

**Os Estados de ego pela experiência psicodramática bipessoal: a externalização de papéis internos (partes)**

**Georges Salim Khouri - gskhouri@gmail.com**

**Resumo**

Este artigo tem como objetivo apresentar o manejo clínico para externalização dos papéis internos ou partes, através da experiência psicodramática, tendo por base as técnicas de Moreno e de Rojas-Bermudez, a exemplo da construção de imagens tridimensionais por meio de pessoas, objetos, bonecos, tecidos e o psicodrama interno desenvolvido por outros autores. A gênese das partes, em geral, está relacionada à dissociação decorrente de traumas ou ao introjeto de figuras parentais significativas, principalmente quando o apego é inseguro. Traumas complexos, relacionados a *bullying*, abuso sexual, violência doméstica de várias naturezas ao longo do desenvolvimento da criança vai trazer à tona essas partes internas que precisam ser bem compreendidas porque afetam vários papéis sociais. Papéis internos, partes, Eu parcial, divisão interna, personagens, estados de ego, criança ferida, subpersonalidades são denominações de um mesmo fenômeno, que se manifesta pela multiplicidade de Eus. Esse fenômeno é também constatado no campo da neurose e em normóticos.

**Palavras-chave:** psicodrama bipessoal, papéis internos, eus parciais, papel psicodramático, estados de ego.

## INTRODUÇÃO

A ideia de **partes** ou **estados de ego** tem muita semelhança com **papéis internos e personagens na psicoterapia psicodramática**. O poema **Traduzir-se**, de Ferreira Gullar<sup>1</sup>, aborda esse tema de maneira poética e profunda. Em algumas situações de conflitos internos, todos nós percebemos vozes interiores conflitantes, popularizadas com a imagem mental do demônio e do anjinho discutindo entre si. Essa dinâmica interna é uma forma de perceber o mecanismo de funcionamento das partes internas do nosso psiquismo, como se fossem subpersonalidades em ação ou interação. Usando esse mesmo conceito, podemos pensar sobre nós mesmos como um sistema psíquico interno, no qual cada papel ou partes têm uma dinâmica que afeta os papéis sociais externos. Monteiro, André (2020, p. 15), falando da linguagem das partes que emergem no nosso pensamento, faz uma analogia com o Grilo Falante<sup>2</sup>: “Sinto como se uma parte minha relutasse, não estou completamente convencido, tenho essa vizinha aqui dentro que me diz... minha intuição me diz... não controlo minha emoção, essa dor, essa voz dentro de mim, esses pensamentos, às vezes tenho uma vontade”. Vejamos o poema **TRADUZIR-SE** de Ferreira Gullar (**Figura 1**):

<b>Uma parte de mim é todo mundo: outra parte é ninguém: fundo sem fundo.</b>	<b>Uma parte de mim pesa, pondera: outra parte delira.</b>	<b>Uma parte de mim é permanente: outra parte se sabe de repente.</b>	<b>Traduzir uma parte na outra parte – que é uma questão de vida ou morte – será arte!</b>
<b>Uma parte de mim é multidão: outra parte estranheza e solidão.</b>	<b>Uma parte de mim almoça e janta: outra parte se espanta.</b>	<b>Uma parte de mim é só vertigem: outra parte, linguagem.</b>	<b>Poema Traduzir-se De Ferreira Gullar</b>

**Figura 1:** Poema **TRADUZIR-SE** de Ferreira Gullar

<sup>1</sup> Ferreira Gullar, poeta, nasceu em São Luís, em 10 de setembro de 1930, com o nome de José Ribamar Ferreira;

<sup>2</sup> Personagem infantil da estória de Pinóquio;

Nesse poema, Ferreira Gullar traz toda a dualidade e multiplicidade do ser humano, retratando as sutilezas de todas as partes de que somos feitos. Quando ele diz “**uma parte de mim, outra parte**”, já está trazendo, na narrativa poética, a contradição humana. Outra parte do poema que me chama a atenção é: “**Uma parte de mim é permanente. Outra parte se sabe de repente**”. Há uma parte nossa que é muito constante até que algo aconteça. Daí emerge pânico, um estresse agudo, uma ansiedade brutal, que emite um sinal de alerta: algo está errado. Na minha prática clínica, frequentemente faço a integração do psicodrama com as terapias ou técnicas baseadas no cérebro<sup>3</sup> e com a Bioenergética de Alexander Lowen para tratar pacientes do campo da neurose e/ou com cenas traumática simples e complexas na sua história. O manejo das partes dos clientes (estados de ego) é frequente, como preconizado teoricamente por Salvador, M C (2018), por Richard Schwartz, na Terapia dos Sistemas Familiares Internos (2004), e por Van der Hart, Nijenhuis e Steele (2006), que desenvolveram a Teoria da Dissociação Estrutural. Este artigo tem como objetivo mostrar formas de manejo clínico para externalização dessas partes, através da experiência psicodramática, tendo por base as técnicas de Moreno e de Rojas-Bermudez, a exemplo da construção de imagens tridimensionais, por meio de pessoas, objetos, bonecos e tecidos, e de conceitos de outros autores tais como o de psicodrama interno.

## **DISSOCIAÇÃO ESTRUTURAL, NEUROCEPÇÃO E SISTEMA INTERNO**

Os versos acima remetem aos conceitos de Van der Hart, Nijenhuis e Steele (2006), que associam “parte” a uma falha na integração da personalidade, compartimentalizada em vários fragmentos, após a **exposição a um evento traumático**. Segundo Van der Hart, Nijenhuis, & Steele, 2006, citados por Martins Neves, S.M., 2019, p. 1, temos duas partes: “**uma aparentemente normal (ANP)**, que apresenta amnésia total ou parcial em relação às memórias

---

<sup>3</sup> As terapias integrativas baseadas no cérebro são abordagens psicoterapêuticas contemporâneas tais como a terapia EMDR (dessensibilização e reprocessamento por meio dos movimentos oculares), o *Brainspotting*, a *Somatic Experience* (SE) e a Psicoterapia de Integração e Reprocessamento de Trauma (método ALICÉS).

do trauma, orientada para as tarefas do dia a dia, e outra **parte emocional (EP)**, intensamente identificada com a experiência traumática, que se orienta para a sobrevivência da personalidade central”. A dinâmica interna entre essas partes provoca um intenso conflito interno, que é fonte de angústia e sofrimento. Ao longo do texto sem citação, vou me referir ANP como **PAN** e a EP como **PE**.

Essa estruturação da personalidade compartimentalizada tem três níveis: a Dissociação Estrutural Primária, com uma divisão básica em uma ANP e uma EP, associada à Perturbação de Stress Pós-Traumático (PTSD); a Dissociação Estrutural Secundária, com uma ANP, mas mais divisões em EP, causada pelo prolongamento do trauma, associada à Perturbação Borderline e à DDNOS; e, por fim, a Dissociação Estrutural Terciária, existindo várias divisões em EP, e também várias divisões em ANP, associadas à Perturbação Dissociativa da Identidade (DID) (Van der Hart, Nijenhuis, & Steele, 2006, citado por Martins Neves, S.M., 2019, p. 1).

Para Breunlin, D.C., Schwaertz, R. C. e Kune -Karrer, B.M. (2000, p. 80), a multiplicidade ou diferenciação é inerente à natureza da mente e o comportamento das partes é afetado pelo mundo externo ou trauma. Nessa direção, observamos, na prática clínica, clientes que trafegam no campo da neurose e também os normóticos<sup>4</sup>, sem uma história marcada por traumas, mas que, ainda assim, manifestam partes.

Comparando com o poema, a **“parte permanente”** é a **PAN** e a **“parte que se sabe de repente”** é a **parte emocional (PE)**. A PAN é uma parte funcional que atua de forma adequada, a exemplo de uma pessoa jogando seu papel profissional de forma competente. O contraponto é a **PE**. Significa que, mesmo com uma parte funcional, um provável estímulo do contexto (área ambiente) trava a PAN e ativa a PE, que em geral é impulsiva e desprovida de racionalidade. A

---

<sup>4</sup> Denominação dada por Moreno àquelas pessoas que trafegam entre o normal e o neurótico;

**PE** ativada inunda o sistema, “derruba” as partes funcionais, deixando o cliente extremamente ansioso, pois o seu **Si Mesmo Psicológico (SMP)** dilata<sup>5</sup> e os papéis sociais da pessoa não conseguem ser objetivados. O estado de alarme, a neurocepção, **dispara do nada, liga sem que haja nenhum perigo** aparente que justifique o aflorar desses sentimentos e emoções, frequentemente causando ansiedade, medo e pânico. A pessoa entra num estado de perigo sem motivação do contexto atual e, sim, porque **algo do passado foi reativado**.

**Neurocepção** é o processo que avalia o risco, sem a necessidade de consciência. Nesse processo automático, intervêm áreas cerebrais que avaliam indícios de segurança, perigo e risco de morte. Embora normalmente não estejamos cientes dos gatilhos da neurocepção, em geral estamos cientes da mudança fisiológica (isto é, a interocepção). Às vezes, temos um palpite, um sentimento, uma intuição de que uma situação é perigosa. Esse sistema também dá origem a estados fisiológicos que favorecem a confiança, comportamentos de conexão social e a geração de relacionamentos próximos. A neurocepção deficiente pode detectar riscos inexistentes ou sinais de segurança onde há riscos (Porges, S.W, 2017, p. 35).

Todo evento traumático (simples ou complexo) do passado ou eventos vividos com grande intensidade emocional têm seu registro de memória no sistema límbico, especificamente no hipocampo, cuja função é transformar qualquer evento vivenciado em narrativa. Mas, na vivência traumática, o nível de cortisol aumenta, ocorre uma disfunção hormonal que impacta o hipocampo e ele não consegue mais traduzir adequadamente o evento em narrativa, pois o registro mais significativo fica no corpo. Muitas situações vivenciadas no presente ativam

---

<sup>5</sup> O SMP, conforme a Teoria do Núcleo do Eu em Rojas-Bermudez, tem uma correspondência neural com o sistema neurovegetativo (SNV). Se extremamente dilatado, supera todos os papéis sociais, desconectando o indivíduo da rede social (estado de alarme) dessa forma as relações que se estabelecem por intermédio do SMP se produzem em campo tenso. Para maior aprofundamento ver Si Mesmo Psicológico (SMP) na Teoria Emergentista do Núcleo do EU (Rojas-Bermúdez, J., 1997, p. 447).

momentos passados como gatilhos, fazendo-nos experienciar novamente aqueles sentimentos, angústias e sensações do passado (flashback).

As psicoterapias que focalizam o corpo, mapeando e expurgando as sensopercepções corporais decorrentes desses eventos, parecem ser mais adequadas e eficientes para esses casos. Partes, Estados de ego, **papéis internos**, Eu parcial, personagens, criança interna, subpersonalidades são denominações de um mesmo fenômeno que se manifesta pela multiplicidade de Eus, **como um sistema psíquico interno**. Doravante, ao longo do texto, nomearei esse fenômeno de **partes**.

Colin Ross (1989, citado por Howell, Elizabeth, 2020) propôs que o mito de Osíris é o melhor modelo para explicar o dano causado pelo trauma e promover a cura da dissociação. Ross nos conta que

Osíris, deus egípcio do Nilo, foi vencido numa batalha por seu irmão, o deus do mal, Set, que então retalhou seu corpo em partes e espalhou-as por todo o Egito. A irmã de Osíris, Ísis, encontrou os pedaços, costurou-os novamente e ressuscitou o irmão com suas lágrimas de luto. A história do Osíris dividido e fragmentado é adequada para clientes traumatizados e dissociativos. Como terapeutas, facilitamos a capacidade de nossos clientes de unir as peças dissociadas de suas vidas, que estão espalhadas na mente, em bolsões de vida subconsciente, Colin Ross (1989, citado por Howell, Elizabeth, 2020).

## **EUS PARCIAIS, DIVISÃO INTERNA, PAPÉIS INTERNOS, PERSONAGENS, CRIANÇA INTERNA FERIDA & ESTADOS DE EGO**

Moreno (1993, p. 26) revela que os Eus fisiológicos, psicodramáticos e sociais são apenas Eus parciais; o Eu inteiro, realmente integrado de anos posteriores, ainda está longe de ter nascido. **Têm de se desenvolver, gradualmente, vínculos operacionais e de contato entre os**

**conglomerados de papéis sociais**, psicológicos e fisiológicos, a fim de que possamos identificar e experimentar, depois de sua unificação, aquilo que chamamos de “EU” e o “a mim”. O grifo foi por minha conta. Na minha visão, o desenvolvimento dos vínculos operacionais saudáveis e harmônicos entre os papéis sociais está intimamente relacionado à harmonização dos papéis internos ou partes, que afetam os papéis sociais. Moreno (1993, p. 26) observou que há “frequentes desequilíbrios no agrupamento de papéis, dentro dos papéis psicossomáticos ou dos papéis sociais e entre essas áreas”. Ele afirma que esses desequilíbrios geram **atraso no surgimento de um eu real** ou **intensificam os distúrbios do eu**. Dias (1987, p.72, 1994, p.85, 2006, p.155), desenvolvendo a pesquisa intrapsíquica em psicodrama, identifica a coexistência de duas ou mais forças opostas em conflito dentro do mundo interno do indivíduo. Ele denomina essas forças, de **divisão interna**, quando se apresentam de forma mais estruturada, a tal ponto que o indivíduo revela sensações diferentes na sua manifestação. Para ele, a identificação e o manejo dessas divisões internas são um aspecto chave no processo de psicoterapia do indivíduo.

Figura de mundo interno é a pessoa que representa, dentro do mundo interno do cliente, um conjunto de conceitos de postura moral, religiosa, filosófica e modelos de comportamento internalizados. Desse modo, o pai, como figura de mundo interno, não é o pai, mas sim o pai como representante de determinados conceitos internalizados, assim com o padre Chico não é a pessoa do padre Chico e, sim, ele como representante de uma série de conceitos religiosos, et, (Dias, 2006, p. 87).

O que Victor Dias<sup>6</sup> relata acima é o que Sandor Fereczi (1909, citado por Laplanche e Pontalis, 1992, p. 248) denominou de introjeção, como simetria do termo projeção, revelando que “o neurótico procura a solução, fazendo entrar no seu ego a maior parte possível do mundo

---

<sup>6</sup> Para maior aprofundamento do conceito de Victor Dias recomendamos ver as referências.

exterior, fazendo dele objeto de fantasias inconscientes”. Essa é uma das gêneses do que denominamos Partes ou Estados de Ego. Essas forças internas se digladiando internamente levam à angústia e ao sofrimento e travam o desenvolvimento da pessoa. No campo da neurose, é frequente observarmos conflitos internos entre uma parte que introjetou conceitos morais da família, da religião, dentre outros, e novos aprendizados e experiências que se contrapõem a essas forças existentes.

Fonseca (2018, p. 256) fala de “Eus parciais internos, que surgem do processo de sucessivas internalizações das relações primárias. Se imaginarmos que as relações primordiais são internalizadas como positivas, negativas e neutras, concluímos que existem também Eus parciais positivos, negativos e neutros”. Fundamentalmente trata-se da história do apego do paciente. Crianças que foram negligenciadas em seu cuidado (apego inseguro), têm essas partes bem definidas com a consolidação de fobias, medo da separação da mãe, do abandono, de serem rejeitadas. Os traumas complexos, relacionados a *bullying*, abuso sexual, violência doméstica de várias naturezas, principalmente as contínuas (trauma complexo), ao longo do desenvolvimento da criança, vão trazer à tona essas partes internas, que precisam ser bem compreendidas pela pessoa, porque afetam vários papéis sociais.

Calvente (2002, p.26, 27 e 28), desenvolvendo a ideia de personagem na psicoterapia, afirma que o personagem tem origem na subjetividade do paciente e está ligado à fantasia, à imaginação e ao ambiente, ocupando um lugar intermediário entre a elementaridade do papel e a complexidade da identidade. Revela, também, que um mesmo personagem pode representar papéis sociais diferentes e conclui que **o personagem é mais estrutural do que o papel social** e aparece com mais autonomia e com intencionalidade própria. Esse conceito é similar ao que entendemos como papel interno ou partes. “Os personagens da mente têm uma estrutura mais ou menos elaborada, mais ou menos imposta pela angústia e pelo contexto que lhe dá validade individual-privada, mas igualmente criativa (p. 29)”. Para ele, o personagem “pertence a outro

nível de abstração, isto é, a uma instância intermediária, de tipo transacional, onde se conjugam identificações mais bem ou menos bem resolvidas, papéis percebidos, aceitos ou impostos. ... Tem, como já foi dito, uma estrutura e um roteiro, **e aparece em distintos papéis** (p 33, o grifo é nosso)”.

Segundo Mario Salvador (2018), em pessoas com histórico de trauma cumulativo crônico, cujas vidas foram ameaçadas pois viveram e cresceram sob condições de abuso, negligência ou maus-tratos crônicos, esses sistemas de sobrevivência e interação cotidiana podem não estar integrados em uma resposta organizada, coordenada e sequenciada de sobrevivência. Sendo fragmentados, esses sistemas dão origem à personalidade que experimenta, alternadamente, diferentes sentidos de ego (Salvador, M. C., 2018 p.95). Neurologicamente, cada estado de ego ou partes são uma rede neural que carrega um conjunto de características de personalidade registradas na região subcortical do cérebro, num momento traumático ou de muita tensão na história da pessoa, formando, assim, uma espécie de subpersonalidade que fica aprisionada como se fosse uma memória arqueológica, **uma memória do passado, que é ativada por estímulos do presente**. A depender da situação, uma parte muito sofrida e ferida inunda o sistema psíquico interno, trazendo muito desconforto e uma gama extensa de sintomas, como pânico, ansiedade, depressão. Salvador (2016, p.127) denomina essas partes de **OS EXCLUIDOS**. Richard Schartz (195) as chama de **EXILADOS** e Stone (1989) de **EUS REPUDIADOS** (2021, citado por Salvador, 2018). Essas partes, algumas vezes, podem ter na sua gênese relação com história dos antepassados, que são transmitidas de forma transgeracional. No campo da neurose, observamos que as partes afloram na sua totalidade como um sistema interno e que elas interagem caoticamente entre si, afetando sobremaneira a saúde psíquica da pessoa. Em geral, quando existem partes excluídas, encontramos também outras partes que a protegem, denominadas por Salvador (2016, p131) de **PROTETORAS**. São muitas vezes mecanismos de defesas, que lutam internamente e intensamente para evitar

angústia, dor e sofrimento psíquico. No seu extremo, seguem o caminho da anestesia pelo álcool, pela droga e pelo autoextermínio. Segundo Stones e Stones (2014, p. 47), se energias instintivas naturais são repudiadas ao longo do tempo, começam a operar inconscientemente e acabam perdendo suas qualidades naturais, tornando-se malévolas. Esses casos ele denomina de **Energia demoníaca ou eu demoníaco**. Na prática clínica, já testemunhei narrativas de clientes sobre crueldades com o outro, no seu comportamento social, que me remeteram a esse fenômeno de manifestação do Eu demoníaco. André Monteiro (2020, p. 10) resume e relaciona a origem das partes a: a) **Diferenciação normal** – a criança desenvolve repertório comportamental em relação a ambientes, membros da família, expectativas do grupo de referência; b) **Introjeção de outros significativos e formação de modelos interacionais**, com o desenvolvimento de papéis sociais, habilidades e estilos interacionais – repetições no futuro; c) **Reação a trauma e/ou abandono/negligência**, como vimos acima, em que **a criança fica congelada no tempo-trauma**; d) Todos os anteriores;

Cukier (1998, p.24) revela que, por trás das dificuldades dos seus clientes adultos, existe uma “criança com seus projetos de vingança e resgate da dignidade perdida, e que, exatamente pela perseverança do projeto infantil, acabava criando as dificuldades adultas atuais”. Segundo Rosa Cukier (op. cit), ocorre no adulto um drama infantil frequentemente com papéis trocados, onde quem abusa e humilha os outros é o cliente adulto. No jogo dos papéis pais-filhos, muito frequentemente testemunhamos uma contaminação do papel dos pais, quando estes não protegem a criança ou tratam-na simetricamente, como se fossem adultos. Essa é uma forma de abuso da criança, pois é um tipo de subordinação de poder.

Milene Féo (2007, p.4), falando do lugar de psicoterapeuta psicodramatista, nos diz que “somos todos regidos por ambiguidades, procuramos fortalecer em nosso cliente a capacidade de se defrontar com seus múltiplos eus, moradas de desejos e sentimentos, por vezes, conflitantes entre si, podendo suportar suas ambivalências e a impossibilidade de realização de

desejos antagônicos”. Stone H. e Stone, S. (2014) corroboram com as ideias de multiplicidade do EU, no que pese salientar que há oposições a essa teoria que fragmenta a personalidade. Para eles, a personalidade já está fragmentada e temos que buscar a consciência dessa fragmentação para fazermos boas escolhas em nossas vidas.

## **SOCIOMETRIA QUALITATIVA E O ÍNDICE DE ATIVAÇÃO DAS PARTES**

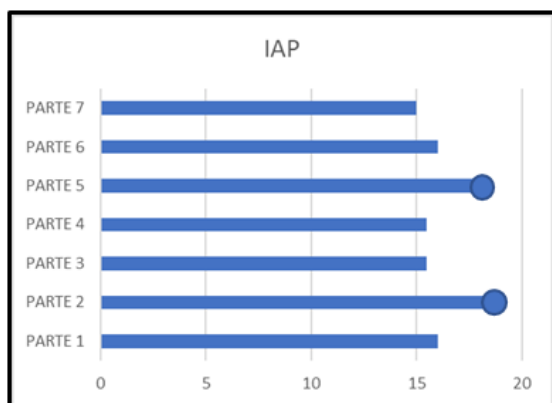
Fonseca (2018, p. 258) propõe a ideia de sociometria dos Eus Parciais para **melhor entendimento da dinâmica relacional dos papéis internos**, que pode ou não ser harmônica, refletindo no Eu global. Essa proposta vai ao encontro da ideia de cura desses sistemas internos pelo modelo de Schartz e Mario Salvador (2016), modelo teórico que eu utilizo para subsidiar minhas intervenções psicodramáticas. No processo de cura, o objetivo é harmonizar **essas partes**, pois, em geral, **as partes excluídas têm muita potência** e o sistema necessita de muita força das partes protetoras para segurá-las (intenso desgaste psíquico). Atualmente, estou desenvolvendo uma quantificação para **mensurar a dimensão da força das partes**, depois que o cliente claramente identifica e conhece sua funcionalidade e emocionalidade (**Figuras 2 e 3**). Pretendo, com isso, levar o cliente a se apropriar melhor do fenômeno que ele vivência. **Trata-se do Índice de Ativação das Partes (IAP)**. Após passar pelo processo terapêutico de identificação de todas as suas partes internas, o cliente, realiza uma autoavaliação dos parâmetros, **frequência da ativação e intensidade da ativação** da parte, utilizando a **escala subjetiva (SUDS), de zero (não ativação) a 10 (ativação muito frequente e com muita intensidade)**. Além disso, descreve o **solilóquio das crenças negativas que afloram de cada parte**, quantificando a escala de validade da crença positiva negativa (**VOC<sup>7</sup>**) de **0 (não tem validade/força) a 7 (máxima validade/força hoje)**, e identifica o **estímulo disparador**, no

---

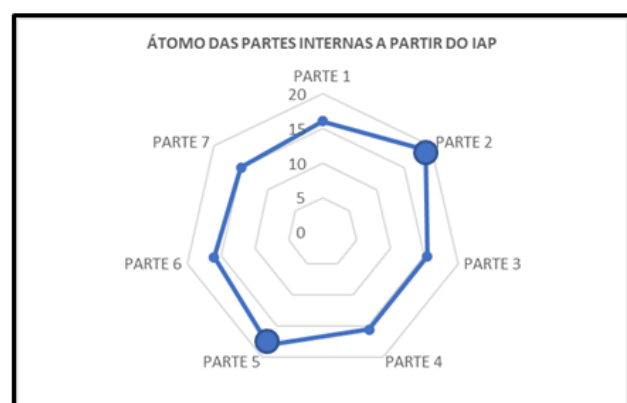
<sup>7</sup> Unidades Subjetivas de Perturbação (SUDs) e as escalas de Validade da Cognition Positiva ou Negativa (VOC) são usadas no tratamento de EMDR. VOC avaliar forças de crenças negativas e positivas de clientes traumatizados utilizando uma escala tipo likert de 7 pontos;

aqui e agora, da ativação dessas partes. Essas informações ajudam nas intervenções em busca da harmonização. Vejamos, na tabela abaixo, exemplo de cliente de 23 anos, depressivo, que desde os 16 anos testemunha a mãe acamada na casa dos avós, vivendo vegetativamente em coma crônico, após AVC. Ele mora com o pai, o irmão menor e a madrasta. A denominação das partes e os parâmetros para o cálculo do IAP foram definidos por sua autoavaliação. A análise do IAP nos gráficos na **figura 2 e 3** revela que as **partes 2 e 5** são as que mais frequentemente se ativam com alto índice. Observem também que essas partes são polarizadas. **A Parte 2** é a Depressivo/Incapaz (“Nada vai dar certo, faço tudo errado, quero morrer”) e a **5** a Racional (“Calma, vamos pensar direito”).

PARTES	SOLILÓQUIO DE CRENÇAS NEGATIVAS DAS PARTES	I	f	VOC	IAP	ID
1. <b>Depreciador - agressivo</b>	“Vai fazer merda de novo né”	7	5	4	<b>16</b>	18
2. <b>Depressivo-incapaz</b>	“Nada vai dar certo, faço tudo errado, quero morrer”	7	6	6	<b>19</b>	16
3. <b>Procrastinador</b>	“Daqui a pouco eu faço, vou ver isso depois”	6	4,5	5	<b>15,5</b>	17
4. <b>Otimista</b>	“Tudo vai dar certo...ahh...que legal vamos fazer”	6	5	4,5	<b>15,5</b>	15
5. <b>Racional</b>	“Calma, vamos pensar direito”	6	7	5	<b>18</b>	16
6. <b>Busca aprovação/ inseguro</b>	“Não quero, mas se eu falar que não o que vão pensar de mim?”	6	5	5	<b>16</b>	12
7. <b>Adulto</b>	“Você é um bom profissional”	6	4	5	<b>15</b>	23
<b>PARAMETROS</b>	<b>DESCRITIVO</b>					
<b>Intensidade (I)</b>	Intensidade emocional e da sensopercepção corporal da parte manifestada					
<b>Frequência (f)</b>	<b>Frequência</b> da ativação da parte, num determinado período					
<b>VOC</b>	Validade/Força da Crença Negativa					
<b>IAP</b>	<b>Índice da Ativação das Partes IAP = (f)+(I)+(VOC)</b>					
<b>ID</b>	<b>Idade</b> do cliente quando ele percebeu que essa parte foi ativada pela primeira vez					



**Figura 2**



**Figura 3**

Podemos dizer, grosso modo, que, ao harmonizar essas duas partes, o cliente está no caminho da cura, pois uma resolve a outra. A solução fica visível para o cliente e um dos caminhos terapêuticos é convocar o *Self* (adulto-racional) para comandar o sistema interno. Estamos investigando outros caminhos terapêuticos e, para isso, devemos responder à questão que é o objeto de pesquisa em curso: Quando uma parte é ativada, ela atrai outras partes, tem repulsa ou se mostra indiferente a elas? Trata-se aqui da sociometria interna. **Minha hipótese** é que com essas respostas podemos direcionar melhor o tratamento uma vez que as cadeias de memórias associativas têm conexão entre si e, a intervenção numa parte, favorece a plasticidade neural que promove o desenvolvimento de novas conexões sinápticas e novas redes neurais, fortalecendo comportamentos saudáveis mais adequados e criativos.

### **O MANEJO A CAMINHO DA “CURA”: PSICODRAMA, COMPAIXÃO, DIFERENCIAÇÃO, SELF E HARMONIZAÇÃO ESPONTÂNEA CRIATIVA**

Um sistema interno é feito de partes e precisamos harmonizá-las para dar um salto de cura. O primeiro passo para que isso aconteça é **diferenciar essas partes, saber que elas existem e como interagem entre si**. Autoconhecimento é conhecer a multiplicidade das nossas partes, quando (idade) e como (eventos) elas se sedimentaram nas profundezas do psiquismo, transformando-se em organizadoras dos sintomas, síndromes e comportamentos no aqui e agora. É também desenvolver o *Self* que neurologicamente, para muitos autores, tem a participação do neocórtex pré-frontal orbital, localizada logo acima da sobrancelha. Essa é a região que nos permite ver a nós mesmos (auto-observação) e, a partir do seu desenvolvimento, é possível diferenciar e conhecer a dinâmica interna da interação subjetiva entre as partes. No psicodrama o *Self*<sup>8</sup> está na espontaneidade e a sua estrutura é uma configuração de papéis internos, particulares ou coletivos que opera em um processo centrípeto de retrojeção com aprendizado e subjetivação e o outro é o retorno do *Self* num movimento centrífugo de externalização e expansão. Neste movimento centrípeto eu entendo que ocorre a diferenciação

---

<sup>8</sup> Para aprofundamento da ideia de Self em Moreno ver O Teatro da Espontaneidade, SP, Summus, 1984.

das partes e no centrífugo a consolidação do Self espontâneo e criativo. Quanto mais diferenciação e equilíbrio das partes teremos mais “energia” e presença do *Self*, que nesse modelo seria **o centro da pessoa atuando com compassividade e “liderança de si”**. Para Schwartz (2004, p.60) as qualidades do Self existem desde o nascimento e essa ideia remete ao neuropsicólogo Jaak Panksepp (1998) e a sua descoberta dos afetos primários geneticamente predeterminados para ação natural de defesa e de vida sem participação volitiva.

Quando um cliente me diz que não estava com vontade de vir para a sessão, pergunto: **Que parte sua não queria vir? Que parte sua te convenceu a vir?** Indagar a pessoa levando-a a ter contato com suas partes internas é uma **intervenção verbal que gera um movimento de auto-observação** e mapeamento das partes internas. Richard Schwartz (2004, p. 115) revela que existem muitos métodos para manejar com partes, a exemplo das técnicas de projeção, caixas de areia e o psicodrama, no que pese ele atuar com as técnicas das terapias dos sistemas familiares internos, que são essencialmente verbais. O psicodrama explora a externalização dessas partes, montando uma cena com seus personagens e a dramatização entre elas ajuda o cliente a compreender e a se sentir compreendido na sua dinâmica interna e, principalmente, a entender como essas partes influenciam o jogo dos seus papéis sociais. É fundamental conectar o conflito protagônico dessas partes, que não é da ordem cognitiva e, sim, experiencial, com a influência do papel social nos vários contextos (familiar, relacional, profissional e social). Temos que conectar essa voz que não sai da cabeça do cliente e tentar guiá-lo até quando, como e onde essa voz começou a aparecer. Saber a idade que ela tinha na época, sentir e expurgar as emoções e sensações que despertava no corpo até chegar à diferenciação. O psicodrama facilita a externalização e a harmonização de partes dos nossos clientes. Alguns clientes não têm a menor dificuldade em se expressar verbalmente. Fazem contato com a essência de suas sensopercepções corporais e conseguem, com atenção plena, o reprocessamento delas. Outros têm dificuldade de ficar só no verbal, então você pode utilizar o psicodrama e trabalhar com

vários recursos: construção de imagens com tecidos, com bonecos, com blocos, com massa de modelar, desenhos, argila etc.

Uma vez que o adulto o *Self* consegue diferenciar essas partes que em geral são infantis, inicia-se o manejo na direção de harmonizar essas partes que são registros de memórias que não se apagam e a neuroplasticidade favorece ampliar as redes associativas saudáveis. A melhor forma de fazer isso é **aceitando e acolhendo com compaixão suas partes**, porque em geral essas partes, traumáticas ou não, não tinham uma alternativa na época a não ser agir da forma como agiram. Na ressignificação, será necessário deixar o passado no passado, para que não venha contaminar o presente. Um cliente muito racional e reflexivo se deu conta de uma parte infantil dele em que o pai e a mãe se mostravam dúbios no afeto. Eles provinham o sustento com pouco afeto, mas o pai era companheiro. Um dia, com 8 anos, ele sai feliz, porque estava na companhia do pai, que assistia à participação dele num jogo de futebol. Ao final da partida, ele vai alegremente conversar com o pai e toma uma bronca. O pai o repreende dizendo que ele jogou mal, torce a orelha dele porque o menino errou uma bola. Esse homem maduro e bem-sucedido estava visivelmente abalado. Como o atendimento está sendo telepresencial, perguntei se tinha perto dele objetos que representassem aquele menino de 8 anos. Ele escolheu uma máscara de fuga, que são aquelas máscaras usadas para fugir de um incêndio. Eu perguntei o porquê daquela escolha e ele me disse: “Por causa do tamanho”. Perguntei se aquela máscara tinha uma finalidade: “Ela o esconde, mas também lhe dá oxigênio e serve pra você fugir de um evento trágico. **As indagações só têm força se geram movimento.** Você consegue relacionar essa máscara a essa criança, que sai do jogo de futebol e sofre um revés do pai?”. Ele compreendeu naquele momento que aquela parte dele queria fugir. Eu continuei: “O que você hoje, adulto, 39 anos, olhando essa parte, percebe, sente ou gostaria de fazer?”. Ele disse: “Eu queria afagar essa parte”. “Eu tenho compaixão por essa criança”. Esse cliente está no caminho da cura, ele tem compaixão por sua criança ferida. “Diga para sua criança, o que você, adulto,

pode fazer por ela”. Compaixão e respeito são percebidos pela prosódia na manifestação da fala com entonação e ritmo que transmitem tranquilidade, aceitação e compreensão. Voltando ao poema de Gullar, a mensagem sobre a arte de viver, que é **“traduzir uma parte na outra parte, que é uma questão de vida ou morte. Será arte?”** Não é adequado que o palco da vida cotidiana seja dominado pelas nossas partes. Se isso acontecer, corre-se o risco de sermos movidos exclusivamente pelas emoções. A metáfora da orquestra que Mario Salvador (2018) utiliza é esclarecedora. **O adulto, o Self** são o maestro e as partes são os componentes da orquestra que podem desafinar e perder o compasso. O maestro tem que estar atento ao ritmo da melodia e ao tom das notas musicais para que a grande orquestra toque em sintonia. Trago sempre essa metáfora do Mario para os meus clientes, com a intenção de que aprendam a importância de convocar seu adulto e desenvolver esse comportamento adulto para aceitação e compaixão de suas partes mais feridas.

Numa técnica que chamo **reunião dos papéis internos**<sup>9</sup>, realizamos, numa **mesa hipotética**, uma **reunião com as várias partes do cliente** a fim de compreendermos a dinâmica relacional interna dessas partes. Quando faço aquecimento e manejo para uma exteriorização e diferenciação de partes em cena, a maioria dos clientes consegue resultados muito efetivo, fazendo contato com sua sensopercepção corporal, com atenção plena e reprocessamento. Podemos intervir com as técnicas de construção de imagens tridimensional, com tecidos, com bonecos, fantoches, títeres, almofadas, brinquedos em geral (legos) e, principalmente, a dramatização de cenas entre as partes objetivando o subjetivado das relações intrapsíquicas entre as partes ou entre relações interpessoais entre as partes manifestadas através dos papéis sociais e o seu complementar em vários contextos (influência do papel interno no papel social). Além dessas técnicas, podemos utilizar o psicodrama interno semelhante à técnica visão de

---

<sup>9</sup> Técnica semelhante à usada no *Braisnpoing* e EMDR para tratamento de partes;

dentro e do acesso direto (Schwartz, R.C., 2004, p.115) dirigido pelo terapeuta, indo mais além com solilóquios, inversão, concretização e outras técnicas. Se a parte protagonista for decorrente de memórias traumáticas podemos utilizar o modelo do psicodrama interno para tratamento de trauma (Khoury, G.S. 2018). Tudo se passa na área mente e vamos trazer para o corpo e para o ambiente. Quando investigamos o ambiente, estamos avaliando contextos e estímulos ativadores de partes. Ao utilizarmos as técnicas do psicodrama, fatalmente haverá ativação no corpo e isso nos convoca a intervir, caso necessário, com as técnicas da bioenergética ou da Somatic Experience, do EMDR e Brainspotting.

No manejo, é imperativo ficar atento à janela de tolerância do cliente, pois há pessoas hiper-responsivas, que saem rapidamente da janela de tolerância das emoções e sensações corporais, através de dissociação ou intensa catarse aberrativa de difícil contenção. Os clientes poucos responsivos nos demandam um aquecimento criterioso e atento, pois ao longo do processo podem desaquecer. Para esses, recomendo aquecimento corporal. Se o cliente consegue diferenciar facilmente suas partes com o psicodrama interno – em que o terapeuta o dirige para que dialogue e interaja com suas outras partes internas –, seguimos com as técnicas clássicas, a exemplo de inversão, duplo e espelho. Também é possível utilizar o rastreamento das sensopercepções corporais no modelo da Somatic Experience, quando as sensações corporais e as emoções do cliente emergirem. Havendo dificuldade do cliente de colocar a liderança do seu *Self* na interação com as suas partes internas, recomendamos o acesso direto, utilizando as técnicas adequadas ao que está sendo protagonizado pela parte do cliente, a exemplo de entrevista psicodramática, diálogo direto, duplo espelho (Fonseca, 2000). A técnica do acesso direto ao sistema de papéis internos (Schwartz, 2004), tem como pressuposto o diálogo direto do terapeuta com a parte interna do cliente ou papel interno. A nossa experiência clínica nesses casos abrange as técnicas psicodramáticas.

## MÉTODO UTILIZADO

O presente artigo trata de relato de experiência prática em ambiente de sala clínica e em teleatendimento presencial, a partir da observação das intervenções articulando com o estado das artes das teorias sobre o tema. Os registros da produção e da elaboração dos clientes foram feitos em notas, imagens ou gravações, a partir de observações do psicoterapeuta e do feedback direto dos clientes durante as intervenções. Alguns exemplos de manejo serão descritos a seguir.

## EXEMPLOS DAS TÉCNICAS APLICADAS E CONSIDERAÇÕES FINAIS

**EXEMPLO 1 - Externalização de partes intervindo com técnica de Construção de Imagens com tecidos (presencial):** mulher de 40 anos, formada, hoje equilibrada e produtiva, porém ao longo da sua psicoterapia (quatro anos) esteve gravemente depressiva, apresentou vários sintomas (ansiedade, pânico), inclusive psicossomáticos (tremor, tontura, sudorese, taquicardia), além de ideação. Por livre decisão, resolveu se internar por 30 dias para tratamento em clínica psiquiátrica, após surto com movimento de autodestruição. Essa sessão ocorreu após 18 meses desses eventos, quando o tema protagônico do momento era sua relação com os homens, em geral carregada de passionalidade, controle, ciúmes por parte dela e abuso mútuo. Hoje é separada, tem um filho de 18 anos, do primeiro e único casamento, e um namorado com relação também tensa. A psicoterapia foi temporariamente suspensa em janeiro de 2021. O exemplo é de uma narrativa dela revelando como fica angustiada e dividida durante períodos de tensão com o namorado. Fiz uma intervenção utilizando a técnica de construção de imagens com tecidos e almofadas, pedindo para ela plasmar no tablado as partes/papéis internos em conflito, na relação com o atual parceiro. A intenção era verificar se havia uma dinâmica interna padrão comparável aos outros relacionamentos. Ela construiu três partes bem diferenciadas e só se deu conta disso naquela sessão. Na **figura 4**, a primeira imagem externalizada com tecidos corresponde a como ela se sente, quando fica sem resposta do namorado após enviar mensagem pelo celular. Esse é um gatilho para manifestação de uma **parte que se deprime e se sente**

**esfacelada.** Em seguida, surge outra **parte diabólica,** tomada por **fantasias de traição. Será que ele está com outra?** De imediato, emerge uma resposta somática com uma sensopercepção corporal de aperto no peito e pontada no estômago. Depois obter informações sobre o destino do namorado (retoma o controle), se recompõe e se sente forte e equilibrada. Ao longo da sessão, após a imagem subjetiva das relações entre partes ficar objetivada no tablado, manejamos com solilóquios de cada imagem, expressão no corpo da imagem complementar e rastreamento das sensopercepções corporais, provocando movimento de reflexão profunda da dinâmica entre as partes.

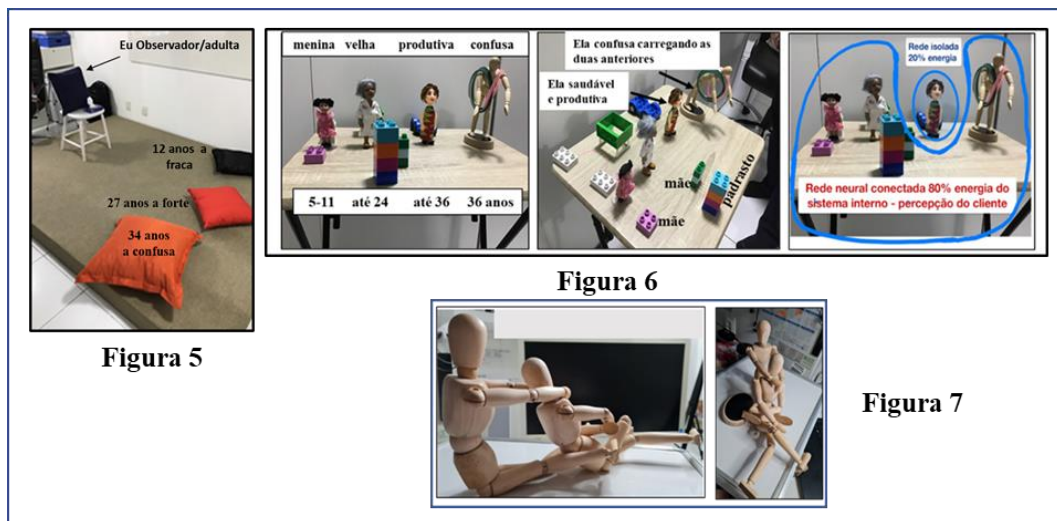
Figura 4



**EXEMPLO 2 - Externalização de partes com dramatização, técnica de construção de imagens com bonecos não articulados, bonecos articulados, blocos tipo Lego e outros objetos:** a cliente K, 38 anos, teve o seu desenvolvimento infantil marcado por relacionamento dúbio da mãe, entre mistura de afetos, cuidado, negligência e mau tratos intensos, violentos, com sistemáticas agressões físicas e verbais (“**Você é como uma bolsa da loja C, bonita por fora e vazia por dentro**”). Os pais se separaram quando ela tinha quatro anos. O pai era alcoólatra, apesar de ter construído uma carreira respeitada na sua profissão. A mãe casa novamente e é manipulada pelo padrasto, muitas vezes contra ela. A hipótese inicial é de um caso de trauma complexo, com clara manifestação dos papéis internos e somatizações afetando os papéis sociais (profissional, de mãe e esposa). Encontra-se em psicoterapia desde julho de

2019 e iniciou com demanda de ressignificar a relação materna. Hoje é profissional da área de saúde e não tem contato com a mãe. Numa das primeiras cenas dramatizadas, ela montou em tablado três papéis internos, a fraca, a forte e a confusa, e o Eu observador (adulto), que se auto-observa e deveria “gerenciar” cada parte (**Figura 5**). Nessa cena, fez solilóquio das partes e, no lugar do Eu observador, não conseguia ver que aquela menininha, naquele contexto da época, não poderia fazer nada, não tinha como se defender, pois não dispunha dos recursos que possui hoje, com 38 anos. Sentia raiva por ela ser assim e não sabia como ter compaixão por aquela parte, que era ela mesma. A menininha tinha que ser útil para a mãe e o padrasto, para não ser maltratada e receber algum afeto. Num outro momento, numa sessão presencial, ela construiu a imagem abaixo, após consigna: **“Construa uma imagem das partes (papéis internos) que mais se ativam hoje utilizando esses boneco e objetos”**. Ela se representou com bonecos estruturados e articulados, elaborou um cenário com objetos relacionados com cada boneco, para ilustrar **como percebia seu processo interno em cada parte ativada**. Assim vemos a **Figura 6: a) menina de 5 a 11 anos**, período de profunda carência da mãe, no qual ela suplicava afeto que só recebia quando estava a sós com ela, sem a presença do padrasto. Na imagem, ela representa com blocos brancos ela e a mãe, conectadas por um cordão quase imperceptível; **b) até 24 anos**, a envelhecida, acabada, arrasada, caindo num poço sem fundo (processo interno); **c) até 36 anos**, supermulher produtiva, um trator, saudável, porém não consegue dar tudo o que pode, nem se manter muito tempo estável, porque sente sua energia minada. Escolheu a boneca com a vestimenta mais colorida. A percepção da cliente é que essa parte mais funcional detém 20 % da energia do sistema interno e as outras lhe tomam os restantes 80%. Diante disso, sua história produtiva é marcada por rupturas e paradas, com a ativação de outras partes, **principalmente a menina**, que a faz caminhar para o polo depressivo; **d) 36 anos**, a mulher cansada de carregar as duas partes anteriores, que não param de gritar no ouvido dela. Recentemente, em **sessão de teleatendimento**, ela iniciou me falando: **“Eu sinto que estou**

**me amarrando**". Pedi que construísse uma imagem dela se amarrando. Utilizei a técnica que denomino **Duplo Operativo**, na qual o terapeuta apresenta os bonecos e/ou objetos e a cliente vai dizendo como construir a imagem. Veja abaixo na **figura 7** construída com dois bonecos entrelaçados, mostrando como um imobiliza o outro. Ela identificou, então, uma parte interna que se sente amarrada. À pergunta **“quem te amarra?”**, ela responde: **“Eu mesma”**.



Essa parte que amarra é uma defesa, porque ela aprendeu a jogar um papel de vítima para ter ganhos sociais: **“Óhh ela está sem roupinhas. Puxa vida, vou dar umas roupinhas para ela”**, diz um tio. Ela concluiu que essa imagem é um introjeto materno com uma defesa que ela construiu (ser vítima) para receber afeto e outras coisas. Reflete também que, se não tivesse essa parte que a ativa, hoje seria uma pessoa completamente livre para construir sua vida sem amarras internas. Libertar-se das amarras que a limitam passa a ser um dos seus objetivos na psicoterapia. Em sessão recente ela me surpreende mostrando um **desenho dos seus papéis internos** intitulado **“a reunião delas”** e declara: **“O meu passado não toma mais meu tempo nos dias de hoje”**. Veja a **figura 8** abaixo.



**Figura 8:** desenho da 7 partes de uma cliente por ela mesma

**EXEMPLO 3: Diferenciação de partes intervindo com psicodrama interno.** Deise, 41anos, sempre ficava com baixa autoestima depois da fala do pai ou da sócia, que nunca reconhecem o que ela faz por eles. Naquela semana, tanto as falas do pai quanto as da sócia ativaram essa parte ou papel interno. Convidei-a a ver o que estava acontecendo de uma outra forma. Depois do aquecimento verbal, ao contar a cena gatilho, iniciamos o aquecimento específico com relaxamento, respiração ritmada e *mindfulness*. Na fase de dramatização, intervi com o psicodrama interno, pedindo que ela **visualizasse a parte Deise com baixa autoestima** caminhando até uma sala imaginária bem arrumada e confortável<sup>10</sup>. Ela imaginou e se conectou com a sala da casa onde morava aos 16 anos, na época em que a mãe morreu. Pedi para ela sair da sala e olhar essa parte através de uma janela e, a partir daí, me dizer **o que pensa e sente quando vê essa parte**. Ela me perguntou se poderia espiar pela porta e eu disse que sim. Essa sutil **intervenção estimula a diferenciação** entre a parte de baixa autoestima e o seu *Self* (adulto). Ela revelou que via essa parte num canto, agachada, vestida de branco e não sentia nada por ela. Como não havia nenhum sentimento aversivo, entendi que ela estava observando de forma mais compassiva através do seu *Self*. Propus, então, que entrasse na sala com sua parte

<sup>10</sup> Essa intervenção é uma adaptação da Técnica da Sala de Richard Schwartz. Ver no livro *Terapia dos Sistemas Familiares*, p. 118 (na referência).

adulta, para interagir e dar um suporte à jovem agachada, dizendo o quanto compreendia as razões dela ficar assim tão para baixo. Solicitei também ao *Self* explorar o que aquela parte tinha de bom e que caminhassem juntas, de modo a encontrar uma maneira de incorporar as suas qualidades no seu dia a dia.

A externalização e diferenciação dos papéis internos (partes) através da experiência psicodramática facilita a conscientização da dinâmica interna das partes e o fortalecimento do *Self*, trazendo apaziguamento da tensão, relaxamento, resolutividade e mudança. Em geral, clientes com defesas rígidas de difícil suavização levam mais tempo para reprocessar a experiência angustiante do passado e autopromover a harmonização interna.

## **FINANCIAMENTO**

**Não se aplica.**

## **AGRADECIMENTOS**

**Não se aplica.**

## **REFERÊNCIAS**

Breunlin, D.C., Schwaertz, R. C. e Kune-Karrer, B.M. (2000). METACONCEITOS – Transcendendo os modelos de terapia familiar. São Paulo. Artmed.

Dias, Victor R.C, Silva. (1987). Psicodrama Teoria e. São Paulo: Ágora.

Dias, Victor R.C, Silva. (1994). Análise Psicodramática, Teoria da Programação Cinestésica. SP: Ágora.

Fleury, H. J., Khouri, G. S., & Hug, E. (Orgs.). (2008). Psicodrama e neurociências: contribuições para Prática mudança terapêutica (p.77, 129). São Paulo, SP: Ágora.

Howell, Elizabeth. (2020) Trauma and Dissociation Informed Psychotherapy: Relational. Healing and Therapeutic Connection (p. 172). W. W. Norton & Company. Kindle.

Khouri the, G. S. (2020). Psicoterapia psicodramática bipessoal com bonecos. *Rev. Br 30 as. Psicodrama*, São Paulo, v28, n1, p.25-40, Jan.-Abr.,2020.

Khouri, G. S. (2018). Psicodrama interno no tratamento de traumas: direcionadores de manejo. *Rev. bras. psicodrama*, 26(1), 51-65. doi: 10.15329/2318-0498.20180012.

Laplanche, J. (1992), *Vocabulário de Psicanálise*. São Paulo, SP: Martins Fontes;

Maquiera, S. (2007). Estados do Eu. In Lescano, R. (org.). (2007). *Trauma e EMDR, uma nova abordagem terapêutica* (p.141). Brasília, DF: Nova Temática.

Monteiro, A. (2020). *Estados de Ego, Dissociação e Trauma*, e-book, material curso de mesmo nome por Espaço da Mente, (p. 10). <https://www.espacodamente.com/cursos/estados-de-ego-dissociacao-e-trauma-ao-vivo/atividades/e-book-estados-de-ego/>.

Moreno, J.L. (1984). (p.20). *O teatro da Espontaneidade*, SP: Summus.

Porges, S.W. (2017). *Guia de bolsillo de la TEORIA POLIVAGAL El poder transformador de sentir-se seguro* (p.35). Barcelona, España, ED: Editorial Eleftheria, S.L.

Rojas-Bermúdez, J. (1997). *Teoria y técnica psicodramáticas*. Barcelona, Espanha: Paidós.

Rojas-Bermúdez, J. & outros (2012). (p.89). *Actualizaciones en Sicodrama, Imagen e Acción en la Teoría y la Práctica*. Culleredo – Acoruña-Galicia: Spiralia Ensayo.

Rojas-Bermúdez, J. G. (1985). *Títeres y sicodrama. (Edición bilingüe Español – Inglés)*.

Buenos Aires: Editorial Celeius.

Rojas-Bermúdez, J. G., & Moyano, C. F. (2012). *Teoria y técnica de las imágenes*

*sicodramáticas. In: Actualizaciones em Sicodrama – Imagen y acción en la teoría y la práctica. A Curuña: Spiralia Ensayo.*

Salvador, M. C. (2018). *Mais além do EU: encontrando nossa essência através da cura do trauma*. Brasília, DF: Trauma Clinic Edições.

Schwartz, R. C. (2004). *Terapia dos Sistemas Familiares Internos*. São Paulo: Roca.

Stone, H. e Stone S.L. (2014). *Manual del diálogo de voces*. Barcelona: Editorial Eleftheria.