# Corpo vivo: psicossomática e psicodrama na criação de caminhos de cuidado

**Elaine Cristina Vilioni de Souza Guiral**[1]

## RESUMO

Esta proposta de aula vivencial apresenta fundamentos teórico-metodológicos da psicossomática à luz do psicodrama. Parte-se da compreensão do corpo como um território vivo de experiência, que possibilita a relação do ser com o mundo e a própria co-autoria com a criação. No campo da psicossomática a luz do psicodrama, estudos têm compreendido que os processos de adoecimento emergem de conflitos e dissociações entre corpo e experiência emocional, manifestando-se por meio de sintomas quando não encontram vias de elaboração e configurando, ao mesmo tempo, uma tentativa do organismo de restaurar a integração e a unidade do ser. Nesse contexto, o psicodrama apresenta-se como uma abordagem que privilegia a ação, a relação e a realidade suplementar como caminhos de expressão, simbolização e rematrização da experiência, favorecendo a integração corpo–emoção, a experiência do encontro. O objetivo desta proposta é apresentar a construção de um percurso de estudo sobre o tema e refletir sobre o potencial das vivências corporais e grupais na construção de caminhos de cuidado, destacando a ampliação da consciência corporal, a simbolização de vivências e a potência do encontro. A metodologia organiza-se como aula vivencial em três momentos: aquecimento, com atividades de sensibilização e mapeamento corporal; dramatização, a partir dos conteúdos emergentes; e compartilhamento com integração reflexiva, articulando experiência e referencial teórico. Como resultados esperados, destacam-se a ampliação da escuta do corpo, o reconhecimento de suas expressões como portadoras de sentido e a vivência do grupo como espaço de produção de saúde. A proposta também dialoga com o modelo formativo da Casa do Encontro Espaço Terapêutico e de Formação, enfatizando o grupo como território de criação, vínculo e desenvolvimento da espontaneidade. Conclui-se que a articulação entre corpo, psicossomática e psicodrama favorece práticas de cuidado mais sensíveis, integradas e criativas.

**Palavras-chave:** Psicossomática. Psicodrama. Corpo. Cuidado. Grupos.

## 1 INTRODUÇÃO

A partir do tema do 25º Congresso Brasileiro de Psicodrama - *Territórios, memórias e transformações* -, emerge o desejo de trazer ao palco de uma aula vivencial o corpo como território vivo, onde se inscrevem memórias e de onde podem emergir processos de transformação na experiência em cena.

[1] Psicóloga pelo Centro Universitário de Franca; Mestre pela EERP-USP; Psicodramatista Didata pela Casa do Encontro de Franca; Professora-supervisora no curso de Psicologia da Anhanguera Franca, elainevilioni@gmail.com

A compreensão do corpo como dimensão central da experiência humana tem sido amplamente discutida no campo da psicossomática, que reconhece a indissociabilidade entre processos biológicos, emocionais e relacionais. Nessa perspectiva, o corpo deixa de ser compreendido apenas como suporte orgânico, passando a ser concebido como território vivo de inscrição de afetos, memórias e histórias de vida. Quando determinadas experiências não encontram vias de simbolização, podem manifestar-se por meio de sintomas, configurando expressões psicossomáticas do sofrimento (FREIRE, 2000; PITERBARG, 2010; 2016).

Nessa direção, Piterbarg (2010) propõe compreender o sintoma como uma forma de linguagem do corpo, um "hieróglifo" que expressa conteúdos não elaborados. Freire (2000), por sua vez, enfatiza o corpo como referência concreta da existência, articulando dimensões biológicas, emocionais, socioculturais, relacionais e cósmicas. Em convergência, essas autoras permitem compreender o sintoma não apenas como expressão do sofrimento, mas como manifestação de experiências de incoerência, dissociação e desintegração do ser, que, ao mesmo tempo, anunciam uma busca por integração, unidade e pela experiência do Encontro.

Nessa perspectiva, o cuidado em saúde requer abordagens que considerem o corpo em sua dimensão relacional, expressiva e criadora. Nesse contexto, o psicodrama apresenta-se como abordagem privilegiada ao mobilizar corpo, ação e relação como vias de acesso à experiência. Ao trabalhar com a realidade suplementar, possibilita a expressão e elaboração de conteúdos não simbolizados, favorecendo novos modos de resposta à vida.

O grupo constitui elemento fundamental nesse processo, configurando-se como campo vivo de relações, no qual se tornam possíveis experiências de reconhecimento e criação. Destacam-se, nesse sentido, contribuições da formação em psicodrama desenvolvida na Casa do Encontro, que compreende o grupo como território vivo de produção de saúde.

Esta aula propõe articular fundamentos da psicossomática e do psicodrama em uma perspectiva teórico-vivencial. Seu objetivo geral é refletir e vivenciar o potencial do psicodrama na articulação entre corpo e psicossomática. Como objetivos específicos, busca-se: ampliar a compreensão do corpo como território vivo; explorar o sintoma; experimentar dispositivos psicodramáticos; e reconhecer o grupo como espaço de produção de saúde.

## 2 DESENVOLVIMENTO

### 2.1 Proposta da aula

A aula articulará fundamentos da psicossomática e do psicodrama a partir de uma abordagem teórico-vivencial centrada no corpo como território de experiência. O sintoma é compreendido como linguagem, expressando o conflito corpo e alma, na busca da experiência de integração do ser – a experiência do Encontro. (FREIRE, 2000; PITERBARG, 2010; 2016).

O psicodrama é apresentado como dispositivo que possibilita o reconhecimento, a expressão e rematrização das experiências, a partir da potência do encontro e da ação criadora. A proposta busca criar condições para que os participantes possam reconhecer e experienciar

uma relação mais sensível e integrada com o próprio corpo, a partir da vivência e das ampliações teóricas.

O grupo constitui elemento central desse processo, configurando-se como campo relacional que favorece o espelhamento, o reconhecimento e a co-criação de sentidos. Nessa direção, aproxima-se da compreensão do grupo como um território vivo de criação e cuidado, onde o encontro possibilita não apenas a elaboração do vivido, mas também a emergência do "sonho-ação" — entendido como gesto criador de mundos possíveis, que se constrói na experiência compartilhada e na potência do encontro (RIBEIRO, 2024; 2025). Nesse contexto, são incorporados elementos do modelo formativo da Casa do Encontro, que compreende o grupo como espaço vivo de produção de saúde.

## 2.2 Estrutura vivencial da aula

A aula organizar-se-á em três momentos: aquecimento, dramatização e compartilhamento – integração reflexiva.

No aquecimento, serão propostas atividades de sensibilização e consciência corporal, ampliando a percepção do corpo e das sensações. Em seguida, será realizado um mapeamento simbólico do corpo, permitindo a expressão das sensações e emoções reconhecidas.

Na dramatização, serão construídas cenas a partir dos conteúdos emergentes, utilizando a realidade suplementar como campo de experimentação. Técnicas como duplo, espelho e inversão de papéis favorecem a integração corpo-emoçã0, desenvolvimento da Tele e o e ampliação da consciência. O foco está na vivência, não na interpretação.

No compartilhamento e integração reflexiva, os participantes poderão expressar ressonâncias da experiência, favorecendo a construção coletiva de sentidos, articulada a conceitos da psicossomática e psicodrama, como espontaneidade-criatividade, tele, encontro, relações e grupo.

## 2.3 Contribuições para o psicodrama

Em diálogo com o tema do congresso *Territórios, memórias e transformações*, a proposta visa contribuir para o campo psicodramático ao enfatizar o corpo como território vivo: espaço que conserva memórias e, ao mesmo tempo, constitui-se como movimento contínuo na abertura de novas possibilidades de ser, em confluência com a vida.

O corpo ocupa lugar central na proposta moreniana, uma vez que é por meio dele que se tornam possíveis o sentir, a ação, a relação e o encontro. É a partir do corpo em cena que a transformação acontece — e, nesta aula, ele é tomado como protagonista.

Ao enfatizar a dimensão vivencial, amplia-se a compreensão do psicodrama como prática integradora do corpo, favorecendo a ação espontânea-criadora e o processo de tornar-se co-criador da própria existência e da vida em relação - perspectiva fundante na obra de Moreno (2008).

O reconhecimento do grupo como espaço de cuidado e produção de saúde reforça sua potência como território relacional, no qual o encontro favorece especialmente a emergência de processos de transformação.

## 3 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A proposta reafirma o corpo como território vivo de experiência, no qual se inscrevem memórias que, muitas vezes, se expressam por meio dos sintomas. Compreendê-los como linguagem amplia as possibilidades de escuta, simbolização e integração do vivido.

Em consonância com o tema do congresso *Territórios, memórias e transformações*, evidencia-se que é no corpo, em cena e em relação, que se tornam possíveis processos de transformação. O psicodrama, ao privilegiar a ação e o encontro, favorece a emergência de novos sentidos e modos de existir.

O grupo, como território relacional, sustenta o cuidado na experiência compartilhada e na produção de saúde, conforme proposto pela Casa do Encontro.

Conclui-se que a articulação entre psicossomática e psicodrama amplia caminhos de cuidado mais sensíveis, integrados e criativos.

## REFERÊNCIAS

FREIRE, C. A. **O corpo reflete o seu drama:** somatodrama como abordagem psicossomática. São Paulo: Ágora, 2000.

MORENO, Jacob Levy. **Quem Sobreviverá?:** Fundamentos da sociometria, da psicoterapia de grupo e do sociodrama. São Paulo: Daimon, 2008. (Edição de Estudante)

RIBEIRO, A. A. F. R. **O amanhecer da autoria**: trajetórias em psicopedagogia e Psicodrama com crianças. Franca/SP: Editora da autora, 2025.

RIBEIRO, D. F. A decolonialidade na pesquisa e prática psicodramáticas: pela superação de epistemicídios históricos. **Rev. Bras. Psicodrama**, v31, e0323, p.1-12, 2023. Disponível em: https://revbraspsicodrama.org.br/rbp/article/view/649. Acesso em: 15 de fev. 2026.

RIBEIRO, D. F.; ZINGRA, L.S; RODRIGUES, M. A. S.; VIEIRA, P. C. V.; DINIZ, L. F. **Que mundo queremos? Eu, você, nós.** 1. ed. São Paulo: FEBRAP, 2024. v. 1. 201p. Disponível em: https://febrap.org.br/wp-content/uploads/2024/11/e-book-completo.pdf. Acesso em 15 de fev 2026.

PITERBARG, A. **Todavía respira**: una mirada poetica sobre el psicodrama. Buenos Aires: Nuevos Tiempos, 2010.

PITERBARG, A. **Repensar lo corporal:** psicosomática, discapacidad, danza circular, psicodrama. Argentina: Ricardo Vergara ediciones, 2016.

PITERBARG, A. **Espejos infinitos:** un abordaje multifocal del metodo psicodramatico. Ciudad Autonoma de Buenos Aires: Dunken, 2025.