

O meu psicodrama: construções do papel de psicodramatista

Gabriela Pereira Vidal - gabrielavidaal@gmail.com

Resumo

O novo e o velho são opostos em grande maioria divergentes. Na construção do papel de psicodramatistas, por vezes olhar para os grandes teóricos assusta aqueles que ainda engatinham nessa jornada. Nesse ensaio teórico pretende-se compreender o processo de tornar-se um psicodramatista utilizando a teoria moreniana e pós moreniana. Nesse processo é possível perceber as etapas do papel, mas também possíveis conservas que podem contribuir/permitir novas criações.

Palavras chave: psicodrama, psicodramatista, socionomia, papel.

Introdução

Ser jovem ou novo em algo parece carregar dois sentimentos principais: a euforia em relação ao aprendizado e a cobrança de não conseguir. Por ser o psicodrama uma teoria que recém completou seu centenário, muitos dos psicodramatistas famosos atualmente estiveram aprendendo diretamente com Moreno e Zerka e nos contam essas histórias nos congressos, livros e workshops. Olhando essas figuras tão cheias de bagagem teórica e técnica, nós, os jovens, vivemos um misto de sentimentos: alguns positivos de admiração, respeito, gratidão e afeto; e sentimentos opostos como cobrança, insuficiência ou medo.

Sobre o psicodramatista, inicio esse texto baseada na metáfora de Merengué (2001, p.123):

O despojamento faz do psicodramatista um viajante, usando uma poética imagem oriental, que carrega uma luz nas costas, como se fosse uma mochila. A luz apenas ilumina o caminho percorrido, e pouco ajuda no que encontra pela frente. Trilha sempre pela ambigüidade e a incerteza, levando poucos instrumentos. Caso estivesse excessivamente equipado, seria um grande técnico, talvez um sábio. Este excesso pode chamar-se conserva cultural.

Esses sentimentos fazem parte da formação da maioria dos psicodramatistas, porém em níveis diferentes. Mas quando podemos nos considerar psicodramatistas? Completar o nível 1 nos deixará prontos para a direção? Somos menos psicodramatistas por não dramatizar em todas as sessões? Fato é que no processo de formação (e por vezes depois dele) muitas dessas questões

reverberam em nossos pensamentos. Essas são questões familiares a mim, mas também aqueles que me rodeiam nos grupos psicodramáticos de aula, estudos, psicoterapia ou supervisão. Lanço-me aqui como uma viajante e pretendo neste ensaio teórico compreender o processo de tornar-se um psicodramatista.

Que teoria?

A teoria de papéis, proposta por Moreno (1975) conceitua que os papéis constituem unidades que estruturam e ordenam as pessoas e a maneira como estas se colocam nos diversos contextos. De acordo com Moreno (1975) são três as categorias de papéis: os psicossomáticos, os sociais e os dramáticos. Os psicossomáticos, são os primeiros a surgir, na fase de indiferenciação e são relacionados às funções e necessidades vitais do ser humano. Diante disso estes papéis estão ligados às funções fisiológicas: comer, respirar e outras. Os papéis psicossomáticos servirão de base para os demais: psicodramáticos e sociais. Além disso, em virtude da conexão com as necessidades fisiológicas, são também relacionados ao clima afetivo e emocional trazido pelos egos-auxiliares primários da criança, que podem satisfazer ou não suas necessidades (Cuzin, 2008).

Em um segundo momento surgem os papéis sociais, diante da realidade social na qual a criança estiver inserida. Essa criança incorpora os papéis conforme se insere ou é inserida no mundo e na sociedade de maneira geral. Surgem papéis sociais na família, como filho e irmão; na escola, como aluno e colega; e em todos os outros contextos sociais pelos quais a criança passar (Bustos, 1990; Cuzin, 2008).

Por fim, os papéis psicodramáticos são ligados a personificação de coisas reais ou irreais, imaginadas ou idealizadas. Perazzo (2019) sobre estes, descreve a função dos papéis psicodramáticos de resgatar o papel imaginário não atuado, servindo de ponte entre o papel imaginário e os sociais. Bustos (1990, p. 101) descreve que estes surgem quando “os estereótipos sociais se unem ao desempenho espontâneo”.

A vivência humana dos papéis passa por algumas etapas. A primeira, é a tomada ou aceitação do papel, chamada role-taking, na qual a pessoa desempenha este de maneira convencional ou padronizada, espelhando-se em um modelo, sem suas características pessoais. Em seguida, no role-playing, o indivíduo começa a desempenhar o papel algum grau de liberdade, brincando e experimentando mais. Por fim, o role-creating, é a etapa na qual o ocorre o auge do processo de criação, e o indivíduo consegue utilizar de sua espontaneidade para criar neste papel (Cuzin, 2008).

Outra compreensão importante na teoria de papéis é a de que todo papel possui um papel complementar ou contra papel. Uma mãe, tem um filho, um professor tem um aluno e assim por diante (Bustos, 1990). Diante disso, o papel e o papel complementar constituem as relações e ao mesmo tempo a identidade do indivíduo.

Um psicodrama, vários psicodramas e o meu psicodrama

Literalmente “um”. De forma geral, nos é apresentado um estilo de direção, uma das formas de se dirigir psicodrama. Para alguns foi um professor de graduação, para outros um workshop com um psicodramatista famoso ou mesmo em um trabalho em uma empresa/escola/instituição a qual frequentamos. Essa primeira referência se torna uma conserva cultural desse papel, trazendo características e formas de condução que enquanto aprendizes utilizamos no processo de *role-taking*. A conserva cultural “é memória de um momento criativo, puro resultado de uma clareira no fluxo do tempo” (Merengué, 2009, p.106).

Porém, muitas vezes junto com a atuação e tentativa de uso da teoria e técnicas psicodramáticas, vem o misto de sentimentos novamente. A comparação com aquela conserva que nos foi apresentada de “como fazer psicodrama” se une a essas adversidades, gera uma sensação de insegurança por vezes paralisadora e que pode inclusive impossibilitar a continuidade da evolução desse papel. Muitos nesse momento desistem da formação em psicodrama, travam na escrita da monografia ou começam a usar outras teorias. Mas aqui proponho que possamos pensar como psicodramatistas (que somos, eu e você leitor) e munidos da teoria de papéis para refletir sobre a construção do papel de psicodramatista.

Um psicodramatista que se mantém tentando dirigir uma cena no estilo daquele que lhe inspira pode se sentir bem assim? Pode. Apesar de o *role taking* ser uma fase inicial na qual se repete o modelo, isso não quer dizer que aquele que está repetindo não fará boas direções e será um bom psicodramatista. O que normalmente ocorre é que chega um momento no qual esse estilo de direção passa a não ser o suficiente ou mesmo possível, o que nos leva a próxima etapa.

Passamos ao *role playing*, a possibilidade de jogar. Nesse momento há um certo grau de liberdade, permitindo o surgimento de experimentação no papel. Mas no papel de psicodramatista, que experimentação é essa? Conversando com professores, amigos e colegas, de forma geral após o primeiro contato e início da formação, todos eles passaram a experimentar mais e mais do psicodrama. Essa experimentação foi permitindo a eles novos usos da teoria e prática psicodramática.

Se na tomada de papel conhecemos **um** psicodrama, nessa fase surgem os **vários** psicodramas. Vivenciar a prática da socionomia nos mais diversos formatos, parece trazer certo grau de liberdade para ser o psicodramatista que quisermos. Se permitir experimentar diversas formas de direção faz com que vejamos o funcionamento de cada um, as escolhas do diretor, quais combinam com o nosso estilo ou não e assim por diante. Encontrando novas identificações (e também não identificações) podemos enfim criar.

No *role creating* ocorre o auge do processo de criação e é possível utilizar da sua espontaneidade para criar no papel que desempenha. Isso não anula suas referências, de forma alguma, mas permite que mesmo com essas referências, cada um possa criar sua forma de desempenhar aquele papel, utilizando recursos, linguagens e outras características suas. Nesse momento a teoria que baseia as direções já faz parte de quem você é e assim você se permite pensar nos recursos ou possibilidades para aquele que está confiando em você, seja uma pessoa ou grupo, e conduzir uma intervenção psicodramática baseada na teoria, mas do seu jeito.

Algumas conservas

Esse psicodramatista, então, não pode contentar-se com muitas verdades. Apenas algumas, necessárias para a sobrevivência imediata. Mais rico será na medida em que conseguir percorrer lugares diversos, caminhar por novos espaços. Essa mescla, miragem de informações, território de ficção-que-pode-ser-real é a meta (Merengué, 2001).

Imagino que talvez você leitor possa ainda não estar no momento da criação e que esse texto seja uma das conservas que lhe são apresentadas. Justamente por isso, deixo aqui algumas que podem lhe auxiliar nesse caminho, baseadas nos conceitos morenianos, mas também nos psicodramatistas que conheci e em suas histórias.

A primeira delas se baseia no papel complementar conforme proposto na teoria, já que todo papel possui um contra papel (Bustos, 1990; Moreno, 1975). Isso nos leva a percepção de que o psicodramatista (aquele que usa do psicodrama) tem alguém (pessoa ou grupo) que o complementa. Parece óbvio, mas por vezes não é. Um psicodramatista iniciante pode na tentativa de usar a técnica correta esquecer a quem está complementando, isso acontece em muitos momentos pela não percepção de papel e contra papel. Quando se é um aluno de nível 1, é importante esquecer a relação aluno-supervisor por exemplo, para estabelecer a relação diretor-protagonista, para que possamos nos dedicar a auxiliar o sujeito ou grupo na ação ao invés de buscar a execução de técnicas para orgulhar seu supervisor.

É também de extrema importância que tenhamos referências de todo tipo. Direções magníficas, com grupos participativos e que produzem resultados importantes são maravilhosas para que possamos ver a potência do psicodrama, perceber o manejo do diretor, entender suas escolhas e formas de condução. Na mesma medida, direções com participantes resistentes, possibilitam também um aprendizado gigante principalmente em relação a não perfeição.

Outro ponto importante é que de acordo com Moreno (2008, p.95), “todo papel é a fusão de elementos privados e coletivos”, ou seja, há uma interferência de conservas culturais da sociedade (psicodramática ou não) que constitui também o papel. Justamente por isso, dependendo do espaço onde estamos atuando, das relações que estabelecemos e outros fatores, pode ser que tenhamos que agir de formas diferentes nesse papel. Essas adaptações são bastante comuns na prática, quando estamos dirigindo um grupo que já conhece psicodrama o diretor pode se sentir mais ou menos tranquilo do que em um grupo que nunca vivenciou algo semelhante por exemplo.

Cabe ainda dizer que por traz das técnicas psicodramáticas há uma grande teoria que as embasa. Quando Moreno (1974) relata o princípio do psicodrama ele explica que em um grupo, por vezes só o verbal não é suficiente, e os indivíduos sentem “a necessidade de tornar a situação mais viva, de construir e estruturar cuidadosamente um episódio mais exatamente do que o mundo exterior” (p. 105) e então ocorre uma transformação de uma psicoterapia de grupo para um psicodrama. Além disso, os pós-morenianos precisaram fazer adaptações, caminhar para o psicodrama individual em alguns momentos sociais foi uma dessas inclusive.

Em todo esse tempo da teoria, muitas dessas adaptações construíram novas possibilidades. Dessa forma, o psicodrama mudou e assim os psicodramatistas também. Muitos dos iniciantes em psicodrama psicoterápico se frustram por não conseguir dramatizar com todos os clientes ou em todas as sessões e esquecem ou mesmo não compreendem que essa é apenas uma parte de uma compreensão teórica e técnica. Zerka escreve que Moreno acreditava que somente a fala conforme acontecia na psicanálise da época não seria suficiente, “intuíra haver um nível mais primordial subjacente à fala, isto é, o da ação e da interação” (Moreno Z.T., 2001, p.17). Assim, é a relação estabelecida, o vínculo construído entre diretor/protagonista/grupo e a busca pela ação espontânea e criativa que parte desta relação que caracteriza o uso da teoria socionômica.

Psicodrama não é apenas dramatização, mas sim a busca pela espontaneidade e criatividade para que os indivíduos ou grupos voltem a sonhar. Ainda na perspectiva de Zerka, ela nos apresenta o psicodrama do olhar de uma de suas clientes de que o este “é o duplo da vida” (Moreno Z.T., 2001, p.14) o que para mim cabe como uma ótima definição, mas mais do

que isso, mostra que o psicodrama é um para cada pessoa que o vive. O seu psicodrama pode não ser o mesmo que seu cliente percebe, o mesmo que seu professor/supervisor faz ou aquele que você verá nos congressos, porque você o vê da sua perspectiva, da sua construção do papel e da sua necessidade.

De nada adianta a construção de dramatizações lindas se seu cliente não consegue dar significados a elas. Me recorde de como forma de aquecimento pedir a uma cliente que se imaginasse escrevendo uma carta para si mesma e ela naquele momento trava na sessão, ficando imobilizada. Tentando me fazer compreender, ela explica que nunca consegue escrever nem mesmo no ambiente real, mas que gosta de se expressar por desenho e pergunta se podemos fazer dessa forma. Ofereço uma prancheta, ela se senta e faz um desenho repleto de elementos simbólicos, trocamos os papéis e a cena acontece ali, no desenho. Isso é psicodrama para você? O recurso usado foi o desenho, mas por trás dele havia o nível simbólico, teoria de papéis, conservas culturais e tantos outros conceitos psicodramáticos. O psicodrama não é para ser uma atuação (Naffah Neto, 1980) conforme aquilo que o diretor espera, ele deve ser guiado sempre pelo indivíduo ou grupo, e se estes lhe dão sinais de como querem trabalhar, aceite-os.

O uso do corpo e da dramatização é uma das características que mais apresenta a potência da socionomia, mas não é o único. O próprio Moreno afirmava que as técnicas do psicodrama poderiam ser utilizadas de maneira verbal (Nery, 2014) justamente porque essa é uma forma de comunicação (e de ação) como qualquer outra. Além disso, se pensamos no psicodrama como teoria de ação-interação, na qual o vínculo é tão potente, “os vínculos estão na ação da fala, na fala da ação, na palavra-ação ou na ação-palavra (um todo indissociável)” (Nery, 2014, p.218). Em nossa teoria somos aqueles que possibilitam aos clientes/grupos dizer SIM a vida (Moreno Z.T., 2001) e esse sim pode vir de várias formas, inclusive verbalmente. Justamente por isso, “toda expressão, verbal ou não, da parte do cliente que entra na sala e começa uma sessão merece que estejamos atentos” (Contro, 2020, p.74), já que essa é também uma ação, e uma ação que precisa ser respeitada porque além de fazer parte do trabalho em si é também parte do vínculo estabelecido.

Considerações finais

Moreno foi um grande criador, ele criou a socionomia, vários de seus conceitos como os conhecemos hoje, mas além de tudo, via cada ser humano também como um criador. Diferente de muitos dos teóricos da época, ele acreditava que todos eram capazes de criar suas próprias realidades e na potência que isso teria na humanidade. No momento em que encontra

Freud por exemplo, ele não se junta a ele, não passa a ser mais um aprendiz da psicanálise, porque isso anularia seu papel criador. Ele decide continuar de onde Freud parou. Nós, psicodramatistas, não precisamos repetir o psicodrama que conhecemos, e como Moreno, talvez possamos continuar de onde ele e nossos grandes mestres pararam. Usar as conservas que nos foram dadas para novas criações, eis o ato espontâneo.

Neste espaço compartilhei algumas de minhas conservas sobre esse papel, mas espero em algum momento da minha trajetória poder ouvir e ler as suas. Uma cliente adolescente que não se entendia com os posicionamentos políticos do pai uma vez me disse: “ele tem a verdade dele e eu tenho a minha”. Nenhum dos posicionamentos era mentira ou mesmo invenção, eram verdades de cada um, do adulto e da jovem. Espero que esse texto possibilite as suas verdades, esteja você em qual grupo estiver, e que essas possam ser vistas, lidas e pensadas para um psicodrama plural.

Referências

Bustos, D. M. (1990). *Perigo... amor à vista! Drama e psicodrama de casais*. São Paulo: Aleph.

Contro, L. (2020). *Nós e nossos personagens: histórias terapêuticas*. São Paulo: Editora Ágora.

Cuzin, M. (2008). *As relações interpessoais à luz do Psicodrama* (Doutorado em Educação). Faculdade de Educação, Universidade Estadual de Campinas. Campinas, São Paulo, Brasil.

Merengué, D. (2001) O ofício de psicodramatista In: Merengué, D. *Inventário de Afetos: inquietações, teorias, psicodramas*. São Paulo: Ágora.

Merengué, D. (2009). Corpos tatuados, relações voláteis: sentidos contemporâneos para o conceito de conserva cultural. *Rev. Bras. de Psicodrama*, 17(1), 105-114. Recuperado em 07 de abril de 2020, de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-53932009000100008&lng=pt&tlng=pt.

Moreno, J. L. (1974) *Psicoterapia de grupo e psicodrama*. São Paulo: Mestre Jou.

Moreno, J. L. (1975) *Psicodrama*. São Paulo: Editora Pensamento/Cultrix.

Moreno, Z. T. (2001). *Realidade Suplementar E a Arte de Curar*. Grupo Editorial Summus.

Moreno, J. L. (2008) *Quem sobreviverá? Fundamentos da Sociometria, Psicoterapia de Grupo e Sociodrama*, Edição do Estudante. São Paulo: Daimon.

Naffah Neto, A. (1980) *Psicodramatizar: ensaios*. São Paulo: Ágora.

Nery, M. P. (2014). *Vínculo e afetividade: caminho das relações humanas*. (3ª ed. rev.). São Paulo: Ágora.

Perazzo, S. (2019). *Ainda e sempre psicodrama*. 2ª ed. São Paulo: Ágora.

Equipamentos necessários: Projetor de imagens para apresentação em Powerpoint.