Amores (Im)possíveis - A descentralização dos afetos como ferramenta para espontaneidade e criatividade

Kamilah Neves da Silva[1]

Marlon César Mitsunaga Paredes[2]

Mayara Pompeo dos Santos[3]

RESUMO

Tema: A vivência propõe uma investigação prática e teórica sobre a hierarquia das relações na contemporaneidade. O foco central é a descentralização do modelo afetivo-sexual (o amor romântico tradicional) em favor de uma "biodiversidade de afetos". Busca-se explorar como o fortalecimento de vínculos de amizade, comunidade e cuidado coletivo pode ampliar a saúde mental e a potência criativa dos indivíduos. **Fundamentação Teórica:** A base científica e filosófica desta proposta sustenta-se nas referências da Socionomia de J. L. Moreno, no que diz respeito aos conceitos de “espontaneidade-criatividade”, em que a saúde é medida pela capacidade de responder de forma nova a situações antigas; a descolonização dos afetos de Geni Nuñez, que traz a crítica à “monocultura dos afetos” questionando como o modelo monogâmico exclusivista limita às redes de apoio; a psicanálise do cotidiano de Ana Suy que contribui com a compreensão das faltas e das impossibilidades inerentes ao amar, permitindo que o sujeito lide com o real das relações; e a pedagogia do amor de Bell Hooks que fundamenta o amor como uma ação política e prática de liberdade, que não se restringe ao par romântico. **Objetivo:** Proporcionar um espaço de experimentação protegida para que os participantes

[1] Psicodramatista em Formação pela Associação Brasileira de Psicodrama e Sociodrama, kamilahneves@gmail.com
[2] Psicodramatista em Formação pela Associação Brasileira de Psicodrama e Sociodrama, marlonmitsunaga@gmail.com
[3] Psicodramatista Didata pela Associação Brasileira de Psicodrama e Sociodrama, pompeo.psi@gmail.com

identifiquem automatismos relacionais e exercitem novas formas de vinculação. O objetivo é estimular a percepção de rede, validando afetos que a lógica social frequentemente marginaliza, e promover a autonomia afetiva através da espontaneidade psicodramática. **Metodologia:** A vivência utiliza a metodologia 3-3-5 do Psicodrama, dividida em três atos: Aquecimento: Inicia-se com um mural coletivo para mapear o imaginário social sobre o amor (referências artísticas e midiáticas). Em seguida, um aquecimento específico utiliza bexigas com frases provocativas; os participantes circulam, escolhem mensagens que ressoam com sua subjetividade e formam duplas, evoluindo para quartetos e sextetos, promovendo a progressiva desinibição e o encontro interpessoal; Dramatização: Os grupos são convidados a transformar as discussões em cenas curtas. A direção intervém, permitindo que o grupo visualize e "treine" novas possibilidades de ação diante dos conflitos afetivos; Compartilhar: Momento de processamento grupal onde o foco sai da análise crítica e volta-se para a ressonância subjetiva — como a experiência tocou cada um dos participantes. **Resultados Esperados:** Espera-se que os participantes saiam da vivência com uma ampliação do seu repertório relacional, conseguindo distinguir entre o amor como posse e o amor como conexão. Como resultado direto do método psicodramático, busca-se a redução da ansiedade frente aos modelos ideais de relacionamento e o fortalecimento de uma rede de apoio mútua, fundamentada na criatividade e na valorização das amizades e parcerias não-sexuais.

Palavras-chave: Amor; Descentralização dos Afetos; Espontaneidade-Criatividade; Descolonização de Afetos; Redes de Apoio;