

Grupoterapia de Mulheres e seu processo de transição de aberto para fechado

Elenice A. Gomes¹

RESUMO

Este é um trabalho com um grupo *on-line* - presencialmente conectado - de terapia processual para mulheres adultas, na prática privada, que ocorre semanalmente, com cada sessão durando uma hora e meia, através da plataforma Zoom. Ele se iniciou de forma aberta no início de 2024 e depois de dois anos de funcionamento nesse modo, decidiu-se fechá-lo por um ano, a partir do início de 2026. É utilizado como referencial teórico-metodológico os preceitos grupais preconizados por Yudi Yozo, inspirados na Matriz de Identidade de J. L. Moreno e de J. S. Fonseca Filho. Para Yozo (1996), os grupos devem percorrer basicamente três fases: a da Indiferenciação, a do Reconhecimento do Eu e a do Reconhecimento do Tu. A ideia do grupo surgiu depois de um ciclo de rodas de conversa sobre abusos de gênero que ocorreu no segundo semestre de 2023, que disparou o alerta para a necessidade de um maior letramento de mulheres acerca da sua condição de gênero. Ana Lúcia Tavares foi convidada para compor unidade funcional com a autora para o atendimento do grupoterapêutico e, paralelamente, foram feitas duas *lives* pelo Instagram com outras colegas para fomentar um debate sobre interseccionalidades: diversidade de gênero, raça, classe e poder. O fato de o grupo transitar do tipo aberto para fechado se deveu à dificuldade de desenvolver o grupo, pois a cada semestre de 2024 e 2025, houve troca de pessoas com entradas e saídas, o que levou a retrocessos no seu desenvolvimento coletivo. Isso nos impedia de alcançarmos sociometricamente a terceira e última fase de desenvolvimento do grupo, que é o Reconhecimento do Tu! O resultado dessa mudança será verificado ao longo desse ano todo de 2026, a partir de nossa alteração desse quesito (de aberto para fechado) no contrato com o grupo.

Palavras-chave: 1. Grupo 2. Aberto 3. Fechado 4. Terapia 5. Mulheres

¹ Psicodramatista Didata Supervisora, Mestre em Psicologia Social, Terapeuta Sistêmica e Intercultural.



1 INTRODUÇÃO

A criação deste grupo terapêutico de gênero teve como inspiração um ciclo de rodas de conversa só com mulheres, que aconteceu em 2023, em cinco encontros. O propósito dessas rodas era discutir os cinco abusos de gênero: físico, sexual, moral, psicológico e patrimonial. Seus primeiros desdobramentos foram duas *lives* para outras conversas sobre interseccionalidade, diversidade de gênero, poder e raça: uma com a colega Maria da Penha Nery e a outra com Maria Célia Malaquias. Trabalhando em unidade funcional com Ana Lúcia Tavares (2025) – a criadora do Palco de Papéis – percebemos a necessidade de convidar mulheres para o seu empoderamento, através de maior tomada de consciência de seu papel não só de gênero, mas também de seu lugar no mundo no processo sócio-histórico e cultural brasileiro.

2 DESENVOLVIMENTO

Divulgamos a nossa proposta com postagens nas mídias sociais (*Instagram e Facebook*), acompanhada de um formulário de inscrição para mulheres interessadas. Também repercutimos em nossos contatos pessoais presencialmente e via *whatsapp*. Essa experiência nos reforçou a crença da sociometria de cada uma de nós duas da unidade funcional, pois o grupo que constituímos veio por nossas próprias redes de contatos pessoais, incluindo nossas ações afirmativas. A cada adesão que recebíamos à nossa proposta, fazíamos entrevistas individuais para avaliação diagnóstica das condições de pertencimento a um grupo terapêutico. Este grupo de mulheres adultas era aberto, heterogêneo do ponto de vista etário e étnico/racial, vivendo em diversas regiões geográficas do Brasil, e esteve em andamento assim desde o início de 2024, renovando a cada semestre, conforme saíam pessoas. Ele se iniciou com cinco



mulheres em 2024, variou esse número no seu transcurso e em 2026 reiniciou nessa nova conduta de fechamento com sete pessoas.

Utilizamos a plataforma Zoom, adotada também como a oficial pela FEBRAP, pois já é de conhecimento de muitos de nós, psicodramatistas, os benefícios das inúmeras ferramentas do aplicativo, que nos propicia a transposição de nossas técnicas psicodramáticas. Associamos a isso o uso do Palco de Papéis Virtual, desenvolvido por Ana Lúcia Tavares, a ego-auxiliar na unidade funcional, na qual a autora é a diretora.

2.1 Metodologia

Recorrendo à teoria da Matriz de Identidade de Moreno (1993) e estendendo-a melhor para a aplicação grupal, Yozo (1996) nos remete a três grandes fases de desenvolvimento do grupo: a da Identidade Grupal, a do Reconhecimento do Eu e a do Reconhecimento do Tu. Para Moreno (1993), a matriz de identidade lança os alicerces do primeiro processo de aprendizagem emocional da criança, assim como o grupo também percorre esse caminho de indiferenciação total no início, para uma diferenciação gradual, à medida em que as pessoas vão se (re)conhecendo em si mesmas e umas às outras, na preciosidade do compartilhamento de histórias vividas. Nos orientávamos por esse caminho, mas após quatro semestres com saídas e entradas de pessoas novas, decidimos tornar o grupo fechado. Isso porque, entendendo a psicoterapia de grupo como um método sociátrico, procuramos trabalhá-lo em sua dinâmica de desenvolvimento, segundo suas fases dentro da teoria da Matriz de Identidade Grupal de Yozo.

Em dois anos de processo com o grupo aberto, percebemos que as fases grupais não se desenvolviam para a terceira fase, posto que, a cada saída e nova entrada, retrocedíamos às fases anteriores para trabalharmos a nova configuração e necessária coesão grupal. O reconhecimento do Tu sempre ficava a desejar!

3 CONSIDERAÇÕES FINAIS



O Palco de Papeis foi uma ferramenta que nos permitiu evidenciar essa necessidade de mudança. Tal instrumento nos remete à Sociodinâmica, onde o *role-taking* é o iniciador do processo de desenvolvimento de papéis dentro da teoria moreniana, na qual, para pessoas adultas, eles são classificados como sociais e psicodramáticos (psicológicos).



Figura 1 – O Palco de Papeis extraído pela ferramenta de captura de imagem do Zoom

A Fig. 1 retrata o momento de uma sessão onde as participantes estão representadas pelas peças no palco a partir da consigna dada: a elas foi pedido que se colocassem inicialmente nos níveis em que se encontravam no *momento* (Martín, 1984, p. 19): no contexto dramático, no grupal, no social e no cósmico. Ensaíamos evoluir da segunda para a terceira fase do grupo, a do Reconhecimento do Tu. Estava findando o ano de 2025, mas fomos surpreendidas com a iminência de saída de duas pessoas. Esse foi o nosso *timing* para converter o grupo de aberto para fechado.





E assim iniciamos 2026, com o contrato renovado e o grupo modificado pela entrada de novas pessoas, mas com a permanência de algumas mulheres que estão desde 2024 e outras desde 2025. Vamos mapeando novos territórios e trabalhando memórias rumo a transformações importantes nessa tricotomização do microssocial.

REFERÊNCIAS

FONSECA FILHO, J. S. – **Psicodrama da Loucura: correlações entre Buber e Moreno** – São Paulo: Ágora, 1980.

MARTÍN, E. G. – **J. L. Moreno: Psicologia do encontro** – São Paulo: Duas cidades, 1984.

MORENO, J. L. – **Psicodrama** – São Paulo: Cultrix, 1993.

TAVARES, A. L. & SISTI, S. P. P. – **Palco de papéis: a fala liberta, a ação transforma** – São Paulo: Serifa, 2025.

YOZO, R. Y. K. – **100 jogos para grupos: uma abordagem psicodramática para empresas, escolas e clínicas**, São Paulo: Ágora, 1996.



Reflexões sobre psicoterapia grupal em formato aberto, recursos psicodramáticos e recalcular rota

Ana Lúcia Tavares²

RESUMO

Este trabalho apresenta a percepção sobre o desenvolvimento de um grupo psicoterapêutico online para mulheres. A proposta foi inicialmente estruturada como grupo aberto, fundamentado na metodologia psicodramática. O Psicodrama é o tratamento do indivíduo e do grupo através da ação dramática. No Psicodrama de Grupo o protagonista poderá ser um indivíduo ou o próprio grupo. A Psicoterapia de grupo criada por Moreno na fase americana, prioriza o tratamento das relações interpessoais, inseridas na dinâmica grupal. Nesse contexto, foi utilizada a ferramenta do Palco de Papéis como recurso de concretização das experiências vividas pelas participantes, possibilitando a expressão e a dramatização de diferentes papéis presentes em suas histórias de vida. O Palco de Papéis é uma ferramenta indispensável no meu contexto terapêutico. Ele oferece uma abordagem inovadora e altamente eficaz para a visualização e compreensão das cenas da vida cotidiana, permitindo uma exploração profunda e rica das experiências pessoais dos pacientes. Durante o desenvolvimento do grupo observou-se que a rotatividade de participantes, característica dos grupos abertos, influenciava diretamente o processo grupal. A cada ciclo, aproximado, de seis meses ocorria a saída de integrantes mais antigas e a entrada de novas participantes, o que frequentemente levava o grupo a retornar às fases iniciais do desenvolvimento grupal, especialmente à chamada fase do *eu*, dificultando o aprofundamento das experiências coletivas e a continuidade dos processos de elaboração. Diante dessa percepção, em dezembro de 2025 foi realizada uma reavaliação do formato do grupo, resultando na decisão de estruturá-lo como grupo fechado durante todo o ano de 2026, com o objetivo de favorecer maior continuidade nos vínculos e no desenvolvimento do processo psicoterapêutico grupal.

Palavras-chave: Psicodrama. Palco de Papéis. Grupos psicoterapêuticos. Mulheres. Desenvolvimento grupal.

² Bacharel em psicologia, Universidade de Franca
Psicodramatista nível 3, Ceileiro- Espaço Sociodramático
analuciatavareshp@gmail.com





1 INTRODUÇÃO

Em 2023, Elenice Gomes realizou um ciclo de rodas de conversa com mulheres, composto por cinco encontros nos quais foram discutidas diferentes formas de abuso de gênero: físico, sexual, moral, psicológico e patrimonial. Esses encontros possibilitaram a escuta de experiências compartilhadas entre as participantes, evidenciando a necessidade de criação de espaços de acolhimento e reflexão sobre o tema. A partir dessa experiência surgiu a proposta de iniciar um processo de psicoterapia grupal voltado exclusivamente para mulheres, estruturado a partir de uma unidade funcional composta por diretora e ego-auxiliar, sendo Elenice Gomes responsável pela direção do grupo e a autora deste trabalho atuando como ego-auxiliar.

O objetivo desse grupo psicoterapêutico foi constituir um espaço de cuidado, escuta e interação entre as participantes, favorecendo o fortalecimento emocional e social e a ampliação da autocompreensão de si mesmas em suas dimensões individuais e relacional. A proposta fundamenta-se na abordagem psicodramática. Essa perspectiva compreende o ser humano a partir das relações que estabelece e dos papéis que desempenha em seu contexto social. Nesse sentido, o trabalho grupal assume papel central na prática psicodramática. O grupo constitui um espaço privilegiado para a manifestação e elaboração das experiências emocionais e relacionais dos participantes. A experiência grupal favorece ainda o desenvolvimento da espontaneidade e da criatividade, elementos considerados fundamentais para o processo terapêutico e para a transformação das relações interpessoais. Assim, o grupo psicoterapêutico constitui um espaço no qual essas relações podem ser exploradas e ressignificadas, possibilitando aos participantes ampliar sua compreensão sobre si mesmos e sobre suas formas de se relacionar com os outros.



Nesse sentido, o trabalho grupal com mulheres pode contribuir para a construção de espaços de apoio, reconhecimento e fortalecimento coletivo, especialmente quando se trata de experiências relacionadas às violências e desigualdades de gênero.

Dessa forma, a criação de um grupo psicoterapêutico voltado exclusivamente para mulheres busca oferecer um espaço seguro para a partilha de experiências, a elaboração de vivências relacionadas às relações de gênero e o fortalecimento das participantes em seus processos individuais e coletivos.

2 DESENVOLVIMENTO

A proposta inicial consistiu na formação de um grupo psicoterapêutico aberto, destinado exclusivamente a mulheres, realizado na modalidade online por meio da plataforma Zoom, com encontros semanais às terças-feiras no período da manhã. Para a divulgação da proposta foram utilizadas diferentes estratégias de comunicação, incluindo lives e publicações no Instagram, além da circulação de informações em grupos de WhatsApp, inclusive entre colegas psicodramatistas. As mulheres interessadas em participar do grupo eram convidadas a realizar uma entrevista individual prévia, cujo objetivo era possibilitar um primeiro contato entre as terapeutas e as possíveis participantes, bem como apresentar a proposta e o enquadre do trabalho grupal.

A entrevista inicial tinha como finalidade conhecer a história da possível integrante e avaliar a viabilidade de sua participação no processo psicoterapêutico grupal. Nesse momento eram investigados aspectos como experiências prévias em psicoterapia, participação anterior em grupos terapêuticos ou outros contextos grupais, além de elementos relacionados à condição psíquica e relacional da participante. Buscava-se também compreender as motivações que despertaram o interesse pelo grupo. Esse procedimento inicial dialoga com a perspectiva psicodramática de compreensão do indivíduo a partir de suas relações e vínculos significativos. A partir dessas entrevistas e do contato inicial com as participantes, foi gradualmente construída



uma identidade grupal. Um aspecto central para a confirmação da participação dizia respeito, sobretudo, à disponibilidade das interessadas para o compromisso com o processo grupal. O grupo iniciou-se com cinco mulheres; contudo, após duas sessões, uma das participantes decidiu se desligar do processo. Tais movimentos são esperados nas fases iniciais de formação de grupos terapêuticos, podendo ocorrer em função de dificuldades de adaptação ao grupo, da percepção de que aquele não é o momento adequado para iniciar um processo psicoterapêutico ou ainda por questões pessoais.

Durante o início do processo grupal, foi possível utilizar o instrumento Palco de Papéis em três momentos distintos. Em duas ocasiões o recurso foi utilizado para a construção do átomo familiar de duas participantes, permitindo visualizar e compreender as relações intrafamiliares, bem como os papéis e funções sociopsicológicas desempenhadas pelos membros do sistema familiar, numa perspectiva transgeracional. Em outra ocasião, ainda nessa fase inicial de identificação grupal, uma das participantes esteve ausente de uma sessão. A ausência foi trabalhada no grupo por meio da técnica da cadeira vazia, na qual as demais integrantes foram convidadas a ocupar simbolicamente o papel da participante ausente. Cada integrante assumiu esse papel em diferentes momentos, favorecendo a expressão de percepções, sentimentos e significados atribuídos à ausência no contexto grupal.

O Palco de Papéis, instrumento desenvolvido pela autora, foi utilizado para o desenvolvimento das técnicas psicodramática, favorecendo a concretização e desenvolvimento destas. Segundo Nathalia (TAVARES, 2025, p. 104) o Palco de Papéis é uma ferramenta valiosa no contexto do atendimento psicológico, especialmente por sua capacidade de auxiliar os clientes na visualização de cenas da vida cotidiana de maneira concreta e tangível.

No terceiro mês de funcionamento do grupo, uma das participantes iniciou um novo trabalho, o que a impossibilitou de continuar participando dos encontros no horário previamente estabelecido. Tal situação gerou um movimento grupal no sentido de buscar alternativas para que ela pudesse permanecer no processo, resultando na modificação do horário das sessões. Esse movimento foi compreendido pela unidade funcional como um indicativo do desenvolvimento do grupo enquanto coletivo, evidenciando o fortalecimento dos vínculos entre as participantes. Nesse momento foi possível perceber o grupo transitando para a segunda fase da matriz de identidade grupal, caracterizada pela possibilidade de reconhecimento do outro,



ou seja, do *tu*. Nessa fase, as participantes começam a ampliar sua capacidade de perceber o outro como sujeito e passam a experimentar formas iniciais de inversão de papéis.

Entretanto, cerca de três meses depois, outra participante por questões pessoais precisou se ausentar do grupo, permanecendo quatro integrantes no grupo até a entrada de duas novas participantes, aproximadamente nove meses após o início do grupo. Nesse momento, a unidade funcional percebeu a necessidade de retomar os contratos iniciais e reorganizar o funcionamento grupal para favorecer a inclusão das novas integrantes. Durante esse período foi possível observar um certo arrefecimento dos temas que anteriormente estavam emergindo com maior intensidade, os quais pareciam retornar momentaneamente às margens do processo grupal. O reaquecimento do grupo ocorreu gradualmente ao longo de dois a três meses, à medida que as novas integrantes passaram a se integrar à dinâmica relacional do grupo.

Apesar de se perceber que o tempo necessário para o reaquecimento do processo grupal se tornava progressivamente menor, cada movimento de saída ou entrada de participantes demandava um período de reorganização e reconstrução da identidade grupal. Diante da recorrência desse fenômeno, a unidade funcional passou a refletir sobre os efeitos da rotatividade de participantes no aprofundamento do processo terapêutico. A partir dessa percepção, optou-se por estruturar o grupo como grupo fechado durante o período de um ano, sem a entrada de novas participantes, com o objetivo de observar a eficácia do aprofundamento do processo grupal quando as integrantes têm a oportunidade de permanecer juntas por um período mais prolongado.

3 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A experiência descrita neste trabalho possibilitou refletir sobre o desenvolvimento de um grupo psicoterapêutico de mulheres na abordagem psicodramática e os impactos do formato aberto. Observou-se que, embora esse modelo favoreça o acesso e a entrada de novas participantes, a rotatividade frequente interfere no aprofundamento do processo terapêutico, pois exige constantes retomadas das fases iniciais do grupo.

Evidenciou-se que a identidade grupal se constrói progressivamente, sendo influenciada pela qualidade dos vínculos. O fortalecimento dessas relações promove maior confiança, espontaneidade e criatividade, elementos essenciais no psicodrama. Recursos como o Palco de





Papéis e a técnica da cadeira vazia contribuíram para a expressão e compreensão das experiências emocionais e relacionais das participantes.

Outro aspecto relevante foi a importância do tempo de convivência para a coesão grupal. A entrada e saída de integrantes demandava reorganizações constantes, indicando a necessidade de maior estabilidade para aprofundar o processo terapêutico.

Diante disso, a proposta de um grupo fechado por um ano surge como estratégia para favorecer continuidade, fortalecimento de vínculos e aprofundamento das experiências.

Assim, destaca-se a importância dos grupos psicoterapêuticos para mulheres como espaços de acolhimento, elaboração e fortalecimento coletivo, bem como a necessidade de refletir sobre o enquadre grupal adotado. Salienta-se as conclusões e/ou posições do autor frente aos frutos do estudo, geralmente confeccionada por meio da exploração dos objetivos alcançados e da discussão do problema discutido.

4 REFERÊNCIAS

GONÇALVES, Camila Salles; WOLFF, José Roberto; ALMEIDA, Wilson Castello de. **Lições de psicodrama:** introdução ao pensamento de J.L Moreno. São Paulo: Ágora, 1988.

TAVARES, A. L., Paschoal, S. P., **Palco de Papéis:** a fala liberta, a ação transforma. 1º Ed, Ipiranga-SP: Serifa, 2025.

