



Sustente sua natureza humana: uma proposta psicodramática transdisciplinar para a humanização das relações

Dolores Maria Pena Solléro

RESUMO

A contemporaneidade tem produzido relações marcadas pela aceleração e centralidade no desempenho dos papéis. Esse empobrecimento das subjetividades nas relações, nos revela um processo sutil de desumanização, o que pode ser compreendido à luz do que Pierre Weil, psicodramatista e psicólogo transpessoal, denomina fantasia de separatividade, a crença ilusória de que o indivíduo está isolado do outro, da natureza e do cosmos. Não se trata apenas de uma construção cognitiva, mas de uma experiência internalizada de fragmentação que molda afetos, comportamentos e formas de vínculo. Superar essa fantasia exige mais do que reflexão teórica, requer experiências que restitua a percepção de interconexão. A ontologia moreniana afirma esta interdependência ao conceber o ser humano como Homem Cósmico, pertencente simultaneamente a si, ao grupo e ao universo. Essa concepção afirma a interdependência como condição constitutiva da existência. A noção de INSTINTO, na mesma perspectiva Moreniana, é também fundamental para essa compreensão. O instinto, concebido como energia vital originária, base da ação e da criatividade humana, não se trata de impulso irracional a ser reprimido, mas de força dinâmica que, quando atravessada pela espontaneidade, transforma-se em ato criador. Integrar instinto e ação criativa significa reinserir o corpo e os afetos na experiência relacional. A proposta Sustente sua natureza humana nasce como um movimento de reconexão, com o objetivo de humanizar as relações. Fundamenta-se teoricamente no Psicodrama e na Transdisciplinaridade. A transdisciplinaridade conforme sistematizada por Basarab Nicolescu, oferece o horizonte epistemológico integrador da vivência. Ao reconhecer múltiplos níveis de realidade interconectados — físico, psíquico, social e simbólico —, essa perspectiva rompe com a lógica fragmentária e sustenta uma compreensão ampliada do humano. Humanizar, sob esse enfoque, significa religar dimensões dissociadas da experiência. Metodologicamente, a vivência estrutura-se nas etapas psicodramáticas. No aquecimento são feitas correlações simbólicas e físicas aos elementos da natureza. A terra evoca a presença, enraizamento, pertencimento e sustentação; a água, fluidez emocional e vínculo; o fogo,

Campo Grande, 01 a 06 de junho de 2026



energia instintiva transformada em criação; o ar, a respiração, consciência e comunicação. A percepção de que esses elementos existem “fora e dentro de si” amplia a consciência da interconectividade. Na etapa de dramatização são vivenciadas as facilidades e dificuldades para a sustentabilidade Humana. Quatro voluntários representam respectivamente: 1- o alvo a ser atingido (relação humanizada); 2- o sujeito (representante de cada um participante do grupo); 3- dificuldades; 4- facilidades. 1 e 2 se colocam nos extremos da sala enquanto 3 e 4, encarnando seus papéis, se encarregam de facilitar e dificultar simultaneamente o percurso do 2 até o 1. Vamos ver! O compartilhamento se faz para a integração coletiva a partir das sensações, sentimentos e percepções vivenciadas. Como resultado temos que, humanizar-se torna-se, assim, um ato ético ao se reconhecer em interdependência, por meio da reintegração do impulso vital, da consciência de pertencimento cósmico, da superação da separatividade e do agir criativo com responsabilidade na construção de relações mais sensíveis, conscientes e verdadeiramente humanas.

Palavras-chave: Psicodrama. Humanização das relações. Transdisciplinariedade.