

PSICODRAMA: TRATAMENTO PSICOLÓGICO EM CENA

SILVA, Bruno; AGUIAR, Giancarlo de

Resumo

O Psicodrama, abordagem psicoterápica e sociológica criada pelo psiquiatra, psicólogo e filósofo romeno Jacob Levy Moreno no início do século XX, fundamenta-se na ideia de que as verdades existenciais mais profundas do ser humano podem ser acessadas e transformadas por meio da ação (MORENO, 1975). Ao transpor a palavra articulada para o plano da encenação dramática, essa linha terapêutica propõe que o paciente não apenas relate os seus conflitos inconscientes ou interpessoais, mas os reviva e os experimente em um espaço protegido (VIDAL, 2024). Essa transição do discurso verbal para a vivência cênica visa resgatar a espontaneidade e a criatividade, qualidades que Moreno (1975) considerava essenciais para a saúde mental. Na visão do autor, a espontaneidade permite ao indivíduo gerar respostas adequadas a situações novas ou saídas inovadoras para velhos impasses. Quando essa capacidade é bloqueada por pressões sociais ou traumas, o sujeito tende a se fixar em padrões rígidos de comportamento, que Moreno (1975) denominava conservas culturais, limitando severamente a sua flexibilidade frente às demandas da vida real, um fenômeno

amplamente discutido na literatura recente sobre o desenvolvimento da espontaneidade clínica (FLEURY, 2021).

O desenvolvimento do Eu ocorre a partir da diferenciação e do desempenho de múltiplos papéis psicossomáticos, sociais e psicodramáticos ao longo da existência (MORENO, 1975). O sofrimento psíquico manifesta-se justamente quando há uma cristalização ou um conflito agudo no exercício dessas funções, impedindo que os indivíduos estabeleçam o que o autor chamou de encontro verdadeiro. Esse encontro genuíno é sustentado pela matriz da Tele, uma capacidade de percepção mútua, simétrica e real entre as pessoas, que se diferencia nitidamente dos mecanismos de transferência, caracterizados por projeções distorcidas baseadas em vivências passadas (MORENO, 1975). Para viabilizar a emergência e o tratamento dessas dinâmicas no cenário clínico, a sessão psicodramática articula-se em torno de cinco instrumentos essenciais que dão suporte à experiência: o cenário ou palco, o protagonista, o diretor, os egos-auxiliares e a plateia (MORENO, 1975). O manejo contemporâneo desses instrumentos demonstra sua eficácia desde processos de supervisão profissional até intervenções terapêuticas específicas na infância (CARVALHO, 2021; COSTA; DINIZ; VIANA, 2022).

A dinâmica prática de uma sessão clássica respeita rigorosamente o tempo de mobilização afetiva e divide-se em três etapas sequenciais que começam pelo aquecimento (MORENO, 1975). O aquecimento prepara o organismo e a mente para a ação espontânea, podendo ser inespecífico, focado na integração global do grupo, ou específico, quando afunila o foco para preparar o protagonista escolhido para entrar no cenário (VIDAL, 2024).

Em seguida, inicia-se a dramatização propriamente dita, momento em que o conflito central é encenado e explorado no aqui e agora por meio de técnicas específicas, permitindo que conteúdos latentes e inconscientes

ganhem contornos visíveis. Concluída a cena, a sessão encerra-se com o compartilhamento, etapa na qual o protagonista retorna ao grupo e os participantes expressam as ressonâncias afetivas e memórias pessoais que a ação evocou neles próprios, sendo terminantemente proibidas análises frias, julgamentos ou críticas à conduta do protagonista, um cuidado ético e metodológico indispensável destacado por Fleury (2021).

Durante a fase de dramatização, o diretor introduz técnicas operacionais consagradas para aprofundar a experiência e promover tomadas de consciência (MORENO, 1975). A inversão de papéis destaca-se como a principal delas, consistindo na troca de posições onde o protagonista assume o lugar de seu contra papel, permitindo-lhe enxergar a si mesmo pelos olhos do outro e compreender a totalidade da dinâmica relacional de forma empática (COSTA; DINIZ; VIANA, 2022). Complementarmente, a técnica do duplo é empregada quando o protagonista demonstra bloqueios ou dificuldades para expressar seus sentimentos, fazendo com que um ego-auxiliar se posicione ao seu lado para verbalizar o que intui estar oculto na fala do sujeito (FLEURY, 2021). Quando há necessidade de distanciamento cognitivo e auto-observação, recorre-se ao espelho, momento em que o protagonista sai de cena e assiste a um ego-auxiliar reproduzir exatamente seus gestos e comportamentos (MORENO, 1975). O solilóquio também enriquece esse processo ao interromper momentaneamente a cena para que o paciente expresse em voz alta os pensamentos íntimos que normalmente ocultaria na vida real, servindo como importante recurso de tomada de consciência individual (CARVALHO, 2021).

REFERÊNCIAS:

CARVALHO, M. D. S. de. O jogo dramático em supervisão: do desenvolvimento do papel do psicoterapeuta ao processo psicoterapêutico do paciente. **Revista Brasileira de Psicodrama**, v. 29, n. 3, p. 188–197, 2021.

COSTA, L. L. A.; DINIZ, F. C. de O. R.; VIANA, S. M. J. Psicodrama com crianças dentro do Transtorno do Espectro Autista: uma experiência possível? **Revista Brasileira de Psicodrama**, v. 30, e1722, 2022.

FLEURY, H. J. The Second Century of Psychodrama. **Revista Brasileira de Psicodrama**, v. 29, n. 1, p. 1–3, 2021.

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

VIDAL, M. O. Das raízes à primeira vez: quem tem medo do psicodrama? **Revista Brasileira de Psicodrama**, v. 32, p. e0624, 2024.

E-mail: brunosilva122003@gmail.com