



PROFINT – Profissionais Integrados Ltda
EBMSP – Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública
Curso de Especialização *Lato Sensu* em Psicodrama
Trabalho de Conclusão de Curso

O CORPO MODIFICA O ESPAÇO

Autora: Bruna Santana Oliveira
Orientadora: Cybele Maria Rabelo Ramalho
Co-orientadora: Maria Cristina C. de Carvalho

Aracaju/SE
2018

BRUNA SANTANA OLIVEIRA

**O CORPO MODIFICA O ESPAÇO: CONSCIENTIZAÇÃO CORPORAL COMO
RECURSO PARA A EFETIVAÇÃO DA PRÁTICA PSICODRAMÁTICA**

Monografia apresentada ao Programa de Pós-graduação Lato Sensu em Psicodrama, da Profissionais Integrados Ltda em parceria com a Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública como requisito parcial para obtenção do Certificado de Especialista.

Orientadora: Cybele Maria Rabelo Ramalho

Co-orientadora: Maria Cristina C. de Carvalho

Aracaju/SE

2018

“O corpo é como um cão de proteção.”

Provérbio chinês

AGRADECIMENTOS

Desde o início, era o corpo. Minha queixa: não consigo sentar na cadeira para estudar e delimitar meu objeto de pesquisa. A rotina de sempre, bruscas mudanças em minha vida, de riscos e precipícios a quedas e voos. Agradeço a cada corpo por tocar o meu com cuidado. À minha família, pelo espaço de desenvolvimento, amoroso e protegido. Ao meu companheiro, pela graça com que me incentiva, e pelos beijos extras nesses dias de ansiedade. Aos amigos que, perto ou longe, dão afago ao meu coração. Aos professores e psicodramatistas, os mais conhecidos e os mais novos, meus amigos da Turma XII, pelos encontros curadores. Às orientadoras, pela inspiração. À banca, pelo acolhimento ao meu trabalho. À terapia de grupo de abordagem psicodramática, por me segurar nas quedas e me mostrar o caminho, da vida como do psicodrama. Ao grupo de auxílio à construção desse trabalho, por me fazer enxergar que eu já tinha tudo o que era preciso. Aos pacientes, pela entrega e confiança de suas marcas e costuras. A Moreno, gratidão pela espontaneidade. Um abraço delicado nestas palavras que saltaram de mim como um deus-menino sendo parido. E – para mim – que parto!

SUMÁRIO

RESUMO.....	7
ABSTRACT.....	8
INTRODUÇÃO.....	9
CAPÍTULO I. REVISÃO DE LITERATURA.....	11
1. O PSICODRAMA: RAÍZES, RAMIFICAÇÕES E PRINCIPAIS CONCEITOS.....	11
1.1 DO TEATRO ESPONTÂNEO À PSICOTERAPIA PSICODRAMÁTICA.....	11
1.2 PSICODRAMA BIPESSOAL: RELAÇÃO TERAPÊUTICA E ETAPAS.....	12
1.3 ESPONTANEIDADE, CRIATIVIDADE E TELE.....	14
2. PAPEL, REALIDADE SUPLEMENTAR E CATARSE.....	17
2.1 O CONCEITO MORENIANO DE PAPEL.....	17
2.2 REALIDADE SUPLEMENTAR.....	18
3. O CORPO.....	19
3.1 O CORPO NO PRESENTE (FILOSOFIA DO MOMENTO).....	19
3.2 CONSCIENTIZAÇÃO CORPORAL COMO RECURSO DO PSICODRAMA.....	20
3.3 O CORPO MODIFICA O ESPAÇO – CENA PSICODRAMÁTICA.....	21
3.4 O CORPO COMO PORTAL DE ACESSO À REALIDADE SUPLEMENTAR	22
3.5 SOMATODRAMA.....	23
CAPÍTULO II. METODOLOGIA.....	24
CAPÍTULO III. RELATO E PROCESSAMENTO TEÓRICO DA EXPERIÊNCIA.....	26
CAPÍTULO IV. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	36
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	38
ANEXOS.....	40

PROFINT – Profissionais Integrados Ltda
FEBRAP – Federação Brasileira de Psicodrama
EBMSP – Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública
Curso de Especialização *Lato Sensu* em Psicodrama

ATA DE DEFESA DA MONOGRAFIA
(Folha de Aprovação)

DATA: _____ de _____ de _____.

LOCAL: Sede da PROFINT* (Aracaju/SE).

TÍTULO: _____

Autor: _____

Monografia apresentada como requisito parcial para obtenção do certificado de Especialista em Psicodrama da PROFINT-Profissionais Integrados Ltda em parceria com a EBMSP-Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública, reconhecido pela FEBRAP-Federação Brasileira de Psicodrama, para a obtenção do grau de Psicodramatista (Nível I) – foco _____, aprovada nesta data, com a nota _____, correspondente ao grau/conceito _____, defendida perante a banca examinadora abaixo assinada:

Esp. Cybele M^a Rabelo Ramalho – Psicodramatista-Didata-Supervisora nível III:
Inscrição FEBRAP n° 270, fl.90, Livro I.

Esp. Maria Virgínia Souza Alves – Psicodramatista-Didata nível II:
Inscrição FEBRAP n° 360, fl. 91, Livro II.

Esp. Vanessa Ramalho Ferreira Strauch – Psicodramatista-Didata nível II:
Inscrição FEBRAP n° 372, fl. 94, Livro II.

RESUMO

Mediador entre a subjetividade humana e o mundo, além de um consistente muro protetor, o corpo é importante peça no manejo terapêutico da clínica psicodramática. O presente trabalho tem sua raiz na curiosidade sobre o corpo enquanto agente ativo. Objetivou-se para tal, demonstrar a importância da conscientização corporal para a efetivação desta prática. Foi realizada uma pesquisa-ação-intervenção, pesquisa qualitativa em psicodrama, a partir de um processo de dez sessões de psicodrama bipessoal e posterior análise do caso à luz dos principais conceitos envolvidos. Ao ser utilizado no psicodrama como aquecimento inespecífico, o processo de conscientização corporal promove a redescoberta de si através da reinvenção do corpo, bem como da co-criação do mundo interno do cliente.

Palavras-chave: conscientização corporal, psicodrama bipessoal, cocriação.

ABSTRACT

The body is important piece on the therapeutic management of the psychodramatic clinic as mediator between the human subject and the world, besides a consistent protective wall. The present work has its root in curiosity about the body while active agent. The objectives are to demonstrate the importance of body awareness. It was made a action research, qualitative research in psychodrama based on a ten-session process of bipersonal psychodrama and subsequent case analysis with the main concepts involved. When used in psychodrama as non-specific heating the awareness body promotes a new discovery about self and co-creation of internal patient world.

Key words: body awareness, bipersonal psychodrama, co-creation.

INTRODUÇÃO

Somos formados por inúmeros fios relacionais, que carregam em si elementos sustentadores, como criatividade, espontaneidade, fantasia e imaginação. Antes mesmo do nascimento, primeiro ato de angústia, coragem e, principalmente, ato inicial de espontaneidade e criatividade, o humano está preso a esses fios relacionais visíveis e invisíveis. O corpo é o elemento chave que garante sua apresentação ao mundo, bem como a manutenção destas relações. Corpo é palco, instrumento e fim de toda ação. Daí se justifica o pensamento de que o corpo modifica o espaço.

Mediador entre a subjetividade humana e o mundo, além de um consistente muro protetor, o corpo é importante peça no manejo terapêutico da clínica psicodramática. Enquanto apontador do grau de espontaneidade, é um instrumento de auxílio ao terapeuta no caminho para a compreensão da realidade do cliente que lhe chega ao *setting*. O corpo tudo lembra sobre a história de um sujeito e, dessa forma, reconhece aquilo que lhe é prejudicial ou salutar, bem como necessita e aponta apenas o que pode servir de remédio às suas dores. A conscientização corporal abre um portal para a verdade de si.

O presente trabalho tem sua raiz na curiosidade sobre o corpo enquanto agente ativo na psicoterapia psicodramática, aliada à pouca expansão do tema em obras de estudiosos desta área de atuação. Objetiva demonstrar a importância da conscientização corporal para a efetivação da prática psicodramática, através da conceituação do que é o corpo, à luz das principais teorias do psicodrama, com destaque para uma de suas ramificações, o somatodrama. Além disto, busca analisar através de um estudo de caso, em que se utiliza como método a pesquisa qualitativa, pesquisa-ação, de que forma a conscientização corporal pode servir como um recurso para a efetivação da prática psicodramática. A metodologia

utilizada para tal realização é a Socionomia, conjunto teórico criado pelo pai do Psicodrama, Jacob Levy Moreno, e cujas raízes dão origem a três conjuntos distintos: sociometria, sociodinâmica e sociatria, esta última que originou tanto o sociodrama quanto o psicodrama.

Para a composição desta escrita, foram utilizados alguns dos conceitos mais importantes do psicodrama, a saber, aqueles que estabelecem uma relação direta com o caso apresentado e as técnicas utilizadas durante as sessões, e com a temática do corpo no cenário psicodramático. Estão apresentados o Psicodrama enquanto derivação do teatro espontâneo, o Psicodrama bipessoal, caminho de atuação em que o caso foi trabalhado, conceitos de criatividade, espontaneidade, tele, papel, realidade suplementar e cena dramática, além da conceituação de conscientização corporal e do conceito de corpo enquanto elemento que permeia estes espaços, modificando-os ativamente.

Entre terapeuta e cliente, todo e qualquer movimento pode ser considerado como movimento existencial, visto que na relação cada papel tem o seu complementar, e estes, quando atuam de maneira criativa e espontânea, promovem a saúde na inter-relação, através da cocriação e da coconstrução da realidade suplementar, facilitadas por um instrumento-ato, o corpo, cuja conscientização permite a abertura necessária ao psicodrama.

A respeito da pesquisa qualitativa em psicodrama, tem-se como recomendação a implicação direta do pesquisador, que passa a ser também um ator. Sabe-se que a Psicologia não é uma ciência neutra, o Psicodrama ainda menos. Isto se deve também ao fato de ser a psicoterapia psicodramática um imbricar de afetos e ações que se desenvolvem em relação, ou antes, em um encontro (clínico ou não) de subjetividades, que se revelam e se misturam como novos fios se entrelaçando.

CAPÍTULO I. REVISÃO DE LITERATURA

1. O Psicodrama: raízes, ramificações e principais conceitos

1.1 Do Teatro Espontâneo à psicoterapia psicodramática

Psicodrama é a prática de resgate da espontaneidade e da criatividade através da ação, pensada aqui como um direcionamento para as relações estabelecidas, no palco e na vida real. É o conjunto de técnicas que objetiva um desenvolvimento saudável dos fatores individuais, demonstrados e praticados diante do grupo e/ou da sociedade. Além disso, e para a efetivação desta prática, conta-se com a existência do extenso arcabouço teórico acerca da socionomia e seus ramos, o que versa principalmente sobre espontaneidade, criatividade, tele, teoria dos papéis, conceitos que serão trabalhados adiante.

Socionomia é a denominação da criação ampla e geral moreniana, conjunto de leis a respeito das relações, dividida em três principais ramos: a sociometria (leis sociométricas que garantem que um grupo possui força e vida e, portanto, suas próprias leis de grupo, talvez não válidas para outro grupo com características semelhantes – teste sociométrico), a sociodinâmica (que trata do homem em relação) e a sociatria, que inclui tanto o psicodrama, quanto o sociodrama e a psicoterapia de grupo.

Vale lembrar que o psicodrama em todas as suas modalidades e formas de atuação tem origem no teatro espontâneo praticado por Moreno, conforme aponta Perazzo (2010) e, como lembra Ramalho (2011), as bases do pensamento psicodramático como conhecido estão na filosofia existencial-fenomenológica e também na religião de seu criador, o Hassidismo, primeira inspiração de ideias de Moreno.

O Psicodrama é um importante marco, que está situado desde as formulações originais de Moreno até a grande diversificação de ideias entre os pós-morenianos, de acordo com Perazzo (2010). Esse autor ressalta também as diversas aplicações do Psicodrama, não apenas no cenário psicoterápico, enquanto Psicodrama bipessoal, mas também no enfoque educacional, comunitário e de produção cultural, para dar alguns exemplos. Quanto à prática do psicodramatista em *setting* terapêutico, há duas modalidades principais em que se pode pensá-la: a psicoterapia grupal, a individual (que envolve um terapeuta em unidade funcional com egos auxiliares, atendendo um indivíduo), e (o que envolve apenas um terapeuta e um cliente), denominado Psicodrama bipessoal.

1.2 Psicodrama Bipessoal: relação terapêutica e etapas

Psicodrama bipessoal é uma modalidade recente do psicodrama, e que tem sido bastante difundida em países como o Brasil e a Argentina (Perazzo, 2010). Comparado à atuação do psicodrama mais tradicional, de grupo, pode-se pensá-lo como uma relação direta, terapeuta e cliente, sem egos-auxiliares, sejam outros terapeutas ou plateia.

Em defesa do Psicodrama bipessoal, Cukier (1992) aponta que essa é a modalidade de terapia em que se trabalha o indivíduo fora do grupo, com a possibilidade de estudar e compreender suas peculiaridades, garantindo o desenvolvimento emocional. Justifica o seu pensamento ao afirmar que o “indivíduo precede a condição de ser um elemento num grupo” (ibidem, p. 24). Faz isso como resposta aos psicodramatistas estudiosos e autores conhecidos que declaram ser o Psicodrama bipessoal um empobrecimento do psicodrama original (de grupo) ou mesmo uma afronta ao pensamento de Moreno.

Naffah Neto (1980), também em defesa do Psicodrama bipessoal, mas montando uma estrutura geral, demonstrou que o método psicodramático está dividido em fases ou

momentos, desde Moreno. As três fases de uma sessão de psicodrama são: fase do aquecimento (inespecífico e específico), fase da dramatização (aplicação de técnicas) e fase do compartilhamento (processamento).

É Cukier (1992) quem, com maestria, se preocupa em ser didática no tocante à explanação das etapas de uma sessão psicodramática, seja esta de grupo ou individual. O aquecimento inespecífico é o momento em que o terapeuta estimula no paciente a percepção de que está presente, aqui e agora, em suas próprias questões, além de sua importante presença total no *setting* terapêutico, local onde podem acontecer grandes encontros consigo mesmo.

A respeito do aquecimento específico, posterior a este inicial, Cukier (1992) destaca a importância desta etapa, como fundamental para o desenvolvimento (ou criação) da capacidade de deslocar-se entre os mais diversos ambientes e meandros de sua imaginação. Além disto, é o aquecimento específico que prepara o paciente/cliente para a dramatização. Vale destacar que existem aquecimentos mais apropriados para a dramatização em cena aberta, enquanto outros facilitam a dramatização internalizada e/ou o psicodrama interno.

Há ainda alguns elementos básicos que facilitam em muito o trabalho do psicoterapeuta psicodramatista, como o aquecimento inespecífico em movimento. Tem-se as almofadas, que servem como egos-auxiliares prontos para as dramatizações, no “como se”, que auxiliam na utilização da abstração e ingresso em cena; tem-se também a entrevista no papel, favorecendo a tomada de papéis os mais distintos e, com destaque, as próprias técnicas clássicas e modernas de dramatização.

O próximo passo de uma sessão de Psicodrama bipessoal é a Dramatização, definida por Cukier (1992) como o conjunto de procedimentos em que se utilizam as técnicas básicas e outras mais recentes. Por técnicas básicas, entende-se o agrupamento a seguir: técnica do

duplo, em que o terapeuta acrescenta uma fala breve à fala anterior do paciente, verbalizando uma emoção; técnica do espelho, que consiste em uma espécie de fotografia do paciente, feita com cuidado por diretor ou ego-auxiliar, a fim de propiciar o surgimento de insights para o paciente; e a técnica da inversão de papéis, que é o pedido para que o paciente tome o papel de outro. Além do uso de técnicas consideradas fundamentais, como o solilóquio, a maximização e a concretização.

Solilóquio é o pedido do diretor para que o cliente expresse fielmente o seu pensamento naquele momento, afim de fazer emergir um conteúdo de difícil expressão, consciente ou não. A maximização é solicitada quando um gesto ou movimento é percebido como importante, ou mesmo contraditório ao que se está sendo dito. Pede-se que o cliente exagere a expressão notada e expresse o sentimento derivado desta. A concretização, por fim, é o tornar sólido um sentimento ou sensação, para a partir daí, investigar sua matriz e suas raízes. Existem diversas outras técnicas e cada vez mais criativas, afinal, o Psicodrama é o incansável processo de criar e recriar.

O Compartilhar (ou Compartilhamento) é o momento de elaboração da experiência vivenciada em dramatização. Deve ser realizado logo após a dramatização ou, em casos especiais, na sessão seguinte. É, como aponta Cukier (1992), o “compartilhar de experiências e emoções”, (*ibidem*, p. 113) principalmente no tocante às sentidas pelo cliente, o que não impede o terapeuta de expor o que percebe/vive/sente neste momento.

1.3 Espontaneidade, Criatividade e Tele

O conceito de espontaneidade é central na teoria moreniana. É de onde partem todas as ramificações teóricas e técnicas e onde desemboca todo objetivo de ação psicodramática. Moreno (1975/2016) define espontaneidade como a resposta adequada a uma nova situação.

Ao conceito de espontaneidade, o pai do psicodrama chamou também fator *e*, que pode ser medido pelos testes de espontaneidade, assim como o fator *tele* pode ser medido pelos testes sociométricos.

A criatividade é outro conceito muito importante no fazer do Psicodrama. Assim como a espontaneidade, é um dos objetivos primeiros de toda ação no campo psicoterápico. Criatividade “é o movimento de expansão, no mundo, que torna visível a espontaneidade (...) uma fazendo parte da outra” (Perazzo, 2010, p. 41). Ao falar sobre essa inter-relação, Moreno (1975/2016) aponta que o ato criador tem como primeira qualidade a espontaneidade, entendendo ainda o movimento de lutar contra os próprios fantasmas, isto é, de transformar aquilo que é conhecido em novas e espontâneas respostas, como a explosão de uma Revolução Criadora, movimento de romper aquilo que está intocado.

Perazzo (2010) sugere pensarmos esses dois fatores, criatividade e espontaneidade, não como sendo separados e um derivando do outro, mas como um mesmo fator, a espontaneidade-criatividade. Considera que esse binômio é a base de compreensão da relação psicodramática como um espaço de criação conjunta entre paciente/cliente, de um lado, e diretor de psicodrama e egos auxiliares, de outro, não entendendo os lados como antagônicos ou opositores, mas partindo do pressuposto de que os dois são indispensáveis à existência desta abordagem.

A *tele* é um importante fator na teoria e na prática psicodramática; Moreno (1959/1983) a definiu de diversas maneiras, uma delas, e que talvez possa servir como um apanhado geral deste conceito pelo criador da teoria, é a de sentimento/percepção verdadeiro acerca da alma, personalidade, identidade, ou como convier, do outro no espaço aqui discutido. Pode-se defini-la também como o sentir recíproco de um no outro, nas palavras dele, ou o movimento da empatia fluindo nos dois sentidos.

Para além de sentimento, tele foi também pensada por ele como o equilíbrio que deve existir entre as duas partes para que a relação se desenvolva de maneira real e menos ilusória, além de ter um caráter sempre crescente, visto que a partir do momento em que se constrói conjuntamente a tele, esta não pode voltar à sua forma anterior. No entanto, alguns autores discutem essa última característica, uma vez que as relações estão em constante movimentação e, portanto, transformação. O que pode levar um cliente a enxergar verdadeiramente o terapeuta – e vice e versa – e, em determinado momento, voltar a ter uma percepção distinta do real.

Para além disto, a tele é necessária não apenas no estabelecimento do vínculo terapêutico, mas para a manutenção da relação entre terapeuta e cliente, visto que o entendimento do outro, aliado ao sentimento de se ter sido compreendido, abre portas para a expressão do eu real e conseqüente expansão da espontaneidade, elemento indicativo de saúde no indivíduo e no grupo. Vale destacar que a tele é relacional, ou seja, existe a partir e através da relação e da interação entre as partes movimentadas. Considerando isto, é importante ressaltar a existência da tele em maior ou menor grau nas relações do cliente com o mundo e as pessoas ao seu redor.

Perazzo (2010) aponta para o fato de a tele não ser entendida apenas como um fator contrário ao que é a transferência, em oposição, mas como parte integrante do mesmo processo, o que justifica através da noção de que a tele é uma teia, um objeto relacional, que existe apenas em contato com outrem e no qual existem elementos coconscientes e coinconscientes interagindo e convivendo em um espaço de cocriação. Coaduna com este pensamento a escrita de Cukier (1992), em que garante ser a “neurose de transferência” um elemento natural de toda relação terapêutica, ainda que o psicodrama bipessoal não a estimule.

Uma relação não pode ser entendida como puramente tética ou puramente transferencial. A justificativa máxima para esse pensamento é o fato de as relações não serem entidades estáticas, mas em constante movimento e transformação. Sobre isto, Moreno (1959/1983) aponta para uma relação terapeuta-cliente, em que este último pode se sentir atraído ou fascinado pelo primeiro ao início do processo, ao passo em que no desenvolver da relação, essa atração vai dando espaço a outra, que seria uma “atração pelo ser real do terapeuta”, conforme desenvolvido anteriormente sobre a característica móvel do fator *tele*.

2. Papel, Realidade Suplementar e Catarse

2.1 O conceito moreniano de Papel

Pode-se definir papel como a maneira com que o sujeito se coloca e atua de forma prática no mundo diante das relações que são formadas entre ele e o seu entorno. Por outro lado, é também a parte do eu no grupo. Moreno (1975/2016) define papel de diversas formas; alguns exemplos são: o papel é o personagem criado por um autor dramático, uma característica assumida por determinado indivíduo, função social e pode também ser o conjunto de maneiras como o ser vivencia suas experiências. Destaca ainda que uma mesma pessoa pode atuar diversos papéis a um só tempo e que estes se comunicam entre si e se influenciam mutuamente.

Os papéis podem ser classificados de acordo com suas características, principalmente de atuação, conforme Moreno (1975/2016) e Perazzo (2010): Papéis Psicossomáticos, Papéis Sociais e Papéis Psicodramáticos, nesta ordem de ocorrência, visto que os primeiros são atuados na primeira infância, em que o bebê depende da habilidade de comunicação somática para garantir sua sobrevivência. Os papéis sociais dizem respeito à desenvoltura na tomada daqueles papéis que correspondem às relações sociais e a funções e conceitos criados e

desempenhados em sociedade. Perazzo (2010) classifica os papéis sociais e papéis psicodramáticos como semelhantes, estes últimos seguindo as características dos primeiros, com a diferença exclusiva de serem jogados apenas no contexto psicodramático.

2.2 Realidade Suplementar

Realidade Suplementar é um conceito que perpassa fundamentos filosóficos, mas também uma técnica que permite completar e curar, nas palavras de Zerka Moreno (2001), além de promover um bem-estar para o cliente que se propõe à psicoterapia psicodramática. No entanto, aponta que a realidade suplementar vai além de uma técnica, e colabora também como instrumento, ou antes, como um espaço em que o sujeito pode recriar a realidade e, no *setting*, cocriar junto à psicoterapeuta.

Perazzo (2010) discorre sobre os papéis de fantasia, que não estão ligados à transferência, como os papéis imaginários definidos por Naffah Neto, em 1979, e não são atuados no palco como os papéis psicodramáticos. Aponta que a atuação dos papéis psicodramáticos fomenta o resgate dos papéis imaginários que foram conservados na fantasia, o que, por sua vez, configura uma realidade suplementar, devido à atuação no cenário psicodramático. Através deste ponto, o cliente é capaz de apresentar, como uma explosão, seus sentimentos e sensações de forma catártica e espontânea.

A catarse é um conceito discutido desde Aristóteles até os psicodramatistas modernos. Pode-se entendê-la como o movimento espontâneo e involuntário de uma emoção cuja expressividade não é esperada por quem a sente, movimento este que difere entre os indivíduos, quase sempre apresentando um caráter positivo de redução da tensão. De acordo com Kellermann (1992), o momento da catarse no psicodrama é muito valorizado, pois é vista

como o ápice da sessão, buscado pelo psicoterapeuta, devido à culminância da expressão da espontaneidade.

3. O Corpo

3.1 O corpo no presente

É no corpo que o presente se materializa. Através dele é que pode o passado ser resignificado e o futuro experimentado. O psicodrama é a abordagem que garante esta experiencição, cujo fermentador principal é o corpo. Toda transformação que ocorre passa pelo corpo, ainda que este não saia do lugar, ou não mova nenhum músculo. Isso se dá pela capacidade de servir como mediador entre as realidades externa e interna, conforme tratado acima.

Freire (2000) aponta para esta capacidade de ser ativo e de se integrar à própria essência, ainda que tenha vivenciado duros processos de mascaramento de suas expressões mais verdadeiras. A respeito disto, fala também Dethlefsen (2007, p. 59): “A destruição das ilusões nunca é fácil ou agradável; no entanto, ela sempre resulta em nova liberdade de movimentos”.

A Filosofia do Momento pode ser definida como tempo da cocriação, já comentada como encontro máximo entre terapeuta e cliente, em um vínculo télico, uma vez que a tele em uma relação terapêutica promove a descoberta e expressão do eu real. Aqui, Moreno (1975/2016) destaca a necessidade de o corpo do ator (no caso do Psicodrama bipessoal, do corpo do cliente) ser livre para “responder sensitivamente a todo e qualquer motivo da mente e da imaginação” (*Ibidem*, p. 93).

O Psicodrama entra como a possibilidade de reparar – no corpo e na mente – as vivências não resolvidas a seu tempo (geralmente, na infância) e, conforme Freire (2000), isso

acontece porque é possível, na ação dramática, uma visita ativa às experiências vividas na infância, em que os papéis predominantes eram os psicossomáticos, de acordo com a classificação de Moreno (1975/2016). Resta ao cliente o tempo presente, a possibilidade motivada pelo corpo de fazer um novo traçado em direção a um movimento mais real e espontâneo de suas expressividades.

3.2 Conscientização corporal como recurso do psicodrama

Conforme demonstrado acima com Cukier (1992), o aquecimento inespecífico é o momento em que o terapeuta estimula no paciente a percepção de que está presente, aqui e agora, em suas próprias questões, além de ressaltar a necessidade de presença total no *setting* terapêutico, local onde podem acontecer grandes encontros consigo mesmo. Aqui, a conscientização corporal provoca um aumento da consciência relacional com o espaço. Ao se perceber presente, o cliente é capaz de observar com mais atenção suas próprias nuances, sensações físicas e cinestésicas e, conseqüentemente, seus sentimentos. Esta percepção existe de forma inversamente proporcional à atenção dispensada ao ambiente ou a estímulos internos. Isto é, quanto mais o cliente toma consciência de seus processos internos, menos importante se torna aquilo que é externo ao *setting* terapêutico, e por que não dizer, ao próprio corpo.

Por que conscientização corporal e não consciência corporal? A primeira é um processo contínuo de redescobertas, enquanto a segunda, um estado que pode ser alcançado. Enquanto processo, a conscientização é fluida e flexível como uma mola, precisa de estímulos para acontecer e de cuidados permanentes para continuar existindo. De modo geral, consciência corporal é aquilo que se busca atingir utilizando o recurso da conscientização corporal.

Entende-se a consciência corporal, conforme definida por Marques (2009), ao falar sobre a dança como possibilidade de a criança experienciar a movimentação, como o contato com o próprio corpo, o seu entorno, com a relação que se cria com o ambiente que o rodeia e com o mundo, além da relação com outros seres, alcançada também através desta movimentação.

Ao ser utilizado no psicodrama como aquecimento inespecífico, o processo de conscientização corporal promove a redescoberta de si através da reinvenção do corpo. São solicitadas, em etapas compassadas, atenção e concentração inteiramente voltadas para cada parte do corpo. Isto é, desfragmentar para voltar a unir com movimento e transformação. Após sentir e experimentar a atenção voltada para cada parte isoladamente, o cliente tem a chance de examinar seu corpo como um todo e perceber-se no aqui e agora do *setting* psicodramático, para então atuar em papéis próprios ou alheios e permitir-se, tendo em vista a realidade suplementar como a chance de vivenciar o portal entre aquilo que é real fora de cena e aquilo que, apesar de fantasia, é real no contexto dramático.

3.30 corpo modifica o espaço – cena psicodramática

Para falar sobre o corpo enquanto elemento ativo de modificações constantes no ambiente, este pode ser pensado antes como protagonista, que permite a transcendência das ações, do *drama* de Moreno, da catarse de integração, do encontro. Corpo é o ser-em-relação, diante da existência de outro (corpo), real ou subjetivo. Naffah Neto (1997) aponta-o como locus de expressão máxima da espontaneidade, e destaca que esse caráter confere ao corpo também a possibilidade de mediação das relações. É como mediador que pode mostrar a potência de sua existência, nas relações como um todo e para o psicodrama, em especial.

Corpo é instrumento, causa e fim das investigações através do teatro, afinal, como bem o disse Moreno (1959/1983, p. 173): “A fome pela expressividade é fome de atos antes de ser fome de palavras”. Partindo deste pressuposto e pensando o corpo como ator direto na dramatização psicodramática, compreende-se a importância do seu estudo para a teoria do psicodrama, visto que a efetivação de sua prática é dada através do drama, ou antes, da ação.

Moreno (1959/1983) discorre sobre o palco, entendido aqui como cena e cenário psicodramáticos, lugar em que o cliente pode sentir a liberdade de agir em direção à expressão e experiência de sua realidade, sem a tensão do mundo externo; o palco é, para ele, espaço em que realidade e fantasia não são elementos distintos e conflitivos, mas estão juntos em atuação através dos atos dramáticos, tendo sido diminuídos os riscos e conservados os elementos de segurança, comuns à terapia individual e de grupo.

Todo corpo possui uma história, lembra-se dela e a carrega consigo no seu desenvolver, pois o drama é algo pessoal e intransferível. Para Freire (2000), é no cenário psicodramático que o corpo pode, através da experiência, visualizar aquilo que fora até então negado, esquecido ou mesmo aquilo que estivera desconhecido. Naffah Neto (1997) destaca que o cenário também é um corpo, e desenvolve esse pensamento apontando que a sala é o corpo real, enquanto a cena composta com a qual se trabalha é o corpo psicodramático.

3.4 O corpo como portal de acesso à realidade suplementar

Moreno (1975/2016) aponta que a espontaneidade permite ao sujeito desenvolver uma conexão corpo-mente que garante que um contador de histórias pode modificar seu comportamento através das narrativas vívidas. Pode-se pensar, relacionando os conceitos desenvolvidos neste trabalho, que ao embarcar verdadeiramente em uma experiência psicodramática, o cliente acaba por tomar consciência de si através da consciência de seu

próprio corpo, o que promove maior abertura para a realidade suplementar e toda a potência contida neste espaço. Consciente de si e da realidade que lhe é própria, o sujeito é capaz de modificá-la, e de mostrar esta mudança no corpo.

O corpo é o cenário do drama, prova disso é que as doenças orgânicas são a expressão dos órgãos e dos sistemas corporais que se encontram cristalizados. Tem-se, assim, um corpo fragmentado, cuja inserção na psicoterapia psicodramática irá buscar a transformação deste em um corpo pessoal. Afinal, o corpo permite ampliar a consciência, e é ainda o “porta-voz de uma verdade inconsciente que busca revelação”. (Freire, 2000, p.17). Podemos entender esta verdade inconsciente como aquilo que o psicodrama caracteriza como realidade suplementar.

3.5 Somatodrama

Somatodrama é uma experiência de unicidade. Entende-se que o corpo adoecido é um corpo fragmentado, ou seja, que ainda não reconhece o eu de maneira total. Freire (2000) estabelece uma relação direta entre a teoria constitutiva do somatodrama e a teoria da Matriz de Identidade, caracterizada como o entendimento sobre o desenvolvimento do sujeito dentro do Psicodrama. A Matriz de Identidade aponta três fases deste desenvolvimento individual e relacional: indiferenciação total, reconhecimento do eu, reconhecimento do tu e dos outros. Para Freire (2000), à indiferenciação total corresponde o corpo disperso e parcial; ao reconhecimento do eu, o corpo pessoal, e; ao reconhecimento do tu e dos outros corresponde o corpo simbólico e ativo.

O corpo é porta de entrada e acesso não apenas para a realidade suplementar, como definido acima, mas também promove maior conscientização corporal, ainda de acordo com Freire (2000), uma vez que ao se trabalhar a partir do corpo no *setting* psicodramático, inicialmente é permitida ao cliente a criação de sua identidade corporal, no momento em que

ele se reconhece como possuidor de um corpo. Posteriormente, vai-se formando a imagem corporal, até a explosão de uma catarse, momento em que o sujeito toma consciência de seu corpo, conhece-o e explora-o de forma eficaz e completa.

CAPÍTULO II. METODOLOGIA

A natureza deste trabalho compreendeu dois aspectos básicos: acompanhamento e observação participante de um caso desenvolvido no *setting* terapêutico de abordagem psicodramática e posterior análise sobre este, como primeiro ponto. O segundo refere-se à revisão de literatura, abarcando o tema do corpo como recurso para as sessões analisadas e os principais conceitos do Psicodrama, propostos inicialmente por Jacob Levy Moreno e desenvolvidos por teóricos mais recentes, incluindo expoentes psicodramatistas brasileiros.

O método utilizado nesta pesquisa foi o Socionômico, cujas técnicas – instrumentos e recursos – foram descritas e apresentadas no relato de experiência, à luz das teorias correspondentes. Foram realizadas para tal 10 (dez) sessões de psicoterapia psicodramática. Aqui se desenrolou uma pesquisa-ação pela implicação direta da terapeuta que, junto ao cliente, conforme aponta Moreno (1959/1983), embarca numa ação conjunta. Perazzo (2010) também destaca a respeito da implicação da terapeuta na prática clínica em si, como também no processo de pesquisa em psicodrama, a saber, a pesquisa qualitativa, em que a relação terapeuta-cliente é também objeto, afinal, ambos são sujeitos de ação, numa relação dialética cocriada.

Como objetivo geral, este trabalho buscou demonstrar a importância da conscientização corporal para a efetivação da prática psicodramática. Teve como objetivos específicos apresentar a conceituação do corpo como elemento ativo no aqui e agora; relatar um estudo de caso em que se utilizou como método a pesquisa qualitativa, pesquisa-ação-intervenção, com implicação direta da psicoterapeuta; e analisar de que forma a conscientização corporal pode auxiliar no manejo terapêutico.

Os encontros que abarcaram as dez sessões realizadas aconteceram no consultório particular da pesquisadora. O cliente é um sujeito do sexo masculino, de 27 anos (no período da observação), ensino superior completo e em exercício de função relativa ao mesmo. Ao final deste trabalho, na seção Anexos, encontra-se o TCLE, Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, de acordo com o Manual para Elaboração do TCC, organizado pela PROFINT, escola de Psicodrama à qual esta escrita se apresenta como requisito para obtenção do título de especialista.

É importante salientar que, enquanto terapeuta, a pesquisadora é antes um indivíduo que interpreta. Portanto, tudo o que está posto como resultado e análise teórica diz respeito não só ao caminho trilhado no consultório, como também à caminhada da terapeuta diante das várias escolhas que se colocaram em seu caminho, como a decisão que tomou de estudar a fundo o conteúdo do Psicodrama, que resultou na pós-graduação, cujo trabalho de conclusão de curso está aqui se delineando. Afinal, como bem o disse Jung (2016, p. 21), “há aspectos inconscientes na nossa percepção da realidade” e na escolha do tema e das palavras escritas há implicação direta dessa vivência.

No desenrolar das sessões psicodramáticas, conforme aponta Freire (2000), o sujeito passa a expressar suas emoções e a tomar consciência destas como lhes sendo próprias. É sabido, no entanto, que o psicodrama não tem a pretensão de ser a abordagem reveladora do

todo da psique, uma vez que, conforme aponta Jung (2016, p. 22), “nossa psique faz parte da natureza, e o seu enigma é, igualmente, sem limites”.

CAPÍTULO III. RELATO E PROCESSAMENTO TEÓRICO DA EXPERIENCIA

J., 27 anos, sexo masculino, mora sozinho em Aracaju, pois os pais vivem no interior do estado. Primeira vez em psicoterapia, que durou um total de 10 (dez) sessões, entre janeiro e março de 2018. O processo foi curto e precisou ser interrompido devido a complicações de saúde de seu pai, como informado previamente pelo cliente. Apesar disso, considera-se que houve extremo aproveitamento das sessões e verdadeira disposição para encarar-se, conhecer suas mazelas e transformá-las em elementos de desenvolvimento de potencialidades.

A escolha de utilizar a palavra cliente neste relato em lugar de paciente, mais comumente utilizado, dá-se pelo entendimento de que em psicoterapia, há dois sujeitos ativos na troca de informações, emoções e elementos de saúde e que, para além disso, há um contratante e uma contratada pelos seus serviços, neste caso, de psicóloga. Moreno (1959/1983) apontou esta qualidade da relação terapêutica ao escrever que “dois indivíduos com experiências pregressas diversas, com expectativas e papéis diferentes” encaram-se e colocam-se neste espaço (*setting* terapêutico) com maior ou menor grau de disposição, o que depende de múltiplos fatores, não apenas da condição de ser uma parte a terapeuta e outra, o cliente.

Desde o início, J. mostrou-se envolvido e empenhado com as questões do processo terapêutico, o que facilitou o seu desenvolvimento e consequentes avanços em direção à

tomada de formas mais espontâneas de relacionar-se. Como expectativa para o caminho na terapia, apresentou o autoconhecimento como ponto chave, acompanhado de um desejo de conseguir ser capaz de desprender-se dos seus medos, principalmente no tocante às relações interpessoais que, segundo este, mereciam uma forma mais aberta de comunicação dos sentimentos e sensações. Foi acolhida prontamente esta questão para o trabalho, entendendo o que Almeida (2006) salienta sobre a experiência humana, em que cada indivíduo, apesar de único e independente, por estar em sociedade, precisa relacionar-se o tempo inteiro em um processo mútuo.

Chegou à *sessão inicial* com uma queixa explícita de dificuldades de relacionamento, o que abrange as relações com a família, namorada, amigos e colegas de trabalho, sendo estes últimos a atual preocupação do cliente. Neste primeiro momento, o seu corpo em muito se assemelhava com uma armadura, que não repele, mas protege quem está embaixo dela, algo necessário em combates nos quais não se conhece ainda o inimigo, ou mesmo em situações em que se sabe que o inimigo é maior ou mais potente. Sua postura corporal demonstrou alguém que oscila entre a confiança e a descrença, o que se mostrou real em sessões posteriores, à medida que J. realizou explanações de como se comporta em suas relações. Tal observação, como as demais relacionadas às posturas e expressões corporais, foi feita com base nas afirmações de Weil (1986) que destaca os sinais que o corpo aponta para pensamentos e emoções do sujeito.

Moreno (1959/1983) afirma que o homem pode estar inicialmente tão rígido em relação às estruturas sociais e ambientais ao seu redor, bem como pode demonstrar no corpo essa rigidez. Weil (1986) concorda, ao demonstrar em um esquema simples, que o homem é um conjunto consciente das três esferas que o compõem: boi ou abdômen, que revela a vida instintiva e vegetativa; leão ou tórax, vida emocional; e, por fim, águia ou cabeça, que representa a vida intelectual e espiritual. J. contou que sempre se sentiu mais distante e

retraído do que as demais pessoas de seu convívio, e que, nas poucas vezes em que se sentiu tranquilo e confortável para confiar e ter relações mais próximas e verdadeiras, sua confiança fora traída e ele desencorajado a tentar estabelecer novos laços. A respeito dessas situações, ocorridas há alguns anos, sente que as tristezas e decepções vivenciadas influenciam no presente a sua forma de interagir com as pessoas, o que inclui mesmo a relação amorosa, que ainda é um centro de expressão da espontaneidade, segundo relatado pelo cliente com outras palavras e adaptado à análise aqui realizada, à luz da teoria psicodramática.

Tivera uma infância tranquila, na cidade do interior em que ainda residem os pais. Contou que sua mãe sempre fora bastante rígida e isso é algo que o acompanha mesmo na vida adulta. A correlação entre a rigidez demonstrada pelo sujeito e a rigidez de seu entorno, de que fala acima Moreno (1959/1983), se desenha no corpo de J. desde esta primeira sessão, na qual foi permitido que expressasse ao máximo a sua realidade, antes de propor qualquer tipo de relaxamento. Aqui, pensando o relato verbal como uma forma de aquecimento inespecífico e tendo a sessão inicial como um momento de acolhimento das queixas e demandas do sujeito, além de estabelecer com o cliente um contrato terapêutico, foram colhidos dados sobre a sua história pregressa de vida, desenhando um caminho que perpassa pela infância, adolescência e elementos importantes de sua vida adulta, incluindo os dias que antecederam a sessão.

Ainda sobre a sua infância, contou sobre a habilidade de desenhar, que lhe servia como um escape para as situações em que não sentia conforto. Trouxe dois tios como pessoas importantes para essa época: um deles dera-lhe muitos gibis de presente, o que o incentivou na leitura e no gosto pelo desenho, ainda mais fomentado por este outro tio que também desenvolvera a habilidade para essa arte.

Ao contar sobre a adolescência, relatou o aparecimento do sentimento de exclusão. Via-se mais tímido do que os demais de mesma idade e, por conta dessa timidez, não conseguia lidar de outra forma com essa questão. Ainda na adolescência, começou a trabalhar, ao tempo em que também estudava, até o momento em que foi imprescindível escolher entre o emprego (no interior) e o curso (em Aracaju). Outra de suas questões diz respeito ao peso dessa escolha, no tocante à distância física que se estabeleceu entre J. e a sua família, desde que passou a viver na capital do estado, sentimento revisitado em outras sessões e principalmente nas últimas, o que culminou no afastamento de J. devido à necessidade de dedicar-se mais ao pai.

Na primeira sessão, portanto, foram realizados os seguintes passos iniciais, conforme sugeriu Dias (1987) para o início da terapia: o primeiro contato fora realizado através de uma rede social em que a psicoterapeuta faz a divulgação de seus serviços, cumprindo os cuidados propostos no Código de Ética profissional da psicologia, construído pelo CFP (2005), no tocante à exposição dos serviços para a sociedade. A entrevista inicial foi realizada, além do contrato terapêutico.

Na *sessão nº 02*, falou sobre a importância de ter ouvido de pessoas próximas o incentivo com relação ao seu ingresso no processo de psicoterapia, o que o fez sentir-se mais seguro nesse terreno, algo novo em sua vida. J. era cético no início [sic], mas sentiu o quanto falar sobre como se sente modifica esses sentimentos, o que confirma a afirmação feita acima de que a verbalização/narração serve como aquecimento inespecífico para sessões seguintes.

Dias (1996) subdividiu a técnica pensada por ele e Fonseca Filho e aprimorada posteriormente, o Psicodrama Interno, em duas vertentes: Psicodrama Interno e Dramatização Internalizada. No primeiro, se trabalha muito com as imagens/mensagens internas simbólicas e evitam-se racionalizações, portanto, não se direciona consignas que possam resultar em

material racionalizado, para que o cliente acesse aquilo que foi por ele esquecido ou “guardado”, o que Dias (1996) chama de Material Excluído. Dramatizações internalizadas seguem o percurso das dramatizações em cena aberta, apenas correspondendo ao caráter interno, com o cliente geralmente sentado ou deitado confortavelmente. As dramatizações também trabalham com o Material Excluído, mas manejam também com possíveis elementos racionais que podem surgir.

Em dramatização internalizada realizada com J., alcançamos cenas retrógradas em sua vida, nas quais se sentiu nervoso diante da necessidade de falar com pessoas desconhecidas e/ou mesmo de resolver situações conflituosas com pessoas de seu convívio. Isto tornou evidente uma falta de desempenho espontâneo por parte do cliente. Esta foi uma sessão satisfatória, tanto pela técnica empregada, quanto pelo alcance de J. em relação a questões de sua dificuldade de relacionamento interpessoal que, embora velha conhecida, pode ser também apreciada de outros ângulos e vista como maleável e passível de transformações.

Em *sessão nº 03*, aproveitando a alta capacidade de imaginação ativa do cliente, foi proposto um jogo dramático que, segundo Ramalho (2011), é o tipo de jogo que expressa um conflito a ser encerrado com uma resolução dramática do tema, em um momento da terapia em que o cliente já experimentou bastante e está capaz de jogar com a criatividade-espontaneidade. Considerando que era a apenas a terceira sessão, talvez tenha sido uma proposta precoce, mas para o psicodrama as surpresas nunca são finitas, assim como foi surpreendente o resultado desta aplicação para o desenrolar do processo terapêutico.

Os jogos dramáticos, de acordo com a classificação de Cukier (1992), podem ser divididos em jogos explorativos, experimentos e jogos elaborativos, em cujo rol encontra-se a técnica Baú de Fantasia, que assim como a técnica semelhante Vestir Fantasia, busca encontrar a matriz da conduta defensiva e modificar tal conduta. Deve ser aplicada em sessões

em que o cliente encontra-se bem, sem muitos conteúdos a trabalhar. Realizamos esta técnica em dramatização internalizada semi-guiada, conforme a disponibilidade do cliente, que ainda não estava completamente à vontade neste terreno novo para ele. A aplicação desta técnica foi de grande importância para inserir J. em um universo em que fantasia e realidade podem misturar-se à vontade, de maneira protegida e segura.

Além disso, foi possível a inversão de papéis, através do manejo com a exploração dos personagens que surgiram dos esconderijos psíquicos de J., o que proporcionou a experimentação de outros lugares, sentimentos e vivências. O cliente pode também reconhecer elementos seus em cada um dos personagens encontrados no baú. Considerando que, como apontou Moreno (1959/1983), é indispensável a utilização da exploração das relações através da técnica da inversão de papéis, e que o maior ou menor grau de facilidade para tomar o papel de outrem indica como está o fator espontaneidade, foi considerado este um elemento saudável e em desenvolvimento crescente, em direção à tomada de papéis fora do *setting* terapêutico.

Nesta sessão também, J. pode reconhecer e expressar um importante sentimento, que se revelou presente nas relações que estabelecera até ali: não se sentia à altura dos outros [sic] e, conforme relatado mais tarde, isso o impedia de desenvolver-se, mostrar-se e experimentar sem receios as linhas que se firmam no conviver com outros (mundos), semelhantes e diferentes.

J. chegou tranquilo à *sessão nº 04*, sua expressão corporal não mais revelava a tensão e desconfiança dos dois primeiros encontros, e mesmo os músculos da face demonstravam que se firmava ali uma relação de confiança e vínculo terapêutico positivo, retratados em um sorriso de fácil motivação. Afinal, como aponta Cukier (2015), concordando com o pensamento de Moreno, o processo terapêutico deve-se ao desenrolar do encontro terapêutico,

quando o fator tele começa a aparecer como o *insight* verdadeiro de J. a respeito da conduta ética da terapeuta, indicativo de tele, segundo Moreno (1959/1983).

Revelou ter se sentido tocado por aquilo que foi vivenciado na sessão anterior e pelo conteúdo com o qual se deparou. Foi solicitado que J., utilizando massas de modelar, tentasse concretizar o que da sessão anterior continuava reverberando dentro de si. A partir dessa consigna, surgiram os seguintes elementos: tapa olhos de pirata, faca/punhal, colher, copo de madeira, hóstia, montanha, barco, perna de pau e cruz, todos materializados em massa de modelar de cores diversas. Após esse momento, chegara a hora de vivenciar cada um deles, explorando a realidade suplementar do cliente.

O aquecimento inespecífico corporal, no qual o cliente pode examinar cada parte do seu corpo com a atenção concentrada, promoveu inicialmente relaxamento e, mais adiante, a consciência de áreas em que a tensão era maior, além do conhecimento vivencial a respeito das sensações que cada elemento fomentava em seu corpo. Massaro (1996) aponta para a importância/utilidade do corpo como abertura entre o nível real e o virtual. Foi possível, neste experimento, promover a J. a experimentação no papel de cada um desses elementos, transformados em personagens e entrevistados individualmente. No compartilhar desta mesma sessão, J. pode expressar verbalmente o que cada personagem possui que lhe é coerente, como algo seu. Enxergou a hóstia e a montanha como pontos de identificação de suas questões – aprofundamento trabalhado em uma sessão posterior.

Na *sessão nº 05*, após expressão verbal sobre como se sentiu durante a semana que passou, foi solicitado a J. uma linha do tempo em que constassem momentos e situações de sua história pregressa e atual cujos sentimentos se alinhasssem aos elementos que receberam maior destaque no compartilhar da sessão anterior, a saber: a hóstia e a montanha, respectivamente, representando a característica do importante e arrogante e a característica do

silencioso, ambas sugeridas como tal e aceitas posteriormente pelo cliente como características próprias, em ambientes e relações distintas.

De acordo com o decorrer das sessões, estava próximo o momento de trabalhar com os papéis reais que o cliente desenvolve no cotidiano. Durante a *sessão nº 06*, prosseguiu-se a investigação destes elementos que marcaram as sessões de nº 04 e 05, e marcaram para o processo de psicoterapia, a tomada de consciência de formas de expressão e de sentimentos recorrentes. Nesta sessão, foram criados dois personagens utilizando-se das características descobertas (citadas acima) através dos elementos hóstia e montanha, e permitidos pelo uso da imaginação ativa.

A *sessão nº 07* foi considerada uma das mais significativas e movimentadoras de mudanças. Logo ao início, J. mostrou-se inquieto. O que se destacava em sua postura corporal era a mesma reticência do início do processo, não mais pela falta de confiança, mas desta vez pelo incômodo em sua forma de agir fora do *setting* terapêutico. Relatou que gostaria de ser diferente no desempenho de alguns papéis, o que foi entendido como uma necessidade de fazer ver e conhecer cada nuance do ser-em-relação. Mais uma vez, o aquecimento inespecífico partiu da urgência em se tornar presente o cliente. O ponto facilitador é o corpo, para fazer experimentar as sensações que dão vida aos sentimentos. A conscientização corporal mais uma vez entrou em “cena” como aquecimento inespecífico para a preparação do cliente em direção ao ingresso em seu psiquismo.

Como ressaltou Dias (1987), a vivência e experimentação do psiquismo caótico e indiferenciado é o primeiro passo em direção à integração deste à parte mais sadia, por assim dizer, o psiquismo organizado, integração esta responsável pelo processo de amadurecimento e desenvolvimento pessoal mais promissor. Freire (2000) também aponta para o trabalho com o corpo como uma urgência e possibilidade maior, visto que, conforme a sua divisão, existem

três momentos do corpo, correspondentes aos papéis definidos por Moreno (1975/2016): psicossomáticos, sociais e psicodramáticos.

Para Freire (2000, p. 13), o corpo parcial (“sinto, logo sou”) é correspondente à fase dos papéis psicossomáticos, enquanto o corpo pessoal (“penso, logo existo”) está atrelado ao desempenho dos papéis sociais e à fase de desenvolvimento das relações; já o corpo simbólico (“percebo, logo crio”) corresponde àqueles papéis caracterizados como psicodramáticos. Ressalta que o corpo contém uma carga de verdade inconsciente que busca sua expressão, o que destaca mais uma vez a importância de provocar esta conscientização a respeito tanto da imagem real quanto das possibilidades simbólicas que o corpo oferece ao sujeito.

Ainda sobre a sessão nº 07, foi possível, após o aquecimento com o auxílio da conscientização corporal, propor ao cliente a dramatização de seus papéis, de forma internalizada, considerando o mesmo aquecimento e a facilidade de se trabalhar de forma mais interiorizada do que jogada em cena. O Esquema de Papéis, conforme estrutura demonstrada por Cukier (1992), corresponde ao jogo em que o cliente é convidado a expor seus papéis, atuar em cada um deles de acordo com a entrevista no papel, e a entender a inter-relação entre todos eles. O cliente conseguiu elencar os seguintes papéis: filho, namorado, amigo, irmão e estudante. Após apresentar-se em cada um deles, revelou que o seu papel de estudante, que corresponde também ao de profissional, tem sufocado um pouco os outros [sic]. Trabalhamos com a possibilidade de, aos outros papéis, ser incorporada a capacidade de concentração e dedicação deste papel. Foi perceptível a importância desta sessão para o desenvolvimento do cliente nos demais papéis sociais que ocupa e desempenha em sua trajetória.

Após o jogo de papéis realizado nesta sessão, J. chegou à *sessão nº 08* com a seguinte afirmação a respeito da proposta do encontro anterior: “talvez o exercício que mais me abriu

para ter uma visão panorâmica sobre as coisas” [sic]. Neste dia, em dramatizações internalizadas, atuou em cenas nas quais se sentiu nervoso e chateado, a exemplo das vezes em que saiu com os colegas de trabalho e não se sentiu confortável ou satisfeito com relação ao estilo do local por eles escolhidos. No momento do compartilhar, importante fase da sessão psicodramática, momento em que a catarse de integração pode ou não ocorrer, o cliente afirmou ainda não se sentir pronto para convidar os colegas a um local em que goste de ir e se sentir dessa forma responsabilizado, no caso de eles não aprovarem o local. Foi conversado sobre a possibilidade de essa recusa a uma tomada de responsabilidade estar apontando para o baixo grau atual de auto-estima de J., ao que terapeuta e cliente concordaram. Como tarefa diretiva, foi proposto que durante a semana que se passou entre a sessão atual e a próxima, ele pudesse realizar um convite aos colegas do trabalho para um lugar correspondente ao seu gosto pessoal.

Mais uma vez, a questão da dificuldade de relação interpessoal de J. apareceu como tema da sessão. O desconforto diante do outro, o medo de se expor e ser rejeitado ou julgado. Nesse momento, a correlação entre sentimentos foi revisitar a relação com a mãe do cliente. O que pode ser percebido foi a reparaçãõ do receio diante do possível julgamento do outro, o que em muito corrobora o que fora apontado por Cukier (2015) a respeito das queixas atuais dos clientes que, segundo ela, são o resultado das defesas infantis.

Conforme apontado acima, a mãe de J. sempre fora muito dura e seus pais pouco ou nada valorizaram suas criações iniciais, os desenhos que o transportavam a um universo muito mais confortável do que a realidade. Perazzo (2010, p. 83) aponta para a “resposta defensiva que se transfere pelo efeito cacho a outros papéis sociais” seguindo as lógicas afetivas de conduta, a saber, quando o sujeito vivencia um papel no presente com base no que vivenciou em um papel semelhante nas primeiras relações, principalmente no tocante às relações primárias.

Ainda a respeito das lógicas afetivas de conduta, trabalhamos nas *sessões nº 09 e 10* as relações mais próximas do cliente. J. revelou estar sentindo uma melhora considerável em seu estado de ânimo, apesar da recente notícia sobre o estado de saúde do seu pai, que devido a algumas complicações, necessitou de internamento e ingresso em um processo cirúrgico. Como explicitado anteriormente, J. deixou a psicoterapia nesse momento.

CAPÍTULO IV. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Neste trabalho, foi ilustrada a importância da experiência de dramatização no aqui e agora, lugar único em que se é permitido viver e criar novas possibilidades, relativas a passado e/ou futuro e vividas somente no presente, conforme sugeriu Freire (2000), através do corpo. É isto o que permite importantes *insights* e consequentes explosões de atos criadores, expressão da espontaneidade do cliente.

Em todas as sessões, foi utilizado como aquecimento inespecífico o relato verbal do cliente, por entender que apesar de certa resistência inicial, J. se mostrou disposto a encarar seus leões desde o primeiro contato, anterior ao *setting* terapêutico, ainda no pedido por psicoterapia. No momento oportuno, a consigna de fechar os olhos por vezes permitiu a J. a experiência que ia se desenhando entre aquecimento inespecífico e específico, a conscientização corporal, processo que permitiu não apenas o conhecimento maior a respeito das sensações que o acometem, mas um consequente amadurecimento na relação consigo mesmo e com o seu corpo.

Pode-se pensar, relacionando os conceitos desenvolvidos neste trabalho, que ao embarcar verdadeiramente em uma experiência psicodramática, o cliente acaba por tomar consciência de si através da consciência de seu próprio corpo, o que promove maior abertura para a realidade suplementar e toda a potência contida neste espaço. Consciente de si e da realidade que lhe é própria, o sujeito é capaz de modificá-la, e de mostrar esta mudança no corpo.

Entre terapeuta e cliente, todo e qualquer movimento pode ser considerado como movimento existencial, visto que na relação cada papel tem o seu complementar, e estes, quando atuam de maneira criativa e espontânea, promovem a saúde satisfatória na inter-relação, através da cocriação e da coconstrução da realidade suplementar, facilitadas por um instrumento-ato, o corpo, cuja conscientização permite a abertura necessária ao psicodrama.

A pesquisadora/terapeuta, compreendendo as nuances do processo psicoterapêutico e as delicadezas do ser-no-mundo, e atenta aos sinais do corpo, preferiu caminhar devagar com o cliente, a fim de seguir os passos tímidos porém firmes que se foram delineando neste desbravar de inteirezas íntimas. Afinal, como lindamente firmado nas palavras de Almeida (2006, p. 103), o encontro clínico requer do psicodramatista “formas de intervenção técnica suaves, sem o furor curandis das dramatizações compulsórias”, isto é, o cuidado acima da técnica, para garantia de um encontro verdadeiro e tocante.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AGUIAR, Moysés. *Teatro Espontâneo e Psicodrama*. – São Paulo: Ágora, 1998.

ALMEIDA, Wilson Castelo de. *Psicoterapia aberta: o método do psicodrama, a fenomenologia e a psicanálise*. – São Paulo: Ágora, 2006.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA/CFP. *Código de Ética Profissional do Psicólogo*. / Brasília: CFP, 2005. Disponível em: <http://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2012/07/codigo-de-etica-psicologia.pdf>. Acessado em: 04 de julho de 2018.

CUKIER, Rosa. *Psicodrama Bipessoal: sua técnica, seu terapeuta e seu paciente*. – São Paulo: Ágora, 1992.

_____. *Sobrevivência emocional: as dores da infância revividas no drama adulto*. 6ª ed. – São Paulo: Ágora, 2015.

DETHLEFSEN, Thorwald. *A doença como caminho: uma visão nova da cura como ponto de mutação em que um mal se deixa transformar em bem*; tradução Zilda Hutchinson Schild. – São Paulo: Cutrix, 2007.

DIAS, Victor R. C. da Silva. *Sonhos e Psicodrama interno na análise psicodramática*. – São Paulo: Ágora, 1996.

_____. *Psicodrama: Teoria e prática*. – São Paulo: Ágora, 1987.

FONSECA, José. *Psicoterapia da Relação: elementos do psicodrama contemporâneo*. 2ª Edição. – São Paulo: Ágora, 1999.

FREIRE, Christina A. *O corpo reflete seu drama: somatodrama como abordagem psicossomática*. – São Paulo: Ágora, 2000.

JUNG, Carl G. [et al.] *O homem e seus símbolos*; [concepção e organização de Carl G. Jung] ; tradução de Maria Lúcia Pinho. – 3.ed.especial. – Rio de Janeiro: HarperCollins Brasil, 2016.

KELLERMANN, Peter. *Catarse*. In *O Psicodrama em foco*. – São Paulo: Ágora, 1992.

MARQUES, Mariana Garcia. *Consciência corporal: o que é?* / Revista Ensaio Geral, Belém, v.1, n.1, jan-jun, 2009.

MORENO, Jacob Levy. *Fundamentos do psicodrama*. [tradução de Maria Sílvia Mourão Neto ; revisão técnica de Paulo Alberto Topal]. – São Paulo: Summus, 1983. (Novas buscas em psicoterapia; v. 20)

_____, *Psicodrama*. – São Paulo: Cultrix; Edição: 10^a, 1975.

MORENO, Zerka T. *A realidade suplementar e a arte de curar* / Zerka T. Moreno, Leif Dag Blomkvist e Thomas Rützel. [tradução de Eliana Araujo Nogueira do Vale] – São Paulo: Ágora, 2001.

NAFFAH NETO, Alfredo. *Psicodrama: descolonizando o imaginário*. – São Paulo: Plexus Editora, 1997.

_____, *Psicodramatizar: ensaios*. – São Paulo: Ágora, 1980.

PERAZZO, Sergio. *Psicodrama: o forro e o avesso*. – São Paulo : Ágora, 2010.

RAMALHO, Cybele M. R. *Psicodrama e dinâmica de grupo*. – São Paulo : Iglu, 2011.

WEIL, Pierre. *O corpo fala: a linguagem silenciosa da comunicação não-verbal*. – Petrópolis: Vozes, 1986. – Ed. 59.

ANEXOS



TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO (TCLE)

Eu, _____, abaixo assinado, autorizo a PROFINT – Profissionais Integrados Ltda, por intermédio da psicóloga Bruna Santana Oliveira, CRP 19/2870, devidamente assistida pela sua orientadora Prof^(a) Cybele Maria Rabelo Ramalho e pela sua co-orientadora Prof^(a) Maria Cristina Cavalcante de Carvalho, a desenvolver estudo sobre sua prática em Psicodrama como pré-requisito para a obtenção do título de Especialista em Psicodrama.

- **Título do Estudo:** O corpo modifica o espaço: conscientização corporal como recurso para a efetivação da prática psicodramática
- **Objetivo geral:** Demonstrar a importância da conscientização corporal para a efetivação da prática psicodramática.
- **Descrição de procedimentos:** Foram realizados estudos bibliográficos a respeito das principais teorias e técnicas do psicodrama referentes ao caso, as técnicas empregadas no decorrer dos atendimentos e a conceituação de corpo e conscientização corporal, além da apresentação do caso aliado ao processamento teórico do mesmo.
- **Outras Informações:** A apresentação deste trabalho acontecerá no dia 13/julho/2018, na Profint.
- **Retirada do Consentimento:** O voluntário tem a liberdade de retirar seu consentimento a qualquer momento e deixar de participar do estudo, não acarretando nenhum dano ao voluntário.
- **Aspecto Legal:** Elaborado de acordo com as diretrizes e normas regulamentadas de pesquisa envolvendo seres humanos atende à Resolução nº 196, de 10 de outubro de 1996, do Conselho Nacional de Saúde do Ministério de Saúde, Brasília/DF.
- **Confiabilidade:** Os voluntários terão direito à privacidade. A identidade (nomes e sobrenomes) do participante não será divulgada. Porém os voluntários assinarão o termo de consentimento para que os resultados obtidos possam ser apresentados em congressos e publicações.
- **Quanto à indenização:** Não há danos previsíveis decorrentes da pesquisa, mesmo assim fica prevista indenização, caso se faça necessário.

ATENÇÃO: A participação em qualquer tipo de pesquisa é voluntária. Em casos de dúvida quanto aos seus direitos, entre em contato com a PROFINT, Rua Poeta José Sales de Campos, 794, Coroa do Meio, Aracaju/SE, Tel.: (79) 3021-0757.

Li e estou ciente das observações supracitadas. Caso necessário, autorizo com consentimento livre e esclarecido que seja produzido trabalho científico sobre estudo de caso respeitando sigilo da identidade: () Sim ou () Não

Aracaju, ____ de _____ de _____.

ASSINATURA DO VOLUNTÁRIO