

O incêndio das dores para cura do trauma

Carolina Arguelles Poletto - caroolpoletto@gmail.com¹

Cibele Neme Costa Mariani - cibeledemariani@hotmail.com²

Introdução

Em um sítio de ecologia e permacultura, localizado a uma hora da capital gaúcha, um coletivo com 9 pessoas teve sua casa incendiada. O êxodo urbano surgiu para este grupo, composto por amigos e familiares, como uma possibilidade de isolamento, preservação e segurança diante dos desafios da pandemia da Covid-19. Após vivido o grande trauma das chamas, recebemos a demanda de trabalhar os primeiros socorros emocionais do grupo a partir da metodologia sociopsicodramática. Na formação da nossa unidade funcional nos aquecemos com objetivo de proporcionar um espaço de transformação do cenário trágico do incêndio através da realidade suplementar, que segundo Moreno (2001), oportuniza ao grupo completar e curar o trauma vivido, de modo a integrar a experiência e abrir espaço para o novo.

Desenvolvimento

Na manhã da intervenção, a atmosfera no sítio era cinza, assim como o resíduo dos escombros, que haviam sido retirados no dia anterior. Uma garoa fina e densa compunha a tristeza que assolava o grupo. Estacionamos o carro em cima do antigo piso que sustentava a casa-sede. Iniciamos o aquecimento inespecífico embaixo de instalações provisórias a partir das apresentações pessoais, que diminuíram as fronteiras do contexto social e horizontalizaram as relações. Seguimos com o grupo explorando o corpo e ocupando espaços além do pequeno telhado que nos protegia.

A caminhada seguiu na direção dos significados que a casa-sede tinha para cada um. Estes foram expressos por estátuas seguidas de um som. Maximizamos cada som e o grupo ecoou os uivos, gritos e silêncios aprisionados nos seus interiores. Ainda em contato com as posturas e sons, pedimos que cada um escolhesse uma palavra que representasse o significado da casa e estas subdividiram-os em dois grupos: um deles concentrou as mulheres e as crianças e o outro os homens. Na etapa da dramatização, o primeiro grupo tornou-se uma grande fogueira que queimava sentimentos e sensações. Os pensamentos repetitivos, a falta de clareza e o desânimo foram alguns deles. Um menino de 6 anos trouxe seu medo para queimar e foi estimulado pela diretora a colocar mais intensidade e força na ação. Ao final do ato, o grupo riu, abraçou-se e os homens vieram compor a cena de união. A segunda cena iniciou com um dos participantes tentando apagar o incêndio com uma caneca. Outro caminhava demonstrando fazer muito esforço para carregar um grande saco branco, alternava entre segurá-lo nas costas e arrastá-lo pelo chão. Ao ser questionado do conteúdo simbólico do saco, disse ser a inércia e que queria queimá-la. Jogou o conteúdo no fogo, o que fez com que o outro rapaz parasse de tentar combater para, então, colocar no fogo a culpa que sentiu diante da impossibilidade de cessar do sofrimento do coletivo. A diretora perguntou o que mais a plateia gostaria de queimar. A ignorância, o abandono e a impotência foram incendiadas. A ego-auxiliar abaixou-se e começou a soprar a fogueira para potencializar a combustão das emoções geradas a partir do

¹ Psicóloga (PUCRS). Psicodramatista didata nível II/IDH e Especialista em Psicologia Positiva (PUCRS).

² Psicóloga (PUCRS), Pedagoga (UFRGS), Especialista em Infância e Adolescência com base no Sociopsicodrama (IDH) e Psicodramatista nível I (IDH).

incêndio. O grupo todo se uniu, de mãos dadas, formando uma roda em torno da fogueira e, assim, fortaleceu-se até o fogo cessar. No compartilhamento, os integrantes trouxeram sensações de alívio e leveza a partir das práticas expressadas na dramatização. Também enfatizaram a importância de espaços terapêuticos para o processo de elaboração do trauma coletivo.

Discussão

Segundo Levine (1999) as pessoas ficam traumatizadas por uma larga diversidade de acontecimentos e a intensidade do estresse vivenciado por cada indivíduo é o que indicará se o fato será ou não traumático. Kellermann (2010) apresenta aspectos terapêuticos ao trabalhar com o psicodrama com traumatizados. A metodologia permite que o protagonista reviva as experiências traumáticas em um ambiente seguro, concedendo a ele uma nova compreensão do que aconteceu para uma melhor elaboração dos conflitos. Como sugere Moreno (2001) e Kellermann (2010) a realidade suplementar torna-se potente para transformar cenários trágicos da vida, transformando o mundo subjetivo interno do traumatizado. Roine (2000) afirma que o protagonista tem a oportunidade, a partir do psicodrama, de vivenciar o trauma como um “participante ativo” mais do que como um “observador desamparado”. Como o trauma foi vivido como uma experiência grupal coletiva, o sociodrama da crise facilitou ao grupo o reajustamento a um novo estado de equilíbrio, transmitindo segurança às vítimas e ajudando-as a expressar seus sentimentos.

Considerações Finais

O encontro da manhã finalizou com alguns raios de sol surgindo, iluminando a espontaneidade dos integrantes e permitindo o contato com a sua potência. Resultados foram expressos através de um áudio enviado por uma porta-voz do grupo, indicando que eles saíram do encontro sentindo-se mais nutridos, energizados, leves, capazes e que “coisas saíram deles e foram trabalhadas”. A troca abasteceu e fortaleceu o grupo para dar início ao grande trabalho de reconstrução – ou seria uma nova construção? – de espaços físicos e emocionais de segurança. Desta forma, através da vivência sociodramática criou-se um tempo e espaço que permitiu o descongelamento perante o trauma e o contato com a espontaneidade criadora. O trabalho sociopsicodramático teve continuidade em três encontros subsequentes, nos quais o grupo pode elaborar questões relativas à rede sociométrica do coletivo e outros conflitos intrapessoais que surgiram a partir do incêndio.

Referências

- Kellermann, Peter Felix. Aspectos terapêuticos do psicodrama com traumatizados. In: Kellermann, Peter Felix; Hudgins, M. K. (orgs.) *Psicodrama do trauma: O sofrimento em cena*. São Paulo: Ágora, 2010.
- Levine, Peter A. *O despertar do tigre: curando o trauma*. São Paulo: Summus, 1999.
- Moreno, Zerka T., Blomkvist, Leif Dag, Rützel, Thomas. *A realidade suplementar e a arte de curar*. São Paulo: Ágora, 2001.
- Roine, Eva. A utilização do Psicodrama com vítimas de trauma. In: Kellermann, Peter Felix; Hudgins, M. K. (orgs.) *Psicodrama do trauma: O sofrimento em cena*. São Paulo: Ágora, 2010.

O incêndio das dores para cura do trauma

Carolina Arguelles Poletto¹
Cibele Neme Costa Mariani²

Introdução

Em um sítio de ecologia e permacultura, localizado a uma hora da capital gaúcha, um coletivo com 9 pessoas teve sua casa incendiada. Após vivido o grande trauma das chamas, recebemos a demanda de trabalhar os primeiros socorros emocionais do grupo a partir da metodologia sociopsicodramática. Na formação da nossa unidade funcional nos aquecemos com objetivo de proporcionar um espaço de transformação do cenário trágico do incêndio através da realidade suplementar, oportunizando ao grupo completar e curar o trauma vivido, de modo a integrar a experiência e abrir espaço para o novo.

Desenvolvimento:

Na manhã da intervenção, a atmosfera no sítio era cinza, assim como o resíduo dos escombros, que haviam sido retirados no dia anterior. Uma garoa fina e densa compunha a tristeza que assolava o grupo. Iniciamos o aquecimento inespecífico embaixo de instalações provisórias a partir das apresentações pessoais, que diminuíram as fronteiras do contexto social e horizontalizaram as relações. Seguimos com o grupo explorando o corpo e ocupando espaços além do pequeno telhado que nos protegia.

A caminhada seguiu na direção dos significados que a casa-sede tinha para cada um. Estes foram expressos por estátuas seguidas de um som. Maximizamos cada som e o grupo ecoou os uivos, gritos e silêncios aprisionados nos seus interiores. Ainda em contato com as posturas e sons, pedimos que cada um escolhesse uma palavra que representasse o significado da casa e estas subdividiram os em dois grupos: um deles concentrou as mulheres e as crianças e o outro os homens. Na dramatização, o primeiro grupo tornou-se uma grande fogueira que queimava sentimentos e sensações. Os pensamentos repetitivos, a falta de clareza e o desânimo foram alguns deles. Ao final do ato, o grupo riu, abraçou-se e os homens vieram compor a cena de união. A segunda cena iniciou com um dos participantes tentando apagar o incêndio com uma caneca. Outro caminhava demonstrando fazer muito esforço para carregar um grande saco branco. Ao ser questionado do conteúdo simbólico do saco, disse ser a inércia e que queria queimá-la. Jogou o conteúdo no fogo, o que fez com que o outro rapaz parasse de tentar combater para, então, colocar no fogo a culpa que sentiu diante da

impossibilidade de cessar do sofrimento do coletivo. A diretora perguntou o que mais a plateia gostaria de queimar. A ignorância, o abandono e a impotência foram incendiadas. A ego-auxiliar abaixou-se e começou a soprar a fogueira para potencializar a combustão das emoções geradas a partir do incêndio. O grupo todo se uniu, de mãos dadas, formando uma roda em torno da fogueira e, assim, fortaleceu-se até o fogo cessar. No compartilhamento, os integrantes trouxeram sensações de alívio e leveza a partir das práticas expressadas na dramatização.

Discussão:

Segundo Levine (1999) as pessoas ficam traumatizadas por uma larga diversidade de acontecimentos e a intensidade do estresse vivenciado por cada indivíduo é o que indicará se o fato será ou não traumático. Kellermann (2010) apresenta aspectos terapêuticos ao trabalhar com o psicodrama com traumatizados. A metodologia permite que o protagonista reviva as experiências traumáticas em um ambiente seguro, concedendo a ele uma nova compreensão do que aconteceu para uma melhor elaboração dos conflitos. Como o trauma foi vivido como uma experiência grupal coletiva, o sociodrama da crise facilitou ao grupo o reajustamento a um novo estado de equilíbrio, transmitindo segurança às vítimas e ajudando-as a expressar seus sentimentos.

Considerações Finais:

O encontro da manhã finalizou com alguns raios de sol surgindo, iluminando a espontaneidade dos integrantes e permitindo o contato com a sua potência. Resultados foram expressos através de um áudio enviado por uma porta-voz do grupo, indicando que eles saíram do encontro sentindo-se mais nutridos, energizados, leves, capazes e que “coisas saíram deles e foram trabalhadas”. A troca abasteceu e fortaleceu o grupo para dar início ao grande trabalho de reconstrução de espaços físicos e emocionais de segurança. Desta forma, através da vivência sociodramática criou-se um tempo e espaço que permitiu o descongelamento perante o trauma e o contato com a espontaneidade criadora. O trabalho sociopsicodramático teve continuidade em três encontros subseqüentes, nos quais o grupo pode elaborar questões relativas à rede sociométrica do coletivo e outros conflitos intrapessoais que surgiram a partir do incêndio.

Referências:

- Kellermann, Peter Felix. Aspectos terapêuticos do psicodrama com traumatizados. In: Kellermann, Peter Felix; Hudgins, M. K. (orgs.) *Psicodrama do trauma: O sofrimento em cena*. São Paulo: Ágora, 2010.
- Levine, Peter A. *O despertar do tigre: curando o trauma*. São Paulo: Summus, 1999.

¹ Psicóloga (PUCRS). Psicodramatista didata nível II (IDH) e Especialista em Psicologia Positiva (PUCRS).

² Psicóloga (PUCRS), Pedagoga (UFRGS), Especialista em Infância e Adolescência com base no Sociopsicodrama (IDH) e Psicodramatista nível I (IDH).