Decodificação dos sonhos na análise psicodramática: teoria e prática clínica

Neiva Cardoso Mattei

RESUMO

Este trabalho apresenta o método de decodificação dos sonhos na análise psicodramática, conforme proposto por Victor Dias, articulando fundamentação teórica e prática clínica. Na análise psicodramática, o sonho é compreendido como uma mensagem que o psiquismo envia a si mesmo com a finalidade de mobilizar, conscientizar e integrar conteúdos excluídos do conceito de identidade. Esses conteúdos, muitas vezes, não podem acessar diretamente o Eu consciente e, por isso, manifestam-se por meio de símbolos, constituindo os chamados sonhos codificados, relacionados principalmente às zonas de exclusão do psiquismo. A fundamentação teórica baseia-se nos conceitos de zonas de exclusão, memórias bloqueadas, formação simbólica por associação e equivalência de memórias e na compreensão do sonho como tentativa de autocura do psiquismo. O objetivo deste trabalho é apresentar de forma breve o método de decodificação dos sonhos na análise psicodramática, associando teoria e prática clínica. A metodologia caracteriza-se como um relato em mesa redonda, fundamentada em revisão teórica e experiência clínica da autora, que utiliza este método há mais de uma década na clínica psicodramática. Como resultados, observa-se que o trabalho com sonhos codificados permite acesso gradual ao material excluído, favorecendo sua elaboração e integração ao conceito de identidade. Conclui-se que o método constitui um importante instrumento terapêutico na análise psicodramática.

Palavras-chave: sonhos; símbolos; análise psicodramática; zonas de exclusão; decodificação dos sonhos.

1 INTRODUÇÃO

Na análise psicodramática, o sonho é compreendido como uma mensagem que o psiquismo envia para si mesmo com a finalidade de mobilizar e integrar conteúdos excluídos do conceito de identidade. Diferentemente de outras abordagens que enfatizam a interpretação simbólica, o método da decodificação dos sonhos propõe que o trabalho terapêutico seja realizado a partir da organização do enredo do sonho e da relação entre seus elementos, estabelecendo uma interface entre o terapeuta e a zona de exclusão do sonhador.

Os conteúdos presentes nos sonhos estão frequentemente relacionados às zonas de exclusão do psiquismo, formadas ao longo do desenvolvimento psicológico quando determinadas vivências não puderam ser integradas ao conceito de identidade do indivíduo. Essas vivências permanecem registradas, porém bloqueadas, continuando a atuar na dinâmica psíquica e manifestando-se de forma simbólica nos sonhos.

Dessa forma, o sonho passa a ser entendido como uma tentativa de autocura do psiquismo, pois traz para o Eu consciente, de maneira simbólica, conteúdos que necessitam ser trabalhados e integrados. Assim, o objetivo deste trabalho é apresentar o método de decodificação dos sonhos na análise psicodramática, articulando a fundamentação teórica com a prática clínica da autora.

2 DESENVOLVIMENTO

2.1 O sonho como material terapêutico

Na análise psicodramática, todo sonho possui função terapêutica, pois permite que o indivíduo entre em contato com conteúdos de seu mundo interno que necessitam ser trabalhados. Esse material onírico pode ser codificado ou não codificado. Os sonhos não codificados incluem os sonhos de realização de vontades e os sonhos de constatação, nos quais o conteúdo aparece de forma clara e não necessita de decodificação. Já os sonhos codificados apresentam conteúdo simbólico e estão relacionados principalmente às zonas de exclusão do psiquismo.

Os sonhos podem ser sistematizados em cinco grandes grupos: sonhos de realização de vontades, sonhos de constatação, sonhos de primeira zona de exclusão, sonhos de segunda zona de exclusão e sonhos de reparação. Os sonhos relacionados às zonas de exclusão são considerados os mais importantes no processo psicoterápico, pois trazem conteúdos excluídos que precisam ser integrados ao conceito de identidade.

2.2 O método de decodificação dos sonhos

O método de decodificação dos sonhos tem como objetivo trabalhar o material excluído dentro da própria zona de exclusão, sem a necessidade de interpretação imediata, evitando a mobilização excessiva dos mecanismos de defesa. Esse método consiste em duas fases principais: a formação de uma interface entre o terapeuta e a zona de exclusão do sonhador e a pesquisa com o Eu consciente sobre o conteúdo manifesto do sonho.

A decodificação consiste na organização do enredo do sonho, levando em consideração seus elementos e suas relações, e não na interpretação direta dos símbolos. O objetivo é permitir que o próprio psiquismo continue o processo de elaboração por meio de sonhos subsequentes, nos quais os símbolos tendem a tornar-se mais claros e compreensíveis.

2.3 A sistematização dos sonhos

Para facilitar o trabalho terapêutico, propõe-se a análise dos sonhos a partir de alguns elementos fundamentais: mensagem central, elemento de enquadre, marcador de época, elementos simbólicos, personagens, relação entre os elementos, enredo/decodificação e interpretação.

A mensagem central está relacionada ao foco afetivo do sonho. O elemento de enquadre indica o arquivo de memória que está sendo trabalhado. O marcador de época aponta a fase da vida em que o conteúdo foi excluído do conceito de identidade. Os elementos simbólicos representam conteúdos equivalentes às memórias bloqueadas. A relação entre os elementos permite compreender o enredo e a mensagem do sonho.

2.4 Os símbolos na análise psicodramática

Na análise psicodramática, os símbolos são compreendidos como equivalentes de memória, ou seja, representações simbólicas de conteúdos bloqueados ou excluídos. O psiquismo utiliza os símbolos para comunicar esses conteúdos ao Eu consciente sem que eles sejam reconhecidos de forma direta, evitando conflito com o conceito de identidade vigente.

Os símbolos podem ser consensuais, quando possuem significado compartilhado culturalmente, ou particulares, quando possuem significado específico para o sonhador. A formação dos símbolos ocorre por associação e equivalência de memórias, sendo uma forma encontrada pelo psiquismo para acessar conteúdos bloqueados e promover sua integração.

2.5 Objetivos do relato

Objetivo geral

Apresentar de forma breve, o método de decodificação dos sonhos na análise psicodramática, articulando seus fundamentos teóricos com a prática clínica, demonstrando sua aplicação como instrumento terapêutico no trabalho com conteúdos simbólicos e material proveniente das zonas de exclusão do psiquismo.

3 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise psicodramática compreende o sonho como um instrumento de autocura do psiquismo, pois permite que conteúdos excluídos do conceito de identidade sejam gradualmente mobilizados e integrados ao Eu consciente. Os sonhos codificados, por meio dos símbolos, funcionam como uma linguagem intermediária entre a zona de exclusão e o Eu consciente.

O método de decodificação dos sonhos propõe que o terapeuta não interprete diretamente os símbolos, mas trabalhe com o enredo do sonho e com a relação entre seus elementos, estabelecendo uma interface com a zona de exclusão do cliente. Esse processo permite que o próprio psiquismo continue o trabalho terapêutico por meio da produção de novos sonhos, nos quais os conteúdos simbólicos vão se tornando progressivamente mais claros.

Conclui-se que a articulação entre fundamentação teórica e prática clínica demonstra que o método de decodificação dos sonhos constitui um importante instrumento da análise psicodramática, possibilitando o trabalho terapêutico diretamente na zona de exclusão e favorecendo o processo de reorganização psíquica do indivíduo.

REFERÊNCIAS

DIAS, V. R.C.S. **Sonhos e Psicodrama Interno na análise psicodramática.** São Paulo: Ágora, 1996.

DIAS, V. R.C.S. **Sonhos e Símbolos na Análise Psicodramática.** São Paulo: Ágora, 2002.

DIAS, V. R.C.S. **Sonhos e Símbolos na Análise Psicodramática.** (2, ed. rev.)São Paulo: Ágora, 2014.

Ribeiro Sidarta. **O Oráculo da Noite: A história e a ciência do sonho.** 1 ed. São Paulo: Companhia das Letras, 2019

DIAS, V. R.C.S. **Psicopatologia e psicodinâmica na análise psicodramática.** Volume IX. 1 ed. São Paulo: Ágora, 2024