



## **O teatro do silêncio – lugar de quietudes e inquietudes, memórias e transformações**

**Elisabeth Sene-Costa <sup>1</sup>**

**Margareth Calmon Gomes Garcia Palha<sup>2</sup>**

### **RESUMO**

O cenário contemporâneo é marcado por excesso de ruídos, caos psicológico e interações humanas atravessadas por agressividade, intolerância e dificuldade de escuta. Nesse contexto, a experiência do silêncio — condição essencial para o encontro consigo e com o outro — torna-se raro, embora profundamente necessário ao crescimento interior. Paradoxalmente, o silêncio também pode ser utilizado como forma de dominação, produzindo relações tóxicas e impedindo a fluidez espontânea da comunicação. Em uma de suas poesias, J. L. Moreno bendiz os silenciosos, independentemente de suas obras ou palavras, sugerindo a potência do silêncio como via de acesso à reflexão íntima e a um rico aquecimento mental e corporal que libera a espontaneidade. Esta vivência fundamenta-se na articulação entre silêncio, corpo, sensações e ação dramática, oferecendo um espaço de escuta profunda em meio à saturação sensorial do mundo contemporâneo. São objetivos: (1) Favorecer o contato do protagonista com a quietude do seu silêncio interior e por meio dele resgatar memórias afetivas relacionadas a personagens que utilizam o silêncio de forma opressora provocando inquietudes e impedimentos à sua caminhada livre e espontânea; (2) Produzir algo novo, não determinista, um “encontro de mentes”, como diz Zerka Moreno, que facilite a manifestação do drama interior de cada um; (3) Abrir espaço para que histórias marcadas pelo silêncio — em sua dimensão criativa e/ou dolorosa — possam ganhar expressão emocional; (4) Ampliar a consciência da experiência vivenciada - encrustada nesse território de angústia e sofrimento -, a um presente ‘aqui e agora’ mais harmonizado e liberto de amarras que até então o acompanhavam; (5) Facilitar a reflexão

---

<sup>1</sup> Médica psiquiatra, mestre em Ciências pelo IPQHCFMUSP. Psicodramatista didata-supervisora pela SOPSP (Sociedade de Psicodrama de São Paulo). E-mail: elisabethsene@terra.com.br.

<sup>2</sup> Psicóloga. Psicodramatista Didata-Supervisora pela FEBRAP. Associada do IMPSI (Instituto Mineiro de Psicodrama). E-mail: megcalmon@gmail.com.



e o compartilhamento construindo pontes criativas entre todos e fomentando a coesão grupal. Considerando que, para Moreno, o processo de aquecimento é a “manifestação operacional da espontaneidade”, será realizado inicialmente um aquecimento corporal, favorecendo o mergulho dos participantes à evocação de memórias relacionadas ao silêncio. A escolha de protagonista ocorrerá de forma voluntária, respeitando o ritmo do grupo. Os recursos psicodramáticos possibilitarão que o participante revise e ressignifique experiências, assumindo o protagonismo de sua própria história. O manejo grupal priorizará um contexto seguro de entrega e cocriação e a direção acompanhará os caminhos espontâneo-criativos emergentes, com o auxílio de ego-auxiliares e da plateia. Espera-se que o trabalho vivencial desenvolva a capacidade de escuta — de si e do outro, amplie a consciência de cada um (a) no ‘aqui e agora’ e possibilite maior integração emocional contribuindo para relações mais autênticas e espontâneas. A dramatização pode favorecer a ressignificação de experiências em que o silêncio esteve associado à angústia, ao bloqueio ou à submissão, transformando-o em recurso de expressão e criação. As ressonâncias grupais ampliam o sentido coletivo da vivência e fortalecem o sentimento de pertencimento. Assim, o “Teatro do Silêncio” reafirma o silêncio não como ausência, mas como locus da criação espontânea, um território vivo — um espaço onde algo novo pode emergir, onde a espontaneidade encontra forma e onde o encontro humano pode, enfim, acontecer. Finalmente, o compartilhamento permitirá a integração das pessoas, construindo pontes entre as experiências individuais e fortalecendo a coesão grupal.

**Palavras-chave:** Psicodrama. Silêncio. Espontaneidade. Teatro. Relações Interpessoais.

Campo Grande, 01 a 06 de junho de 2026