



O que eu faço com o que a vida faz de mim? Afetos em cena

Denilda Oliveira do Prado¹

Carlos Alberto Machado Ribeiro²

Valesca Aguiar Salles³

RESUMO

A proposta desta vivência é trabalhar o Tema “**O que eu faço com o que a vida faz de mim?**”, cujo objetivo é refletir sobre situações inusitadas da vida nas quais é preciso tomar decisões que podem afetar a forma de vivenciar o momento presente. Transformar situações difíceis, tais como, doenças, perdas de emprego, ou mesmo um luto inesperado em processo de aprendizagem nem sempre é um trabalho fácil. Torna-se necessário a ampliação e conscientização dos papéis sociais, para ressignificação de memórias e desenvolvimento da espontaneidade diante da conserva cultural. A metodologia utilizada para este trabalho será o Sociodrama, obedecendo todas as suas etapas (aquecimento, dramatização e compartilhamento). Em seguida, será feito ainda um processamento a fim de refletir à luz da teoria o trabalho vivencial. Para o aquecimento inespecífico, será utilizada a técnica do iniciador físico, momento no qual os participantes serão convidados a se movimentar pela sala de maneiras diferentes ao som de músicas com ritmos diversos. Logo após, para o aquecimento específico, os participantes serão convidados a entrar em contato consigo mesmo, a fim de seguir juntos a uma viagem interna em busca de memórias dos momentos nos quais cada um se viu diante de uma situação inusitada e/ou inesperada (focar nos sentimentos envolvidos naquela situação). Ao final do aquecimento específico, os participantes serão convidados a escrever num papel quais foram esses sentimentos. De posse dos sentimentos já descritos no papel, os participantes serão convidados a se juntar em subgrupos de 3 a 4 pessoas através do critério de território relacional construído no grupo para compartilhar esses sentimentos envolvidos a fim de trabalhar o *acting out*, ou seja, proporcionando a expressão dramática dos conteúdos internalizados, lembranças e da imaginação através do tempo e espaço e da memória, ativando a criatividade e espontaneidade preparando para a próxima etapa. Para a

¹ Psicodramatista Didata pelo Dramatriz Instituto de Psicodrama. denilda@gmail.com.

² Psicodramatista pelo Instituto Cosmos de Psicodrama. carlosmachadorib@gmail.com.

³ Psicodramatista Didata em Formação pelo Dramatriz Instituto de Psicodrama. vasalles@yahoo.com.br.



dramatização, cada subgrupo deve trazer ao grupão uma síntese do que discutiram da forma mais espontânea e criativa possível através de uma cena, escultura, música, desenho, etc. Depois da dramatização, daremos início à etapa do compartilhar. O compartilhar é o momento no qual cada um fala sobre o que sentiu durante o trabalho, sem racionalizar. E logo após o compartilhar, o processamento. Como resultados esperados deste trabalho, destacam-se a ampliação da consciência de papéis sociais, a ressignificação de memórias, produção de respostas novas frente à cultura e fortalecimento da autonomia subjetiva no grupo.

Palavras-chave: Sociodrama. Espontaneidade. Criatividade. Interpretação de Papéis. Emoções.