Sala de Descompressão: Sociodrama no Enfrentamento à Conserva Cultural de Gênero

Jaíne Batista dos Santos[1]

RESUMO

Na contemporaneidade, a subjetividade feminina é frequentemente capturada por uma conserva cultural cristalizada que mantém papéis estereotipados e silenciamentos históricos, o que dificulta a construção da autonomia e o bem-estar ético-político. Este fenômeno não é um drama apenas individual, mas um projeto coletivo alimentado pela colonialidade de gênero, que opera por meio de estruturas de poder eurocentradas e intersecciona raça, classe, sexualidade e gênero. Somam-se a isso discursos fundamentalistas que impõem às mulheres uma sobrecarga multidimensional, que ultrapassa o âmbito emocional e se expressa nas condições materiais, laborais e econômicas de existência. Fundamentado na Teoria Socionômica de Moreno, nas teorias feministas decoloniais e na perspectiva da performance de gênero, o projeto "Sala de Descompressão para Mulheres" emergiu como um espaço de resistência que transcende o acolhimento psicológico tradicional, geralmente focado no atendimento clínico individual, e se configurou como espaço de escuta qualificada e ação coletiva. O projeto foi realizado ao longo do ano de 2025, como atividade integrante do Estágio Supervisionado do curso de Psicologia de uma instituição de ensino particular e contou a participação de duas estagiárias que atuaram ora como egos-auxiliares, ora como diretoras de alguns dos encontros sob a supervisão da professora psicodramatista. O Sociodrama foi utilizado como método interventivo, pela sua proposta política de promover justiça, dignidade, respeito às diferenças e consciência social crítica. Nesse intuito, foram realizados nove encontros grupais temáticos (quatro no primeiro semestre e cinco no segundo semestre) estruturados em quatro etapas principais: aquecimento inespecífico, aquecimento específico, dramatização e compartilhamento. Através da dramatização de situações sociais significativas, os encontros buscaram promover a desconstrução de papéis de gênero cristalizados em diversos contextos cotidianos e a transição do papel de "vítima das circunstâncias" para o de atriz social e protagonista de sua própria história. Participaram sete mulheres no primeiro semestre e treze no segundo, todas maiores de 18 anos de idade, advindas tanto da comunidade acadêmica quanto da comunidade externa. Ao transformar o palco dramático em um território de memória

[1] Psicóloga (CRP 09/9904), Psicodramatista nível I (Sociedade Goiana de Psicodrama- SOGEP), docente no Centro Universitário Alves Faria (Unialfa), e-mail: jainebatista.psi@gmail.com.

e resistência, o projeto possibilitou a criação de “comuns”, onde o cuidado e a escuta coletiva tornaram-se ferramentas de resistência política, o que fomentou o resgate da espontaneidade-criatividade, essencial para o enfrentamento às estruturas opressoras que mantêm os papéis de gênero cristalizados e sustentam as violências. As falas das participantes, principalmente nas etapas de compartilhamento, apontaram para uma ampliação da consciência crítica, fortalecimento da autoestima e maior clareza na definição de limites pessoais. Além disso, observaram-se desdobramentos para além do espaço grupal, com a formação de vínculos de apoio mútuo entre algumas participantes, fortalecendo redes solidárias no cotidiano.

Palavras-chave: Sociodrama. Conserva Cultural. Papéis de Gênero. Colonialidade de Gênero. Protagonismo Feminino.