A deusa em mim: vivência psicodramática sobre papéis femininos e os arquétipos das Deusas

Autor[1]
Eduarda Medina

RESUMO

Este trabalho apresenta uma proposta de prática vivencial psicodramática para o Congresso Brasileiro de Psicodrama, inspirada em experiência prévia realizada com 16 mulheres estudantes do curso de Serviço Social, em contexto acadêmico. A vivência original revelou conteúdos grupais recorrentes relacionados aos papéis femininos, ao apagamento de si no exercício do cuidado, ao etarismo, aos julgamentos sociais e às tentativas de reconstrução identitária em mulheres que retomam projetos pessoais e formativos em diferentes fases da vida. A fundamentação teórica apoia-se no Psicodrama de J. L. Moreno, especialmente nos conceitos de papel, espontaneidade, criatividade, encontro e sociodrama, articulados ao uso de imagens simbólicas como disparadores de elaboração subjetiva e coletiva. O objetivo da proposta é promover um espaço vivencial de reflexão e retramatização sobre a experiência de ser mulher, favorecendo a ampliação da consciência sobre papéis cristalizados e a construção de respostas mais espontâneas e criativas diante das exigências sociais dirigidas ao feminino. A metodologia prevê aquecimento inespecífico, com grounding, respiração e exercícios de conexão e olhar; aquecimento específico com cartas contendo figuras míticas do feminino, escolhidas pelas participantes a partir de identificação imagética; produção breve de narrativas pessoais inspiradas nos símbolos observados; formação de subgrupos para compartilhamento, circulação das histórias e construção de uma trama coletiva; e, posteriormente, criação de cenas dramáticas a partir dos textos elaborados. Após as dramatizações, será aberto espaço para interlocução da plateia com as personagens, ampliando a compreensão dos conflitos emergentes, seguido de compartilhamento final e produção de frases-síntese ecoadas pelo grupo. Na experiência que inspira a proposta, emergiram temas como a mulher desencorajada pela família e pela sociedade, a desqualificação internalizada desde a infância, a maternidade como lugar ambivalente de força e sobrecarga, e o enfrentamento de rótulos associados à idade,

[1] Psicóloga clínica, Nivel 1 em psicodrama, e-mail: dudamedina23@hotmail.com.

aparência e capacidade. Observou-se forte identificação grupal e reconhecimento coletivo de experiências semelhantes, especialmente em torno da retomada dos estudos após os 30 anos. Espera-se que a vivência proposta no congresso favoreça elaboração compartilhada sobre papéis femininos, legitimação de si, ampliação da espontaneidade e fortalecimento de vínculos grupais por meio da cena psicodramática.

Palavras-chave: Psicodrama. Sociodrama. Mulheres. Papéis femininos. Mitologia.