialmente no contexto da vivência trans. Entre os conceitos-chave, destaca-se a noção de "experiência vivida", que enfatiza a importância de compreender o fenômeno a partir da perspectiva subjetiva do indivíduo. Essa abordagem reconhece que cada pessoa traz uma bagagem única de histórias, emoções e contextos que influenciam seu processo de autoconhecimento e identificação. A experiência vivida é central para entender como as pessoas trans se relacionam com as suas identidades de gênero, permitindo uma exploração mais profunda de suas realidades internas e externas (Silva, 2022).

Outro conceito essencial é o da "autenticidade", que se refere à busca do indivíduo por ser verdadeiro consigo mesmo. A autenticidade é a meta fundamental para pessoas trans, que muitas vezes enfrentam pressões sociais e culturais que dificultam a expressividade plena de seu ser. Nesse sentido, a psicologia fenomenológico-existencial não busca rotular ou categorizar, mas sim acompanhar o indivíduo em seu processo de encontrar e afirmar sua identidade (Thomé, 2024).

Complementando esses pilares, o conceito de "liberdade" emerge como elemento vital. Na proposta existencialista, a liberdade não é meramente possessiva, mas vem acompanhada de responsabilidade, ou seja, a capacidade de fazer escolhas ativamente e vivenciar as consequências que se seguem (Ribeiro et al., 2023).

A inter-relação desses conceitos permite a compreensão dos desafios enfrentados por pessoas trans. A ênfase na experiência vivida convida os profissionais da psicologia a escutarem atentamente as narrativas de seus clientes, promovendo espaço acolhedor para o diálogo sobre sua autenticidade e as complexidades da liberdade. Dessa forma, a Psicologia Fenomenológico-Existencial oferece uma rica e sensível estrutura teórica para apoiar pessoas trans em sua jornada de autoexploração e afirmação de identidade. Ao considerar a singularidade de cada história, essa abordagem contribui para um discurso mais inclusivo e respectivo no campo da saúde mental (Castro et al., 2025).

A Experiência Trans e sua pluridimensionalidade

A experiência trans emerge como fenômeno complexo e multifacetado, que envolve interações intrínsecas entre diversos domínios da vida humana. Compreender essa experiência exige uma abordagem multidimensional que abarca definições, contextos culturais, e os aspectos relacionados à identidade de gênero e expressão. Em sua essência, a experiência trans transcende meras categorias binárias de gênero, representando vivência que desafia as normativas sociais tradicionais. Isso propõe reflexão profunda sobre a natureza fluida da identidade de gênero, propiciando diálogos que questionam a rigidez imposta pelas construções sociais (Souza, Silva, Gomes, Meira & Castro, 2024).

Os aspectos culturais e sociais desempenham papel crucial na formação e na percepção da identidade trans. As narrativas em torno da experiência trans são moldadas por fatores históricos, sociais e políticos, que influenciam a recepção e aceitação dentro dos diversos contextos (Nascimento, 2024).

A sociedade contemporânea está cada vez mais sendo chamada a considerar as vozes trans, e esse reconhecimento pode levar a transformações significativas nas normas sociais e na construção de ambientes mais inclusivos. No

entanto, o estigma e a discriminação persistem, o que frequentemente resulta em experiências de rejeição e marginalização para indivíduos trans. Essa realidade social ressalta a importância da empatia e da educação, estimulando a desconstrução de preconceitos enraizados (Domingues et al., 2024).

Em relação à identidade de gênero e expressão, a compreensão de que a identidade transcende características biológicas é fundamental. A expressão de gênero pode ser diversa, manifestando-se através da escolha de roupas, comportamentos e outras formas que representam a individualidade de cada sujeito. A fenomenologia-existencial, ao enfatizar a experiência vivida, proporciona espaço para explorar como essas experiências são internamente percebidas e como variam de acordo com contextos pessoais e sociais (Souza, Silva, Gomes, Meira & Castro, 2024).

A experiência trans se torna, portanto, não apenas um aspecto de identidade, mas jornada de autodescoberta e autenticidade que busca garantir um espaço seguro e respeitoso para a expressão de quem se é realmente. Essa compreensão multifocal é essencial para promover discussões que contribuam para maior aceitação e integração dos indivíduos trans na sociedade.

Definição e Contextualização da experiência trans

A experiência trans, enquanto construção identitária, reside em um intrincado entrelaçar de fenômenos psicológicos, sociais e culturais que questionam as noções tradicionais de gênero. Essa vivência abarca a sensação interna de pertença a um gênero diferente do que foi atribuído ao indivíduo ao nascer, o que pode manifestar-se de maneiras diversas, seja através de uma transição social, médica ou emocional. O entendimento da experiência trans, portanto, não deve ser reduzido a mero conjunto de categorias fixas, mas levar em conta a profunda singularidade da vivência de cada indivíduo, refletindo a pluralidade de narrativas que emergem nesse contexto (Castro, Silva & Rodrigues, 2023).

A psicologia fenomenológico-existencial, especificamente na Clínica dos Três Olhares, destaca a autoria de ser si mesmo, como nos fala Castro (2023), em sua própria exploração identitária, enfatizando a importância da experiência vivida e da subjetividade. A partir dessa perspectiva, a identidade trans é compreendida

não como disfunção ou desvio, mas como autodeclaração legítima resultante da trajetória percorrida em meio a pressões sociais e internas (Castro & Meira, 2024).

Contextualizar a experiência trans requer, assim, a análise de fatores que vão além da individualidade, englobando também as influências sociais, históricas e culturais que moldam a percepção sobre gênero e identidade. Essa abordagem permite um entendimento mais profundo das vicissitudes enfrentadas pelas pessoas trans, desde a construção da autoimagem até a luta por reconhecimento e aceitação em diferentes espaços sociais (Souza, Silva, Gomes, Meira & Castro, 2024).

Sendo a compreensão fenomenológico-existencial da experiência trans ancorada na noção de que cada ser humano é um agente ativo na sua busca por significado, contribui para a desestigmatização e a valorização do afeto, dissentindo das pautas patologizantes frequentemente atribuídas a essa população (Castro, 2023). Assim, ao considerar as nuances de vivências trans, enfatiza-se a necessidade de uma escuta atenta e respeitosa, reconhecendo a autenticidade da experiência individual e promovendo um espaço de acolhimento e respeito. A construção de um entendimento ampliado sobre a experiência trans deve, portanto, ser um compromisso coletivo, buscando dismantelar preconceitos e ampliar diálogos que transformem realidades e promovam a dignidade humana (Negreiros, 2022).

Aspectos Culturais e Sociais

A experiência Trans não pode ser dissociada de um complexo pano de fundo cultural e social que molda as vivências de indivíduos e comunidades (Souza, Silva, Gomes, Meira & Castro, 2024). As normas sociais em torno de gênero e sexualidade variam amplamente entre diferentes culturas e contextos históricos, o que significa que as experiências de pessoas trans são profundamente influenciadas pelos valores, crenças e práticas da sociedade em que estão inseridas (Castro, Meira, Vieira & Gomes, 2024).

Em muitas culturas contemporâneas, há um crescente reconhecimento e aceitação das identidades trans, refletindo mudança histórica em relação à compreensão dos papéis de gênero. No entanto, essa aceitação não é universal.

Em numerosas jurisdições, os indivíduos trans ainda enfrentam estigmatização, violência e discriminação, elementos que frequentemente exacerbam a marginalização social e a marginalidade psicossocial (Coelho et al., 2024).

Ainda, é fundamental considerar a interseccionalidade ao explorar a experiência Trans, uma vez que fatores como classe, etnia, religião e localização geográfica interagem com a identidade de gênero para criar realidades distintas (Castro, Silva & Rodrigues, 2024). Por exemplo, enquanto algumas pessoas trans podem encontrar apoio em comunidades mais progressistas, outras podem vivenciar um ambiente hostil que não apenas nega sua identidade, mas também limita seu acesso a recursos essenciais como cuidados de saúde, educação e emprego. O impacto da cultura digital também é notável, pois as mídias sociais se tornaram um espaço para a construção de comunidades e trocas de experiências, proporcionando um alicerce de apoio que contrabalança a exclusão vivida em contextos offline (Meira, Brasil, Silva, Rodrigues & Rosário, 2024).

Os movimentos sociais que surgiram nas últimas décadas também têm desempenhado papel crucial na promoção dos direitos e na visibilidade das pessoas trans. Organizações de base comunitária promovem debates e sensibilização sobre questões que afetam diretamente essa população, influenciando políticas públicas e criando plataformas para que as vozes trans sejam ouvidas. Estes movimentos, por sua vez, refletem desejo mais amplo de redimensionar as normas de gênero, convidando a sociedade a reconsiderar as premissas sobre identidade e o que significa ser humano em um mundo diversificado. Assim, a intersecção dos aspectos culturais e sociais na experiência Trans revela um campo fértil para a pesquisa e a compreensão, promovendo um diálogo contínuo entre a psicologia fenomenológico-existencial e as realidades vividas de indivíduos que navegam entre identidades e expressões de gênero fluidas (Castro, Silva & Rodrigues, 2024; Lopes, 2023)

Identidade de Gênero e Expressão

A identidade de gênero é uma noção complexa e multifacetada que se refere à experiência interna e individual de ser homem, mulher, uma combinação de ambos, ou nenhum dos dois, independentemente do sexo atribuído ao nascimento. Na abordagem fenomenológico-existencial, essa identidade não é apenas um

conjunto de características ou categorias fixas, mas uma vivência singular que se manifesta em múltiplas dimensões da vida de um indivíduo (Meira, Brasil, Silva, Rodrigues & Rosário, 2024).

Portanto, compreender a identidade de gênero em sua essência requer sensibilidade para as experiências subjetivas, os sentimentos, e as narrativas que cada pessoa traz consigo. Essa perspectiva enfatiza a autenticidade e a autodeterminação, sendo importante reconhecer que cada pessoa trans forma sua identidade em diálogo constante com seu ambiente social, histórico e cultural (Castro, 2023).

A expressão de gênero, por sua vez, refere-se à forma como essa identidade se manifesta externamente através de comportamentos, roupas, discurso e outras características visíveis. Dentro desse contexto, a expressão de gênero pode divergir em grande medida das expectativas tradicionais e normativas que muitas vezes são impostas pela sociedade. A fenomenologia existencial propõe que essa diversidade de expressões de gênero é uma forma de autenticidade e liberdade pessoal. Cada indivíduo trans pode optar por manifestar sua identidade de maneiras que mais ressoem com seu eu interior, desafiando estereótipos e normas de gênero preestabelecidas. Essa luta pela autoexpressão não é meramente uma questão de escolha estética, mas sim uma afirmação de existência e um exercício de direito ao ser, vital para a saúde mental e o bem-estar das pessoas trans (Castro, Silva & Rodrigues, 2024).

Além disso, é crucial reconhecer que as interações entre identidade e expressão de gênero estão profundamente imbricadas nas experiências sociais e culturais, muitas vezes apresentando desafios significativos em contextos onde normas rígidas de gênero são prevalentes (Varjão et al., 2024). A opressão, a discriminação e a estigmatização enfrentadas por pessoas trans podem influenciar tanto sua autoimagem quanto as formas como se sentem à vontade para expressar sua identidade. Dessa maneira, entender a identidade de gênero e a expressão no contexto da experiência trans exige um compromisso com a empatia e a inclusão, permitindo um espaço seguro onde cada pessoa possa explorar e afirmar sua verdadeira essência (Santos, 2024). A abordagem fenomenológico-existencial, portanto, não apenas celebra essa pluralidade, mas também sinaliza um convite à

sociedade para reflexão mais profunda sobre as construções culturais que moldam a vivência de gênero (Castro, 2024).

A Perspectiva Fenomenológica sobre a Experiência Trans

A abordagem fenomenológico-existencial da experiência Trans enfatiza a vivência subjetiva, que é fundamental para compreender a complexidade da identidade de gênero. A fenomenologia, conforme proposta por pensadores como Edmund Husserl e Maurice Merleau-Ponty, centra-se na experiência vivida, buscando entender como os indivíduos percebem e interpretam suas realidades. No contexto da vivência Trans, isso implica uma investigação profunda sobre como pessoas trans sentem e expressam sua identidade, transcendente das categorias rígidas e normativas que frequentemente cercam o gênero. Essa perspectiva recupera a experiência única de cada indivíduo, colocando em primeiro plano a narrativa pessoal, onde a autoidentificação e a validação emocional se tornam centrais (Castro et al., 2025).

Outro aspecto crucial dessa análise é a relação entre corpo e identidade, um tema explorado pela fenomenologia no que diz respeito à percepção do corpo como uma extensão do eu. Para indivíduos trans, o corpo pode ser um local de conflito e reinterpretção, onde as experiências de disforia se entrelaçam com um desejo de congruência entre a identificação interna e a manifestação externa. A corporeidade é entendida não apenas como um dado físico, mas como um aspecto fundamental da experiência vivida, que molda e é moldado pela subjetividade. Assim, o processo de transição não se limita a alterações estéticas ou intervencionais, mas abrange uma reformulação profunda da autoimagem e do sentido de pertencimento, tanto a nível individual quanto social (Meira, Brasil, Silva, Rodrigues & Rosário, 2024; Roma, 2022).

Ao integrar esses elementos, a perspectiva fenomenológico-existencial ressalta a importância de compreender as vivências Trans em um contexto que valoriza a autoexpressão e a autenticidade. Em vez de patologizar a experiência Trans, essa abordagem busca desestigmatizar e legitimar as experiências e sentimentos que emergem desse processo, promovendo um espaço onde as narrativas pessoais não apenas são ouvidas, mas também reconhecidas como

partes intrínsecas do tecido social (Lima Serra, 2021). A ênfase na vivência e na construção identitária oferece uma visão transformadora que homenageia a complexidade da condição humana, reverberando a necessidade de acolhimento e validação das experiências de vida de indivíduos trans, num mundo muitas vezes marcado pela incompreensão e resistência (Roma, 2022).

Vivência e Subjetividade

A vivência e a subjetividade são elementos centrais na compreensão da experiência trans, especialmente do ponto de vista fenomenológico-existencial. A abordagem fenomenológica enfoca a importância da experiência vivida na formação da identidade, destacando que cada indivíduo constrói sua realidade subjetiva através de narrativas pessoais. Para as pessoas trans, essa vivência pode ser um processo de constante reconfiguração de sua identidade, que ocorre em um contexto sociocultural frequentemente marcado por normas rígidas de gênero. A subjetividade, nesse sentido, não é apenas uma expressão interna, mas também uma resposta às dinâmicas externas que moldam a vivência do ser (Castro, 2024).

Ao explorar o conceito de vivência, é crucial considerar que ele vai além da percepção imediata; envolve a análise da experiência em sua totalidade, levando em conta a temporalidade, a corporeidade e as relações interpessoais. Para muitas pessoas trans, a vivência de sua identidade de gênero se caracteriza por uma busca por reconhecimento e validação, tanto de si mesmas quanto da sociedade. Isso implica um enfrentamento cotidiano de situações de preconceito ou incompreensão, que podem impactar profundamente suas experiências subjetivas e auto percepções. Assim, a pesquisa nesse campo procura mapear como esses indivíduos expressam e interpretam suas vivências, através de relatos que revelam os desafios e as conquistas enquanto navegadores de suas identidades (Souza, Silva, Gomes, Meira & Castro, 2024).

A análise fenomenológica enfatiza a necessidade de compreender a subjetividade como um processo dinâmico, onde a experiência se entrelaça com a autoimagem e a maneira como as pessoas são percebidas pelos outros. A intersecção entre vivência e subjetividade traz à tona questões sobre a autenticidade da experiência trans, desafiando as narrativas monolíticas que



frequentemente prevalecem no discurso público. Dessa forma, é fundamental que os pesquisadores e profissionais da área da psicologia não apenas escutem, mas também validem essas vozes, permitindo que a complexidade das experiências trans seja reconhecida e celebrada. Essa abordagem não apenas enriquece o entendimento acadêmico sobre a questão, mas também contribui para práticas mais sensíveis e respeitosas no cuidado psicológico (Oliveira, 2024; Lima, 2023).

Corpo e Identidade

A relação entre corpo e identidade é uma dimensão central na compreensão da experiência trans, especialmente à luz da perspectiva fenomenológico-existencial em psicologia. A fenomenologia, ao enfatizar a vivência subjetiva e a experiência imediata do indivíduo, permite análise de como o corpo é percebido e vivido por pessoas trans, que frequentemente enfrentam dissonâncias entre a identificação interna e a realidade física. O corpo, para essas pessoas, não é apenas um suporte biológico, mas locus de identificação, expressão e autoconhecimento, moldado por narrativas socioculturais, experiências individuais e o contexto histórico em que estão inseridos (Souza, Silva, Gomes, Meira & Castro, 2024).

Para a psicologia fenomenológico-existencial, a noção de identidade é vista como plural e dinâmica, movendo-se longe de categorias fixas. Assim, a identidade de gênero não deve ser compreendida apenas em termos binários, mas reconhecida como construção multifacetada e em constante evolução que dialoga com o corpo de maneiras singularmente complexas. Os indivíduos trans, por exemplo, muitas vezes buscam alinhar seu corpo com a identidade de gênero que sentem como autêntica, um processo que pode envolver intervenções médicas como a hormonização ou cirurgias, além de práticas sociais que promovem a aceitação e a expressão de sua identidade (Canton, 2024; Rosa et al., 2024).

Neste contexto, a transformação do corpo pode ser vista como um ato de afirmação da identidade, desafiando as normas sociais tradicionais que frequentemente tentam regular e categorizar a experiência de gênero. Essa transformação é profundamente subjetiva e varia consideravelmente entre os indivíduos, refletindo um encontro entre a biologia e a vivência pessoal (Domingues,

2022). Dessa maneira, a psicologia fenomenológico-existencial não apenas facilita a compreensão do sofrimento e da alienação que alguns indivíduos trans podem sentir, mas também celebra a busca pela autenticidade e a liberdade de ser, permitindo que suas vivências corporais se integrem de maneira mais harmoniosa à sua identidade (Castro, 2023). As narrativas de ressignificação do corpo e da identidade apresentados na prática clínica tornam claro que, para muitas pessoas trans, a corporeidade é um campo essencial onde se desenrolam os conflitos, as conquistas e a autoaceitação. (Rosa et al., 2024; Santos Silva & Alves, 2021).

Aspectos Existenciais da Experiência Trans

A experiência trans é profundamente enraizada em aspectos existenciais, refletindo a luta interna e a busca por uma identidade autêntica em um mundo que frequentemente impõe normas rígidas. Um dos processos centrais dessa vivência é a relação entre liberdade e responsabilidade (Castro & Meira, 2024).

A nosso ver, a liberdade, neste contexto, se manifesta na capacidade de explorar e reivindicar uma identidade que seja congruente com os sentimentos internos e a percepção de si mesmo. No entanto, essa liberdade não ocorre de maneira isolada; ela envolve a responsabilidade por essa escolha, que muitas vezes inclui a gestão das reações externas e as expectativas sociais. O ato de tornar-se visível e afirmar a identidade trans implica reconhecimento do potencial para a transformação pessoal, mas também exige reflexão contínua sobre as consequências dessas declarações de identidade no viver cotidiano, nas relações interpessoais e em contextos sociais mais amplos.

A autenticidade surge como um aspecto que complementa a liberdade na experiência trans. A autenticidade remete à capacidade de ser fiel a si mesmo, mesmo diante da adversidade. Este conceito é fundamental para indivíduos trans, que frequentemente enfrentam aumento do preconceito e da marginalização. O processo de afirmação da identidade trans não é apenas a reivindicação de liberdade, mas também ato de coragem e aceitação, em que se busca a forma genuína de existir no mundo. Essa busca é carregada de desafios e pode envolver o enfrentamento de sentimentos de alienação ou rejeição. Ao mesmo tempo, para muitos, essa jornada em direção à autenticidade proporciona sentido renovado de

pertencimento, ao se conectar com comunidades que acolhem a diversidade de experiências (Anjos Neto, 2024; Melo & Silva, 2023).

A aceitação, tanto interna quanto externa, se torna um aspecto fundamental na construção do eu-autêntico, permitindo que o indivíduo trans não apenas se reconheça em sua singularidade, mas também encontre espaço para prosperar em um mundo em que as normas de gênero são frequentemente questionadas e reimaginadas (Meira et al., 2024; Mendes, 2024).

Ao refletir sobre esses aspectos existenciais, é vital compreender que a experiência trans não é homogênea, mas composta por múltiplas camadas que interagem entre si. O acesso à liberdade e a vivência da autenticidade variam conforme fatores sociais, culturais e individuais. Esse entendimento promove uma abordagem mais empática e integrada, reconhecendo que a jornada de cada pessoa é única e repleta de significados multifacetados, exigindo atenção às suas nuances e ao contexto em que se desenvolve. Compreender esses aspectos existenciais não só enriquece o campo da psicologia fenomenológico-existencial, mas também propõe novas formas de acolhimento e suporte para a população trans, enfatizando sua força intrínseca e a importância da aceitação plena (Santos, 2024).

Liberdade e Responsabilidade

A liberdade e a responsabilidade são conceitos centrais na psicologia fenomenológico-existencial e ganham nuances significativas no contexto da experiência trans. Para o indivíduo trans, a liberdade não se refere apenas à autonomia pessoal, mas também à capacidade de se definir e viver de acordo com a própria identidade (Souza et al., 2024). Essa liberdade é frequentemente confrontada por pressões sociais, normas culturais e, em muitos casos, sistemas legais que não reconhecem ou deslegitimam suas vivências. Assim, a liberdade se torna um campo de batalha onde as escolhas pessoais são atravessadas por fatores externos, que influenciam desde os relacionamentos interpessoais até o acesso a serviços de saúde adequados (Castro, 2023).

A responsabilidade, por sua vez, surge como um contrapeso necessário à liberdade. A capacidade de escolha traz consigo a responsabilidade de gerenciar

as consequências dessas escolhas. No caso das pessoas trans, isso pode envolver agir como defensoras de seus direitos e da aceitação social, não apenas para si mesmas, mas também para suas comunidades. Tal responsabilidade pode ser entendida como compromisso tanto com a verdade interna da própria identidade quanto com a luta coletiva por reconhecimento e igualdade. Isso implica reflexão constante sobre o impacto de suas ações na vida dos outros e na promoção de uma sociedade mais inclusiva (Souza, Silva, Gomes, Meira & Castro, 2024).

Dessa forma, a intersecção entre liberdade e responsabilidade na experiência trans revela panorama complexo e multifacetado. A busca pela liberdade de ser quem se é convive com a necessidade de assumir papel ativo nas transformações sociais, e a responsabilidade social torna-se reflexo da autenticidade daquele que vive essa experiência. Nesse sentido, a psicologia fenomenológico-existencial oferece lente importante para compreender não apenas a luta pela liberdade individual, mas também a importância do engajamento ativo nas causas que afetam a vivência e a aceitação da diversidade de identidades. A liberdade está entrelaçada ao exercício da responsabilidade, onde cada ação ganha peso na construção de um futuro onde todas as identidades são reconhecidas e respeitadas (Fonseca & Amoroso, 2024)

Autenticidade e Aceitação

A autenticação e a aceitação são conceitos cruciais dentro da psicologia fenomenológico-existencial, especialmente ao abordar a experiência trans. A autenticidade refere-se à capacidade do indivíduo de reconhecer e expressar verdadeiramente sua identidade, independentemente das normas sociais ou pressões externas (Dias, 2024).

Para pessoas trans, isso implica uma luta constante para afirmar a própria identidade de gênero em um contexto que frequentemente perpetua estereótipos e preconceitos. Essa busca por autenticidade é, em si mesma, um ato de coragem, pois envolve desconstruir a imagem que a sociedade impôs e abraçar uma verdade interna que muitas vezes ficou reprimida (Silva, 2025).

A aceitação, por outro lado, transborda para o domínio relacional e social, envolvendo a necessidade de ser reconhecido e validado por outros. O

reconhecimento da própria identidade, enquanto elemento fundamental do ser, encontra-se intimamente ligado à forma como os indivíduos trans são recebidos em seus ambientes familiares, sociais e profissionais (Souza, Silva, Gomes, Meira & Castro, 2024).

A aceitação pode ser vista como fator amplificador da autenticidade, pois quando o indivíduo sente que sua identidade é genuinamente reconhecida por aqueles ao seu redor, isso potencia sua capacidade de viver de forma autêntica. Paradoxalmente, a falta de aceitação pode levar a consequências profundas para a saúde mental, agravando sentimentos de isolamento, ansiedade e depressão, experiências frequentemente discutidas nas pesquisas sobre bem-estar dentro da comunidade trans (Monteiro, 2025).

Entender a dialética entre autenticidade e aceitação permite a exploração das vivências trans, revelando que esta experiência transcende a mera aceitação social. Ao mesmo tempo que buscar uma vida autêntica oferece um senso de liberdade e autoafirmação, a validação externa é igualmente vital para o desenvolvimento emocional e psicológico do indivíduo. Desse modo, os profissionais de saúde mental são desafiados a criar ambiente que fomente tanto a expressão da identidade autêntica quanto a formação de relações que validem essa expressão, promovendo espaço seguro para a experiência trans no âmbito clínico e social (Castro, 2024).

A intersecção entre autenticidade e aceitação, a nosso ver, não apenas ilumina as necessidades dos indivíduos trans, mas também enriquece a compreensão da diversidade humana, enfatizando a importância do respeito e da dignidade na construção de relações significativas.

Desafios Psicológicos Enfrentados por Pessoas Trans

As pessoas trans enfrentam uma série de desafios psicológicos que se entrelaçam com questões sociais e culturais, culminando em experiência única de luta e resistência. A discriminação e o estigma, frequentemente vividos em múltiplos contextos, constituem obstáculos significativos na construção da identidade e na busca por aceitação. Esses fatores não apenas perpetuam a marginalização, mas também intensificam sentimentos de inadequação e solidão, contribuindo para a

deterioração geral do bem-estar mental. O preconceito pode se manifestar em vários níveis, desde microagressões diárias em interações sociais até experiências mais graves de violência física e psicológica. Tais experiências frequentemente resultam em traumas que afetam a autoestima, a autoimagem e a capacidade de engajamento social, levando a um ciclo de exclusão e isolamento (Souza, Silva, Gomes, Meira & Castro, 2024).

Além das questões de discriminação, a saúde mental das pessoas trans é frequentemente comprometida pela falta de acesso a cuidados adequados e sensíveis às suas necessidades. Estudos indicam que esse grupo apresenta taxas mais elevadas de ansiedade, depressão e outras condições mentais, muitas vezes exacerbadas pela ausência de apoio social e sistemas de saúde que compreendam a experiência trans (Silva Pessoa, 2025). A busca por validação e reconhecimento pode se tornar um processo desgastante e, muitas vezes, desalentador. Intervenções terapêuticas que incorporem a perspectiva fenomenológico-existencial se mostram essenciais, pois permitem que as pessoas trans compartilhem suas narrativas vivenciais, promovendo não apenas a autoaceitação, mas também o fortalecimento da identidade (Galvão et al., 2025). Por meio desse olhar, a terapia torna-se um espaço seguro para o desdobramento das experiências e a promoção do bem-estar (Castro, 2023).

Dessa forma, é crucial que os profissionais de saúde mental reconheçam a complexidade dessa realidade, adotando abordagens que vão além da mera intervenção, mas que visem à educação e à empatia (Santos, 2025). A integração de políticas que promovam a inclusão, bem como a sensibilização sobre as especificidades da vivência trans, são fundamentais para a construção de um ambiente que favoreça a saúde mental e emocional das pessoas trans (Silva Junior, 2025). Esses esforços são essenciais para mitigar os impactos do estigma e da discriminação, criando condições que favoreçam não apenas a sobrevivência, mas a plena realização de indivíduos autênticos (Moraes, 2025).

Discriminação e Estigma

A discriminação e o estigma enfrentados pelas pessoas trans constituem barreiras significativas que impactam não só a vida pessoal, mas também a saúde

mental e o bem-estar geral dessa população. O estigma, frequentemente enraizado em normas sociais rígidas e preconceitos instaurados, pode se manifestar de diversas formas, como bullying, violência, e exclusão social, além de covariar com a marginalização em ambientes educacionais, profissionais e de saúde. Para indivíduos trans, viver sob a ameaça constante de discriminação não apenas compromete a qualidade de vida, mas também reforça sentimentos de inadequação e isolamento, criando um ciclo vicioso de angústia emocional e social (Domingues et al., 2024).

A fenomenologia-existencial discute como as experiências subjetivas do indivíduo moldam sua percepção de mundo. Nesse contexto, a discriminação que as pessoas trans experienciam afeta diretamente sua autoimagem e identidade. Os eventos de discriminação, estigmatização e exclusão social não são apenas experiências isoladas, mas sim partes integrantes de narrativa mais ampla que influencia como essas pessoas se veem e se relacionam com os outros. Esse enfoque compreende a intersecção entre a identidade de gênero e a percepção social, revelando como as construções sociais de gênero produzem sofrimento e alienação. Dessa forma, a filosofia existencialista nos convida a refletir sobre a autenticidade, incitando busca pela liberdade e pela autoafirmação em um mundo que frequentemente invalida essas identidades (Bahia et al., 2024).

Além disso, a discriminação institucional também desempenha papel crucial na perpetuação do estigma. Muitas vezes, sistemas de saúde e apoio social não estão equipados ou não são sensíveis às necessidades específicas das pessoas trans, resultando em acesso inadequado a recursos essenciais (Silva & York, 2025). Essa falta de suporte intensifica a marginalização e pode levar a problemas de saúde física e mental que, por sua vez, exacerbam a sensação de desamparo (Pereira, 2025). Ao abordar a discriminação e o estigma que cercam as experiências trans, é fundamental promover políticas inclusivas e intervenções comunitárias que visem não apenas a redução do preconceito, mas também a construção de espaços seguros e acolhedores, que possibilitem a expressão autêntica da identidade e fomentem a saúde mental e o bem-estar (Boldrin et al., 2025)

Saúde Mental e Bem-Estar de pessoas trans

A saúde mental e o bem-estar das pessoas trans são influenciados por múltiplos fatores que vão além das questões meramente individuais e clínicas, englobando também as dinâmicas sociais, culturais e políticas que permeiam suas vidas (Souza, Silva, Gomes, Meira & Castro, 2024)..

A experiência da discriminação e do estigma, frequentemente vivenciadas por indivíduos trans, contribui significativamente para o surgimento de distúrbios emocionais e psicológicos, como ansiedade, depressão e transtornos de estresse pós-traumático. Em muitos casos, a saúde mental dessas pessoas é prejudicada não apenas pelas dificuldades enfrentadas na aceitação de sua identidade, mas também pela falta de apoio social e pela presença de um sistema de saúde que muitas vezes não é sensível às suas necessidades (Leandro, 2023).

A psicologia fenomenológico-existencial oferece perspectiva valiosa para entender a complexidade do bem-estar entre pessoas trans. Enfatiza a importância da experiência vivida e da busca por autenticidade, ressaltando que cada indivíduo tem o direito de definir sua própria identidade e trajetória de vida. O processo de afirmação de identidade de gênero é frequentemente marcado por momentos de transformação interna que, quando acompanhados de suporte adequado, podem resultar em fortalecimento emocional e psicológico. A sensação de pertencimento à comunidade e a validação de sua identidade são elementos essenciais para promover a saúde mental e o bem-estar (Castro & Lelis, 2025).

Além disso, a criação de espaços de acolhimento e respeito no contexto da terapia pode facilitar a superação dos traumas e a construção de uma autoimagem saudável. Programas de intervenção focados na saúde mental devem, portanto, considerar não apenas o tratamento dos sintomas, mas também a promoção de um ambiente inclusivo e afirmativo. Isso inclui a educação de profissionais de saúde sobre as especificidades das vivências trans, a criação de redes de apoio comunitário e a defesa de políticas públicas que garantam direitos e dignidade (Silva, 2024).

A nosso ver, abordar a saúde mental e o bem-estar no contexto das experiências trans, é fundamental reconhecer que cada indivíduo traz consigo um universo único de significados e vivências, e que o verdadeiro cuidado deve buscar

a individualização do tratamento dentro de um marco integrador que leva em conta a diversidade e as peculiaridades de cada trajetória.

Intervenções Terapêuticas na Psicologia Fenomenológico-Existencial

Na Clínica dos Três Olhares, de inspiração fenomenológico-existencial, Castro (2020; 2023) ressalta o quão vasto é o campo de intervenções terapêuticas, centradas na valorização da experiência subjetiva do indivíduo. Um dos pilares dessa prática é a escuta ativa, que vai além da simples audição, exigindo presença atenta e conexão genuína. O terapeuta, nesse contexto, não é um mero espectador, mas sim um co-piloto na jornada do paciente, facilitando a expressão autêntica das vivências, das angústias e das esperanças. Esse movimento de presentificação junto ao outro implica não apenas ouvir as palavras, mas captar as nuances emocionais, os silêncios e os gestos.

Para o autor, o movimento empático, por sua vez, potencializa essa escuta ao permitir que o terapeuta aproxime seu olhar da perspectiva do outro, compreendendo sua realidade a partir de dentro, esclarecendo a singularidade da experiência de cada um. Nessa movimento relacional, o terapeuta valida as emoções do paciente, fomentando um espaço seguro que é essencial para a exploração de questões identitárias, especialmente no contexto da experiência trans (Castro, 2020; 2023).

Portanto, a construção da narrativa pessoal emerge como uma intervenção significativa na prática fenomenológico-existencial, pois tende a promover a articulação de histórias de vida, permitindo que o outro construa e reinterprete sua própria narrativa. No caso de indivíduos trans, essa construção é especialmente fundamental, pois permite a re-significação das suas experiências, frustrações e conquistas. A terapia convida esses indivíduos a se tornarem autores de suas histórias, facilitando a elaboração de um sentido frente às adversidades enfrentadas. Através da narrativa, a pessoa pode explorar suas vivências em profundidade, conectar fragmentos de sua identidade e, por fim, estabelecer concordância entre seu eu interno e suas manifestações externas (Benício et al., 2025).

Essas intervenções colaboram para que os clientes não apenas atendam necessidades emocionais, mas também desenvolvam senso mais fortalecido de si

mesmos, promovendo processo de autocompreensão e aceitação que é vital para a saúde mental e bem-estar psicológico. Com isso, a psicologia fenomenológico-existencial se apresenta como uma proposta terapêutica poderosa, focando na singularidade da experiência humana e promovendo transformações significativas na vida de pessoas trans.

Escuta Ativa e Movimento empático: estrutura basilar

A escuta ativa e o movimento empático são componentes centrais na prática da psicologia fenomenológico-existencial, especialmente no trabalho com pessoas trans. A escuta ativa envolve um processo consciente de atenção plena, que se distende além da simples audição das palavras faladas. Consiste em não apenas receber as mensagens verbais, mas também em captar as emoções, os significados implícitos e as nuances da comunicação não-verbal do interlocutor. Essa técnica requer que o terapeuta se coloque em uma posição de disposição, permitindo-se ser impactado pela história do outro e demonstrando um interesse genuíno pelos seus sentimentos e experiências (Castro et al., 2025).

O movimento empático, termo cunhado por Castro em *A Clínica dos Três Olhares* (2020; 2023), por sua vez, complementa a escuta ativa, na medida em que implica a capacidade de compreender o mundo do outro a partir da sua perspectiva singular. Na experiência vivida por indivíduos trans, as narrativas podem ser carregadas de desafios e vulnerabilidades. Nesse contexto, o movimento empático não se limita a reconhecer a dor e as lutas enfrentadas, mas requer conexão profunda que valida e legitima essas experiências. O terapeuta fenomenológico-existencial, ao expressar compreensão, atua como um facilitador que não apenas acolhe as narrativas, mas também promove um espaço seguro onde a pessoa trans pode explorar suas identidades e desafios sem medo de julgamento.

A combinação de escuta ativa e movimento empático permite aos profissionais de saúde mental agir como aliados fundamentais na jornada de autodescoberta e autoafirmação da população trans. Este relacionamento terapêutico é construído sobre a confiança e a autenticidade, onde o terapeuta se apresenta como um ser humano consciente de suas próprias limitações e preconceitos (Almeida, 2024). Assim, ao criar um ambiente que favorece a



expressão autêntica da individualidade, a escuta ativa e o movimento empático não apenas facilitam a comunicação, mas também promovem o reconhecimento do eu autêntico da pessoa trans, possibilitando a reconstrução da narrativa pessoal e, por conseguinte, o fortalecimento do sentido de identidade. É perceptível, a partir daí, que esses conceitos se tornam pilares que sustentam a prática clínica, apoiando o cliente na busca por compreensão mais ampla de si mesmo e do lugar que ocupa no mundo.

Construção da Narrativa Pessoal

A construção da narrativa pessoal no contexto da psicologia fenomenológico-existencial reveste-se de particular importância, pois permite ao indivíduo articular e dar sentido às suas experiências internas e externas. Este processo envolve não apenas a reorganização da história de vida, mas também a reflexão crítica sobre as vivências que moldaram a identidade do sujeito. Dentro dessa perspectiva, o terapeuta atua como facilitador, criando espaço seguro e acolhedor onde o cliente possa explorar suas memórias, emoções e significados associados a eventos que, muitas vezes, permanecem obscurecidos ou não inteiramente compreendidos. Por meio da narrativa, os indivíduos têm a oportunidade de se reconhecerem na trajetória de vida, transcendendo desafios e desenvolvendo o senso de continuidade (Benício et al., 2025; Castro et al., 2025).

A narrativa pessoal é, portanto, não apenas um relato, mas meio poderoso de autoexploração e autocompreensão. A prática fenomenológico-existencial enfatiza a singularidade de cada um, sendo a narração um dos reflexos dessa individualidade (Silva, 2022). Através da linguagem, o sujeito transforma experiências fragmentadas em relato coerente, proporcionando novas perspectivas sobre sua vida e suas escolhas. Essa reinterpretação é crucial, pois permite que o indivíduo não seja definido unicamente por suas dificuldades, mas reconheça também suas capacidades e resiliência. Ao moldar sua narrativa, a pessoa descobre formas de integrar vivências de desconexão e dor, possibilitando um reencontro com aspectos de si mesmo que haviam sido negligenciados ou reprimidos (Costa Santos, 2025; Rebechi et al.2025).

Ademais, a construção da narrativa pessoal se estende para além do âmbito individual, atuando como uma ferramenta de conexão social. Ao compartilhar suas histórias, os indivíduos não apenas validam suas experiências, mas também incentivam a maior empatia e compreensão por parte de outros (Formigosa, 2022). Nesse processo, a troca de narrativas pode facilitar a construção de uma identidade coletiva, essencial para aquelas pessoas que se sentem marginalizadas ou invisibilizadas em suas realidades, como é frequentemente o caso da comunidade trans. Nesse sentido, a terapia fenomenológico-existencial não apenas apoia a construção de narrativas pessoais, mas também oferece espaço propício para a afirmação e reconhecimento da diversidade humana, contribuindo para a compreensão mais profunda das experiências de vida que moldam as identidades e a sua expressão no mundo.

Estudos de Caso, possibilidades de compreensão!

A partir de nossas experiências em clínica, parece-nos que a análise de casos reais no âmbito da Psicologia Fenomenológico-Existencial sobre a experiência trans oferece compreensão enriquecedora das vivências individuais e do complexo mosaico emocional que caracteriza essa jornada. Esses estudos de caso revelam a perspectiva subjetiva do trans, enfatizando a singularidade de cada trajetória. Ao explorar a narrativa de indivíduos que se reconhecem fora do binário de gênero, a psicologia fenomenológico-existencial permite à prática clínica captar as nuances das experiências, desde a descoberta da identidade até a busca por acolhimento social. O clínico se torna, verdadeiramente, um facilitador, promovendo espaço seguro onde o paciente pode expressar suas ansiedades, desejos e conflitos, reflexões que se ramificam nas diversas áreas da vida do indivíduo, como a família, o trabalho e os relacionamentos afetivos.

Refletir sobre a prática clínica a partir desses estudos de caso, traz à luz a necessidade de adaptar intervenções psicológicas que respeitem a autonomia do paciente e suas escolhas. A aplicação dos princípios da Psicologia Fenomenológico-Existencial deve considerar cada ocorrência como um contexto único, onde a empatia e o entendimento se tornam ferramentas fundamentais para a construção do vínculo terapêutico. As experiências de autoafirmação, de rejeição

e de aceitação são discutidas não apenas como eventos isolados, mas como partes de um contínuo que demanda sensibilidade por parte do profissional. Essas relações terapêuticas muitas vezes se entrelaçam com as dinâmicas sociais enfrentadas pelos indivíduos, proporcionando campo fértil para a investigação do que significa ser trans em uma sociedade que frequentemente não compreende ou não aceita.

Além disso, as reflexões sobre nossa prática clínica, baseada em estudos de caso, são essenciais para a formação contínua de profissionais. As lições aprendidas a partir de experiências reais no acompanhamento de pessoas trans informam abordagens inovadoras, sensibilizando os terapeutas sobre a importância de estar ciente das próprias percepções e preconceitos. Por meio desse entendimento, compreendemos ser possível não apenas fortalecer a prática clínica, mas também contribuir para uma sociedade mais inclusiva. A intersecção dessas experiências e reflexões forma base sólida para a promoção do bem-estar psicológico de indivíduos trans, reafirmando a importância do olhar atento nas complexas camadas da identidade e da experiência humana (Castro, 2020; 2023).

Análise de Casos Reais, exemplificando o ser-possível da díade terapeuta-terapeutizando

Nossa caminhada na clínica psicológica mostra que a análise de casos reais no contexto da Psicologia Fenomenológico-Existencial aplicada à experiência trans oferece uma compreensão profunda das complexidades que envolvem a identidade de gênero e suas manifestações no cotidiano. O olhar fenomenológico-existencial, focando na vivência subjetiva do indivíduo, permite aos profissionais de saúde mental acessar narrativas pessoais que revelam não apenas as lutas enfrentadas pelos indivíduos trans, mas também seus enfrentamentos e a busca por autenticidade. Essa metodologia enfatiza a escuta empática e a validação das experiências, sendo fundamental para promover espaço seguro onde os indivíduos possam explorar suas emoções e vivências sem medo de julgamento.

Um exemplo concreto pode ser observado no caso de um adolescente trans que, após processo de reflexão sobre sua identidade, decide iniciar a transição social. A terapia fenomenológico-existencial nesse contexto prioriza a construção



de um espaço de diálogo, onde o jovem pode expressar suas inseguranças, expectativas e medos relacionados à aceitação social e familiar. Não apenas se analisa a pressão social vigente, mas também se destaca a importância da autonomia e da autodefinição. Ao examinar a relação com a família, o terapeuta possibilita que o adolescente ressignifique essas interações, identificando ondas de apoio e resistência, fundamentais para seu processo de individuação. Assim, a sensação de pertencimento é profundamente explorada, contribuindo para o entendimento mais amplo da realidade vivida por pessoas trans.

Outro caso emblemático refere-se a adulto em processo de transição de gênero que buscava compreender as implicações emocionais de sua escolha. Por meio da prática fenomenológico-existencial, estabelecemos um espaço que permitiu a exploração não apenas das experiências de discriminação e marginalização, mas também das alegrias e conquistas ao afirmar sua identidade. A intervenção focou na aceitação da subjetividade do cliente, revelando como as interações sociais e as normas culturais moldavam sua percepção de si mesmo. Assim, a análise deste caso ilustra a relevância do apoio psicológico contínuo, que considera não apenas a transição física, mas também as dimensões emocionais e sociais, promovendo a compreensão integrada da identidade na contemporaneidade.

Reflexões sobre a nossa prática: re-conhecendo a pluridimensionalidade do fazer psicológico fenomenológico-existencial

A prática clínica dentro do enfoque fenomenológico-existencial no contexto da experiência trans demanda reflexão contínua da parte do profissional, que deve considerar não apenas a singularidade de cada indivíduo, mas também os vastos contextos sociais e culturais que envolvem a vivência de gênero. Nesse cenário, o terapeuta é chamado a adotar uma postura de escuta ativa, permitindo que a pessoa trans narre sua experiência de forma autêntica. Essa escuta deve ser orientada por um movimento empático genuíno, que reconhece e valida as complexidades da jornada de um indivíduo trans, sem precipitar julgamentos ou interpretações prontas. O terapeuta deve se esforçar para compreender a realidade

do cliente, trabalhando ao lado dele em um espaço seguro, onde suas expressões de identidade possam ser exploradas e sentidas sem restrições.

Outro aspecto importante dessa prática é a atenção às interseções que a identidade de gênero pode ter com outros fatores sociais, como raça, classe e orientação sexual. Cada uma dessas interações pode enriquecer a compreensão da experiência do cliente, revelando não só desafios, mas também recursos que podem ser mobilizados na terapia. A abordagem fenomenológico-existencial incentiva o profissional a refletir sobre sua própria subjetividade e experiências, reconhecendo que suas percepções e preconceitos podem influenciar o processo terapêutico. Assim, a disposição para questionar suas próprias crenças e práticas se torna parte essencial de uma terapia que é, de fato, inclusiva e eficaz.

Por último, é necessário ressaltar que a prática deve estar embasada em compromisso ético de apoio à autodeterminação do cliente. A promoção de um espaço terapêutico que respeite e valorize as escolhas do indivíduo trans é de extrema importância, já que muitas vezes esses indivíduos enfrentam barreiras significativas para expressar adequadamente suas identidades no mundo exterior. Portanto, a reflexão sobre a prática não é apenas um exercício teórico, mas a exigência viva que alimenta e transforma o modo como os profissionais interagem com aquelas vidas que buscam não apenas compreensão, mas também aceitação e validação em um mundo que muitas vezes se revela hostil. Essa consciência crítica é essencial para a transformação da prática clínica e para a promoção de um atendimento realmente eficaz e comprometido com a dignidade e os direitos do ser humano.

Implicações Éticas e Sociais, reflexões a partir da experiência clínica!

A análise das implicações éticas e sociais da experiência trans, sob a perspectiva da Psicologia Fenomenológico-Existencial, revela panorama complexo que se entrelaça com direitos humanos e inclusão. Em contexto onde a diversidade de identidade de gênero é frequentemente contestada, torna-se crucial reconhecer que cada indivíduo possui trajetória única e subjetiva, que merece ser respeitada e validada. Os psicólogos fenomenológico-existenciais têm papel crítico na defesa da dignidade de todas as pessoas, sendo necessário que suas práticas profissionais

promovam ambiente de acolhimento e respeito à pluralidade identitária. Isso significa, por exemplo, que os profissionais da saúde mental devem estar preparados para lidar com os desafios emocionais e sociais enfrentados pela população trans, como o preconceito, a discriminação e o estigma, que podem impactar severamente o bem-estar psicológico desses indivíduos (Castro, 2023).

No tocante ao papel do psicólogo, as implicações éticas exigem uma sensibilização profunda sobre a responsabilidade de contribuir para a desconstrução de narrativas que marginalizam experiências trans. Essa, por sua vez, deve ser acompanhada de formação contínua que possibilite a compreensão abrangente das questões de gênero e suas repercussões na saúde mental. A ética profissional não se limita apenas ao exercício da prática clínica, mas também se estende à atuação em políticas públicas, advocacy e educação. A psicologia fenomenológico-existencial deve estar engajada na defesa dos direitos humanos, promovendo não apenas a inclusão, mas também a igualdade de oportunidades para pessoas trans em diversos âmbitos sociais. Essa missão se torna ainda mais urgente em ambiente onde as legislações muitas vezes falham em proteger adequadamente essas populações, exigindo que os psicólogos fenomenológico-existenciais atuem como agentes de mudança social.

A inclusão das vozes trans no discurso e a promoção de uma escuta ativa e empática são fundamentais para a elaboração de intervenções que não apenas tratem a patologia, mas que promovam um sentido de pertencimento e aceitação no tecido social. A prática clínica deve ser um espaço onde os indivíduos possam construir e expressar suas identidades sem medo de represálias, garantindo que a psicologia, alinhada à ética fenomenológico-existencial, possa atuar como um catalisador para a transformação social que valoriza a diversidade e promove um ambiente de respeito e compreensão mútua.

Direitos Humanos e Inclusão, um olhar a partir do fazer profissional cotidiano ou o cotidiano nos permite aprender!

A abordagem fenomenológico-existencial da experiência trans propõe reflexão aprofundada sobre os direitos humanos e a inclusão, ressaltando a importância de reconhecer a dignidade e a subjetividade de cada indivíduo como

central na construção de uma sociedade mais justa. A vivência das pessoas trans frequentemente revela as severas violências e discriminações que enfrentam, não apenas em suas esferas pessoais, mas também em contextos sociais, econômicos e legais. Os direitos humanos, que são fundamentais para a proteção e promoção de todas as formas de vida e identidade, se configuram como base essencial para a luta pela inclusão ampla dessa população. É imprescindível que modificações jurídicas e políticas sejam implementadas, respeitando a identidade de gênero e promovendo o reconhecimento pleno dessa diversidade.

O conceito de inclusão vai além de simples aceitação e deve englobar a criação de espaços que favoreçam a efetiva participação das pessoas trans em todos os âmbitos da sociedade. Em ambientes educacionais, por exemplo, é vital que sejam adotadas medidas que garantam a segurança e o respeito pelas identidades de gênero, assegurando que esses indivíduos possam expressar livremente quem são. Da mesma forma, a inserção no mercado de trabalho deve ser acompanhada de políticas que combatam a discriminação e promovam um ambiente de trabalho inclusivo, permitindo que pessoas trans tenham acesso justo e equitativo às oportunidades.

Nesse sentido, é necessário fomentar diálogo constante entre a psicologia e as esferas sociais e políticas, reafirmando o compromisso com os direitos humanos. A psicologia fenomenológico-existencial, ao abordar as experiências subjetivas e os processos de construção de identidade, oferece ferramentas valiosas para compreender a realidade das pessoas trans e, conseqüentemente, contribuir para a promoção de ambiente mais inclusivo e acolhedor. A intersecção entre saúde mental e direitos humanos destaca a urgência de implementar políticas que não apenas reconheçam a existência, mas que celebrem a pluralidade das identidades, garantindo que as vozes e as experiências das pessoas trans sejam plenamente valorizadas e respeitadas na sociedade.

O Papel do Psicólogo fenomenológico-existencial

No contexto da psicologia fenomenológico-existencial, o papel do psicólogo que trabalha com a experiência trans é multifacetado e profundamente essencial, ancorando-se em princípios éticos que respeitam a singularidade do indivíduo. Os



psicólogos, enquanto profissionais, devem se empenhar em criar espaço que promova a autenticidade e a livre expressão das identidades de gênero, reconhecendo as experiências únicas e variadas que cada pessoa trans pode vivenciar. Este processo envolve não apenas a escuta ativa, mas também o compromisso com o desenvolvimento da compreensão empática das vivências e desafios enfrentados por essas pessoas, que vão desde questões de autoaceitação e preconceito até desafios de saúde mental e bem-estar social (Bragança et al., 2025).

Além disso, é fundamental que os psicólogos, neste campo atuantes, estejam capacitados para lidar com a gama de emoções e conflitos que muitas vezes permeiam a experiência trans. A abordagem fenomenológico-existencial permite ao profissional focar a subjetividade do indivíduo, encorajando reflexão crítica sobre como as normas sociais, culturais e históricas moldam a experiência da identidade de gênero. Quando psicólogo utiliza essa perspectiva, não apenas enfatiza a importância do ser no momento presente, mas também auxilia o cliente na exploração de seus valores, crenças e desejos. Essa jornada pode ser catalisada através de técnicas como a fenomenologia descritiva, facilitando a expressão de sentimentos que muitas vezes foram reprimidos ou silenciados (Zitalena & Tavares, 2023).

Ademais, o papel do psicólogo se desdobra em um compromisso ético com a advocacy e a promoção dos direitos humanos para pessoas trans. Isso inclui apoiar os clientes na navegação através de sistemas de saúde e sociais, que frequentemente são permeados por barreiras e preconceitos. A intervenção psicoterapêutica se torna, assim, uma forma de empoderamento, dando voz às demandas e necessidades individuais e coletivas. Desse modo, o papel do psicólogo transcende a mera aplicação de técnicas terapêuticas; envolve o profundo respeito pela vivência humana, a dedicação à prática inclusiva e o entendimento de que cada pessoa é um ser único, com olhar próprio sobre sua experiência de vida.

Perspectivas Futuras na Pesquisa da experiência trans pela Fenomenologia-Existencial

A pesquisa sobre a experiência trans, sob a lente da Psicologia Fenomenológico-Existencial, abre novas avenidas teóricas que possibilitam compreensão mais profunda das vivências das pessoas trans. As novas abordagens teóricas emergem em resposta às limitações dos paradigmas tradicionais que frequentemente reduzem a identidade de gênero a construções binárias e descontextualizadas. Uma das direções promissoras nesta esfera é a incorporação de modelos teóricos que priorizam narrativas de vida, permitindo que as experiências subjetivas sejam o centro da investigação. Isso não apenas facilita a escuta mais empática e acolhedora das vozes trans, mas também enriquece a pesquisa ao oferecer uma pluralidade de experiências que desafiam categorizações fixas e simplistas (Mascarenhas et al., 2024).

A interseccionalidade e a diversidade, também, desempenham papéis cruciais nas perspectivas futuras da pesquisa na área. A diversidade das identidades de gênero, que inclui uma vasta gama de expressões e experiências, exige abordagem metodológica que considere fatores como raça, classe, orientação sexual e deficiências. O reconhecimento de que essas dimensões não operam de forma isolada, mas interagem mutuamente, é central para a análise mais abrangente das dificuldades e trajetórias vitais enfrentadas por indivíduos trans. Em um contexto em que as políticas públicas e as práticas clínicas precisam evoluir a partir da inclusão real e efetiva, a pesquisa que adota essa abordagem interseccional pode promover o entendimento mais profundo dos desafios contemporâneos e fomentar intervenções que realmente respondam às necessidades dessas populações (Machado, 2024).

Além disso, a incessante evolução dos contextos socioculturais exige que a pesquisa mantenha um caráter dinâmico e adaptável. À medida que novas vozes e experiências emergem, a necessidade de diversificar as metodologias de pesquisa se torna imperativa. Isso pode incluir a utilização de métodos qualitativos, como grupos focais e entrevistas longitudinais, que capturam as nuances das transformações identitárias ao longo do tempo. Investigadores devem estar atentos às implicações éticas associadas ao processo de pesquisa, assegurando que as

práticas respeitem a autonomia e a dignidade das pessoas envolvidas. A integridade ética, aliada ao rigor acadêmico e à inclusão de múltiplas perspectivas, certamente pavimentará caminho promissor para a compreensão e valorização da experiência trans na Psicologia fenomenológico-existencial contemporânea.

Novas Abordagens Teóricas na pesquisa

A pesquisa sobre a experiência trans está sendo gradativamente enriquecida por novas abordagens teóricas que emergem tanto da psicologia contemporânea quanto de estudos sociais abrangentes. A Psicologia Fenomenológico-Existencial, por exemplo, oferece um prisma valioso através do qual se pode entender a vivência da identidade de gênero em sua singularidade. Esse olhar teórico se concentra na experiência subjetiva do ser, enfatizando a importância das narrativas pessoais e da auto-percepção. Nesse contexto, o enfoque fenomenológico propõe que a identidade de gênero não é uma essência fixa, mas sim a construção dinâmica que reflete as experiências vividas, desafios enfrentados e as interações sociais que permeiam a vida do indivíduo (Castro, 2020; 2023).

Além da fenomenologia, a psicologia existencial destaca a busca por significado e autenticidade nas experiências de vida, incluindo a transição de gênero. Essa perspectiva ressalta a luta contínua pelos direitos à autodeterminação e a confrontação com as normas sociais que muitas vezes impõem limitações ao desenvolvimento pleno da identidade pessoal. Assim, os profissionais são encorajados a criar um ambiente terapêutico seguro e acolhedor, onde as vivências da pessoa trans possam ser exploradas sem medo de estigmas, permitindo a realização de autoconhecimento profundo e a construção de identidade significativa. A combinação dessas abordagens teóricas cria espaço fértil para investigar não apenas os aspectos psicológicos da experiência trans, mas também suas implicações sociais e culturais (Silva Junior et al., 2024).

A intersecção entre diferentes áreas do saber, como a sociologia e os estudos de gênero, também se destaca na evolução das teorias sobre a experiência trans. Esse diálogo interpela a compreensão da identidade de gênero além da dicotomia binária, favorecendo análise mais abrangente e inclusiva que considera



a multiplicidade das experiências humanas. Novas teorias, como a da "fluididade de gênero", desafiam noções tradicionais e promovem debates em torno da linguagem e expressão de gênero, convidando acadêmicos e clínicos a reverem suas próprias crenças e preconceitos. Nesse sentido, compreendemos que as novas abordagens se inserem em um movimento maior que busca respeitar e dar voz às diversidades, contribuindo para a construção de conhecimento mais inclusivo e representativo, capaz de dialogar com as realidades complexas da experiência trans.

Interseccionalidade e Diversidade

A interseccionalidade e a diversidade são conceitos fundamentais na análise da experiência trans, principalmente sob a perspectiva da psicologia fenomenológico-existencial. A interseccionalidade, conforme proposta por Kimberlé Crenshaw, consiste em uma abordagem que considera a sobreposição e a interação de diferentes identidades sociais, como raça, gênero, classe social e orientação sexual. No contexto da identidade trans, essa perspectiva permite entender que a experiência de uma pessoa trans não é uniforme; ela pode variar amplamente dependendo das múltiplas camadas de identidade que alguém possui e das opressões que essas identidades podem gerar. Assim, a análise fenomenológico-existencial destaca como as vivências únicas de cada indivíduo são moldadas por suas intersecções sociais, possibilitando uma compreensão mais rica e nuançada da experiência humana (Meira et al., 2025).

Do ponto de vista da diversidade, é essencial reconhecer que cada indivíduo trans é portador de sua própria narrativa, que está intrinsecamente associada a contextos sociais e culturais específicos. A pluralidade nas experiências trans desafia as narrativas monolíticas que frequentemente circulam na sociedade, que tendem a homogeneizar essa população. Em vez de olhar para a experiência trans através de um prisma unificado, a psicologia fenomenológico-existencial convida a uma apreciação das diferenças, evidenciando como as particularidades de cada trajetória de vida influenciam as percepções de identidade e acolhimento. Assim, essa teoria não apenas valoriza a singularidade das experiências, mas também

promove espaço seguro onde as vozes diversas são escutadas e validadas (Castro & Meira, 2024).

A análise da interseccionalidade em conjunção com a diversidade dentro da experiência trans também aponta para a necessidade de sistemas de apoio adequados. Estratégias que considerem as especificidades de cada grupo, como o apoio psicológico voltado para questões relacionadas à raça ou classe, tornam-se essenciais para a saúde mental e o bem-estar das pessoas trans (Felizard, 2024). Ademais, essas considerações instigam um chamado à ação para que os profissionais da saúde mental integrem esses aspectos em suas práticas, a fim de promover atendimento que seja verdadeiramente inclusivo e respeitador das complexidades que compõem a vida de cada indivíduo.

Assim, no dizer de Castro et al., (2025), ao integrarmos interseccionalidade e diversidade na pesquisa e prática psicológica, abre-se um campo para o desenvolvimento de intervenções que respondam de forma mais eficaz às necessidades das populações trans, promovendo não apenas a aceitação, mas também a celebração de suas identidades.

Considerações finais ou primeiras possibilidades de compreensão da experiência trans

A reflexões sobre a perspectiva da Psicologia Fenomenológico-Existencial na experiência trans revela a complexidade e o significado profundo que esse olhar traz para a compreensão das identidades de gênero. A Psicologia Fenomenológico-Existencial, centrada na vivência subjetiva do indivíduo, propõe compreensão que vai além dos discursos biomédicos ou normativos. Ao valorizar a experiência singular de cada pessoa trans, oferece nova lente através da qual se pode perceber a autenticidade e o viver pleno das identidades que desafiam as categorizações tradicionais. A ênfase na subjetividade e na liberdade de escolha permite que se reconheçam as diversidades e os múltiplos significados que os indivíduos atribuem às suas próprias jornadas.

Ao longo do estudo, foi possível observar que a dor e o sofrimento, frequentemente associados ao processo de transição, não podem ser reduzidos a meros sintomas de disforia de gênero. Em vez disso, a experiência trans é

apresentada como caminho de autodescoberta, onde cada narrativa é digna de reconhecimento e respeito. Os profissionais da psicologia, ao adotarem a perspectiva fenomenológico-existencial, devem facilitar a exploração do self autêntico, criando espaço seguro que possibilite ao cliente vivenciar sua identidade de maneira integral e não fragmentada. A escuta empática e a validação das experiências tornam-se práticas fundamentais, uma vez que contribuem para a construção de autoimagem mais positiva e fortalecida.

Em síntese, a interação entre a Psicologia Fenomenológico-Existencial e a experiência trans fomenta um entendimento mais profundo do ser humano em sua totalidade, permitindo que as particularidades de cada história de vida sejam não apenas aceitas, mas valorizadas. Essa relação simbiótica pode transformar a prática psicológica, subvertendo preconceitos e estabelecendo novas formas de cuidado e acolhimento. O desafio que se coloca é o de continuar a aprofundar a pesquisa e a prática nesta interseção, sempre promovendo o olhar que respeite a singularidade das histórias e as complexidades das identidades de gênero, em um mundo que, embora em evolução, ainda carece de espaços de respeito e dignidade para todas as formas de ser.

Referências:

- Almeida, G. M. G. B. (2024). *O bairro negro do Trapiche em Santo Amaro-Bahia*. Dissertação (Mestrado) Universidade Federal da Bahia
- Anjos Neto, J. D. (2025). *O que pode o corpo?: discursos neopentecostais sobre o universo trans e travestis*. Dissertação (Mestrado) Universidade de Brasília.
- Benício, B. C., Santos Cordeiro, A. C., dos Santos Sakamoto, K., de Abreu, Y. G., da Silva, G. M., & Vieira, L. G. D. A prática da clínica psicológica a partir da Fenomenologia e do Existencialismo: ensaio teórico!. *AMazônica: Revista de Psicopedagogia, Educação e Psicologia Escolar* Vol 18, Núm 1, jan-jun, pág. 372-399
- Boldrin, V. D. C., Coelho, R. D. R., Alves, L. C., Teixeira, E. D. S., Bernardo, S. R. D. S., & Costa, A. G. (2025). Avanços e desafios no processo transexualizador no Sistema Único de Saúde brasileiro. *Ciência & Saúde Coletiva*, 30, e10912023.
- Camargo, G. P. (2021). *Escuta profunda sobre a diferença a partir do serviço de saúde destinado as pessoas trans em Anastácio/MS*. Dissertação (Mestrado) Universidade Federal do Mato Grosso do Sul



- Canton, K. (2024). *Corpo, identidade e erotismo*. WFN Martins Fontes.
- Castro, E. H. B. de (2020) A clínica psicológica e a pesquisa em seus encontros, desencontros e re-encontros: des-velando olhares In: Castro, Ewerton Helder Bentes de (Org.) (2020) *Pluridimensionalidade em psicologia fenomenológica: o contexto amazônico em pesquisa e clínica*. – Editora Appris, p. 157-176.
- Castro, E. H. B. (2023). Corpo que é meu, mas não sou eu:: o não-reconhecimento do ser-si-mesmo. *Amazônica-Revista de Psicopedagogia, Psicologia escolar e Educação*, 16(1), jan-jun, 33-50.
- Castro, E. H. B. (2023). A prática da Psicologia Fenomenológica no Amazonas: o Plantão Psicológico em escolas públicas e sua pluridimensionalidade *Amazônica - Revista de Psicopedagogia, Psicologia escolar e Educação*, Vol. 17, número 2, jul-dez, pág. 233-261
- Castro, E.H.B. de & Meira, J.C. (2024). *Fenomenologia crítica: caminhos, possibilidades e perspectivas*. *Amazônica-Revista de Psicopedagogia, Psicologia escolar e Educação*, Vol. 17, número 2, jul-dez, 2024, pág. 10-41
- Castro, E.H.B. de; Meira, J.C.; Vieira, L.G.D. & Gomes, J.S..B. (2024) *Psicologia Fenomenológica Crítica e Interseccionalidade: parâmetros de Compreensão* *Amazônica - Revista de Psicopedagogia, Psicologia escolar e Educação*, Vol 17, Núm 2, julho-dez, pág. 320-353
- Castro, E. H. B., Silva, J. P., & Rodrigues, D. M. (2023). Fênix alça vôo: a pluridimensionalidade da vivência de ser-si-mesma!. *Amazônica-Revista de Psicopedagogia, Psicologia escolar e Educação*, 16(2, jul-dez), 794-827.
- Collins, P. H. (2022). *Bem mais que ideias: a interseccionalidade como teoria social crítica*. Boitempo
- Coelho, I. R., da Silva, K. C. F., de Carvalho, C. S., Fioreze, J. C., de Sá Galina, M. S., de Barros Souza, B., & da Silva, A. P. (2024). *Diversidade sem fronteiras: inclusão social, sexualidade e igualdade de gênero em escala global*, 6(4), 14999-15012.
- Costa, G. B., Nascimento, I. S., Gentil, M. G. F., & Castro, E. H. B. (2023). Pessoas trans, identidade de gênero, autopertencimento: olhar fenomenológico. *Amazônica-Revista de Psicopedagogia, Psicologia escolar e Educação*, 16(2, jul-dez), 695-725.
- Dias, G. S. (2024). *Mo Dao Zu Shi ea tradução queer: uma análise comparativa entre as versões em inglês e português*. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) Universidade Federal do Rio de Janeiro
- Domingues, D. C. D. S., Longo, P. L., & Salles, R. J. (2024). Ao redor da minha pele: uma revisão narrativa sobre a marginalização do corpo trans-travesti na



- sociedade contemporânea. *Relações Internacionais no Mundo Atual*, 4(46), 185-209.
- Domingues, N. C. (2022). *As representações do corpo negro-feminino na contística de Conceição Evaristo*. Dissertação (Mestrado) Pontifícia Universidade Católica de Goiás
- Espíndola, I. M. (2024). *Supervisão de campo na formação de estudantes em Acompanhamento Terapêutico: Uma perspectiva fenomenológica existencial*. Dissertação (Mestrado) Universidade Federal de Uberlândia.
- Fidelis, A. C. F., Formiga, N. S., & Fernandes, A. J. (2023). Inteligência Espiritual: Uma questão de inteligência!. *Research, Society and Development*, 12(2), e21212240117-e21212240117.
- Galvão, A. A., Nova, S. P. D. C. C., & Círico, J. (2025). Pessoas não-binárias no mercado de trabalho: uma revisão integrativa da literatura. *Revista Catarinense da Ciência Contábil*, 24, e3618-e3618.
- Leandro, L. A. (2023). *Planejamento de comunicação para Prace visando a promoção da saúde mental, inclusão, diversidade, prevenção e posvenção ao suicídio*. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) Universidade Federal de Ouro Preto
- Lima, G. L. (2023). *Quem cabe na educação? Um debate na encruzilhada entre dissidências de gênero e trajetórias escolares*. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) Universidade Federal da Bahia
- Lima, G. L. (2023). *Quem cabe na educação? Um debate na encruzilhada entre dissidências de gênero e trajetórias escolares*. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) Universidade Federal da Bahia
- Lima Serra, T. F. (2021). *Mulheres trans: uma leitura existencial do sofrimento pela discriminação no mercado de trabalho formal*. Trabalho de Conclusão de Curso (Pós-graduação) Universidade Federal de Minas Gerais
- Lopes, A. B. (2023). *Movimentos sociais LGBTI+ de Porto Alegre: análise das trajetórias históricas, suas emergências e lutas na interface com a rede de atendimento*. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) Universidade Federal do Rio Grande do Sul
- Machado, L. C. (2024). *A importância do farmacêutico no acolhimento, orientação e acompanhamento terapêutico da população transexual e travesti*. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) Universidade Federal do Rio Grande do Norte
- Martins, M. L. (2025). *A produção textual em Língua Portuguesa a partir do conto O Velho do Rio, de Marcia Waina Kambeba: uma abordagem teórico-analítica*.



Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) Universidade Federal do Amazonas

- Meira, J.C.; Maurício, J.P.V.; Barbalho, D.R.G.; Batista, B.R. & Gomes, G.M. (2024) A fenomenologia crítica de Merleau-Ponty e a pesquisa em Psicologia AMazônica: Revista de Psicopedagogia, Educação e Psicologia Escolar Vol. 17, número 2, jul-dez, pág. 99-136
- Meira, J. C., Silva Brasil, E., Silva, G. M., Rodrigues, D. M., & Rosário, D. A. (2024). A Interseção entre Psicologia Fenomenológica Crítica e Racialidade *Amazônica*-Revista de Psicopedagogia, Psicologia escolar e Educação, Vol. 17, número 2, jul-dez, 2024, pág. 386-421
- Mendes, E. S. (2024). *Olhares feministas sobre as relações internacionais: gênero e corpo enquanto conceitos chaves para o campo*. Dissertação (Mestrado) Universidade Estadual Paulista Julio de Mesquita Filho
- Monteiro, A. K. S. (2025). *Os sentidos do trabalho para pessoas trans em organizações públicas no Brasil*. Dissertação (Mestrado) Universidade Federal do Piauí
- Moraes, A. N. D. (2021). *A psicologia e a transgeneridade: saberes e distanciamentos*. Tese (Doutoramento) Universidade Federal do Rio Grande do Norte
- Moraes, A. A. (2025). *O estágio em Psicologia Escolar Crítica e as vivências (trans) formadoras de estudantes-trabalhadoras rondonienses*. Dissertação (Mestrado) Universidade de Brasília
- Negreiros, M. B. (2022). *Paratletas lesionados em acidentes de trânsito e corporeidade: significados da vivência sob a ótica da Fenomenologia de Merleau-Ponty*. Dissertação (Mestrado) Universidade Federal do Amazonas
- Oliveira, M. B. (2024). *Processos de subjetivação e trabalho nas histórias de vida de pessoas trans*. Dissertação (Mestrado) Universidade Federal do Rio Grande do Sul
- Pereira, I. G. S. (2025). *Vulnerabilidades, mercado de trabalho e saúde das mulheres transexuais e travestis: uma reflexão bioética*. Dissertação (Mestrado) Universidade de Brasília
- Rebechi, B., Scotton, B., & Melo, J. B. (2025). Gênero e infâncias brasileiras: diálogos a partir da psicologia como possibilidade compreensiva das experiências trans na infância. *Caderno Pedagógico*, 22(7), e16276-e16276.
- Rocha, G. V. M. (2023). *Vivências de pessoas em situação de rua com diagnóstico de HIV/Aids: possibilidades de compreensão a partir de Heidegger e Merleau-Ponty*. Dissertação (Mestrado) Universidade Federal do Amazonas



- Roma, R. G. (2022). *Família em transição: a inclusão da família na compreensão da transição de gênero*. Dissertação (Mestrado) Universidade do Estado do Rio de Janeiro
- Santos, H. V. (2024). *Gênero, raça e identidade no contexto das histórias em quadrinhos dos X-Men: Saga da Fênix Negra*. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) Universidade Federal de Campina Grande
- Santos, M. V. S. (2025). *A diversidade na diversidade: um estudo sobre a multiplicidade da comunidade LGBTQIAPN+ nas políticas de inclusão nas organizações*. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) Universidade Federal de Ouro Preto
- Santos Silva, J. & Alves, M. P. C. (2021). A identidade na vida ea identidade na arte: um panorama identitário nas obras de Bakhtin. *Letras de hoje*. v. 56, n. 3, p. 49 7-511, set.-dez.
- Silva Junior, V. B., da Silva, W. F., & Mota, S. F. (2025). Saúde mental da população LGBTQ+ e os impactos do preconceito: uma revisão bibliográfica. *ARACÊ*. v.7, n.2, p.6083-6097
- Silva, L. O. R. (2024). *Plantão Psicológico como possibilidade de acolhimento a população LGBTQIA+*: perspectivas e intervenções de psicólogos plantonistas. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) Universidade do Estado do Piauí
- Silva, M. C. R. F. (2022). *Plantão Psicológico na UFMG: história de um serviço*. Dissertação (Mestrado) Universidade Federal de Minas Gerais.
- Silva, T. M. (2024). O impacto das práticas pedagógicas na saúde mental dos estudantes de ensino médio: uma revisão bibliográfica. Monografia (Pós-graduação) Universidade Federal do Espírito Santo.
- Silva, M. R. & York, S. W. (2025). Vigilantismo e periferização smart: uma abordagem transfeminista. *Revista Estudos Feministas*. 33(1): e104270DOI: 10.1590/1806-9584-2025v33n1104270
- Silva Pessoa, S. (2025) A exclusão previdenciária de pessoas gestantes: um olhar sobre o salário maternidade e a Inclusão de Pessoas Trans. *Revista Universitária Brasileira*.v.3, n.2. 097-112 (2025)
- Silva, A. M. S., Pinto, L. D. M., da Silva, A. A., de Souza Rios, A., Frota, F. D. A. T., & Frazão, M. A. Plantão psicológico, interseccionalidades e racialidades: perspectivas. *AMazônica – Revista de Psicopedagogia, Educação e Psicologia Escolar* Vol. 17, número 2, jul-dez, 2024, pág. 59-98
- Silva, R. L. F. (2025). *Percepções de gestores sobre o atendimento à mulheres trans venezuelanas em Boa Vista*. Dissertação (Mestrado) Universidade Federal do Maranhão



- Silva, T. M. (2024). *O impacto das práticas pedagógicas na saúde mental dos estudantes de ensino médio: uma revisão bibliográfica*. Monografia (Pós-graduação) Universidade Federal do Espírito Santo.
- Silva, V. P. (2022). *Sobre a Experiência Onírica de um Suicida Hermético: testemunhos da busca por uma interpretação fenomenológica para o silêncio no suicídio*. Tese (Doutoramento) Universidade Estadual do Rio de Janeiro
- Siqueira, D. P., Silva, J. B., & Pomin, A. V. C. (2024). Interseção entre a teoria do reconhecimento de Axel Honneth e os direitos da personalidade. *Revista Brasileira de Direito*. vol. 20, n. 1, e4964, janeiro-abril,
- Souza, N.B. de; Silva, A.M.S.; Gomes, G.M.; Meira, J.C. & Castro, E.H.B. de (2024) LGBTQIAPN+ people and facing homophobia: life stories and overcoming in the lives of lesbian women. *AMazônica – Revista de Psicopedagogia, Educação e Psicologia Escolar*. Vol. 17, número 1, jan-jun, , pág. 867-902
- Souza, T. S., Costa, L. V., Castro, D. M., & Rocha, G. V. M. (2023). Um corpo que é meu, um corpo que é seu: a vivência da bissexualidade de mulheres sob o viés Fenomenológico-existencial. *Amazônica-Revista de Psicopedagogia, Psicologia escolar e Educação*, 16(1, jan-jun), 379-414.
- Thomé, M. C. (2024). *Retratos da pobreza: ligações entre o trabalho reprodutivo ea pobreza no Brasil atual* Trabalho de Conclusão de Curso. UNILA
- Varjão, J. V. G., Monteiro, A. A., & da Silva Santana, M. D. (2024). Territorializando corpos, gêneros e sexualidades. *Cadernos de Campo* (São Paulo-1991), 33(2), e230377-e230377.
- Zitalena, T. G., & Tavares, T. B. (2023). O Público Surdo Excluído Da Psicoterapia: Um Desencontro Entre o Compromisso Ético-político da Psicologia e a Falta de Acessibilidade no Setting Terapêutico. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, 9(10), 4267-4282.

Recebido: 20/04/2025

Aprovado: 30/05/2025

Publicado: 01/07/2025

Autores:

Ewerton Helder Bentes de Castro

Pós-Doutor e Doutor em Psicologia pela FFCLRP/USP. Professor Associado da Faculdade de Psicologia/UFAM. Docente do curso de graduação e do Programa de Pós-graduação em Psicologia (FAPSI/PPGPSI/UFAM). Líder do Grupo de pesquisa de Psicologia Fenomenológico-Existencial (CNPq). Coordenador do Laboratório de Psicologia Fenomenológico-Existencial (LABFEN/UFAM). Coordenador do Projeto de Extensão Plantão psicológico em escolas do sistema de ensino público em Manaus (FAPSI/UFAM). Coordenador científico da Liga



Acadêmica de Psicologia Fenomenológico-Existencial – LAPFE (FAPSI/UFAM) E-mail: ewertonhelder@ufam.edu.br Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-2227-5278>

Janderson Costa Meira

Mestrando no Programa de Pós – graduação em Psicologia da UFPR. Psicólogo pela ESBAM. Gestor de Recursos Humanos pela UNIP – Manaus. Membro do Grupo de Pesquisa em Psicologia Fenomenológico-Existencial (CNPq). Membro do Laboratório de Psicologia Fenomenológico-Existencial (LABFEN/UFAM). Plantonista do Projeto de Extensão Plantão Psicológico em escolas do sistema público de ensino em Manaus. Ex-Diretor acadêmico da Liga Acadêmica de Psicologia Fenomenológico-Existencial – LAPFE (FAPSI/UFAM). E-mail: jandersonmeiraa@gmail.com Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-9145-6465>

Branca Cecília Benício

Psicopedagoga formada pela Faculdade Metropolitana do Estado de São Paulo. Psicóloga formada pela Escola Superior Batista do Amazonas – ESBAM. Membro do Grupo de Pesquisa em Psicologia Fenomenológico-Existencial (CNPq). Membro do Laboratório de Psicologia Fenomenológico-Existencial (LABFEN/UFAM). Membro da Liga Acadêmica de Psicologia Fenomenológico-Existencial – Lapfe/Ufam. E-mail: cecilia.psi@hotmail.com Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-0482-355X>.

Diana Almeida do Rosário

Pós-graduada em Psicologia Clínica Fenomenológico-Existencial pelo IEV/Manaus. Especialista em Psicologia Organizacional e do Trabalho. Graduada pela Universidade Paulista. Membro do Laboratório de Psicologia Fenomenológico-Existencial/Ufam. Membro da Liga Acadêmica de Psicologia Fenomenológico-Existencial/Ufam. Membro do Grupo de Pesquisa em Psicologia Fenomenológico-Existencial (CNPq) E mail: dianapsicologa28@gmail.com. Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-6453-6435>.

Pedro Lucas de Aquino Coelho

Graduando em Psicologia pelo Centro Universitário FAMETRO (Manaus). Membro do Grupo de Pesquisa em Psicologia Fenomenológico-Existencial (CNPq). Membro do Laboratório de Psicologia Fenomenológico-Existencial (LABFEN/UFAM). Esrtagiário no Plantão Psicológico em escola do sistema público de ensino. E-mail: p.aquinocoelho@gmail.com. Orcid: <https://orcid.org/0009-0003-4224-4222>