

QUANDO ASSUM PRETO ENCONTRA BLACKBIRD:

CANTODRAMA NO PROCESSO PSICODRAMÁTICO BI-PESSOAL

RESUMO

Neste trabalho, refletimos sobre o uso do canto num processo psicoterapêutico com uma paciente depressiva, com base no Cantodrama e Psicodrama na abordagem bi-pessoal. O processo psicoterapêutico se desenvolveu unindo arte com as técnicas psicodramáticas com o objetivo de acessar e identificar implicações limitantes no campo psicológico, assim como despertar e desenvolver a criatividade e a espontaneidade, de modo a ressignificar o transtorno depressivo para obter sua melhora. O Cantodrama e as técnicas psicodramáticas utilizadas foram preponderantes nesse processo de catarse, cura e transformação.

Palavras chave: Cantodrama. Depressão. Psicodrama.

INTRODUÇÃO

Este trabalho se inspira num caso clínico, ou processo psicoterapêutico que ocorreu entre terapeuta e paciente: duas artistas, atrizes e cantoras, em meio aos desatinos, desafinos e desafios que a existência propõe. A paciente encontrava-se com diagnóstico de Depressão, medicada, com ideação suicida e não estava conseguindo “artistar” mais a própria vida. Segundo a paciente, se encontrava neste estado por ter sofrido *bullying* ao longo da vida, com “visões e palavras limitantes” que a fizeram desacreditar em si mesma e pela “sociedade patriarcal” e machismo, que a fizeram desacreditar também das pessoas e do “mundo de opressão”.

O processo terapêutico precisava ajudar esta mulher a reencontrar sua arte, sua voz que andava esquecida, em *pianíssimo*, trêmula, chorosa e morta. A paciente relatou inicialmente que era ativista, feminista, forte e que seu sonho era cantar. Já a terapeuta,

desde criança, cantar, dançar e atuar a transportavam para um outro lugar, especial, talvez um lugar psicodramático, mágico. Neste lugar, ela se sentia completamente livre. Não havia comparações, padrões, regras, não precisava ser a melhor, bastava ligar o som e Ser, se soltar e viver. Então, trata-se também de um relato de encontro existencial presente numa relação terapêutica, onde a arte e a vida real se entrelaçam.

O Canto e o Psicodrama têm sido objetos de estudo da terapeuta há vários anos, porque vê ali uma incrível oportunidade de acessar conteúdos internos inexplorados, o nosso “eterno vir a ser”, nossa centelha divina, despertar de genialidades, genuinidades e autenticidades. O Canto e o Psicodrama podem dar asas, soltar, lançar o “não dito”, o “não vivido” e criar novos horizontes, espontaneidades, prazeres de se viver.

O Psicodrama é uma filosofia de vida, uma profissão sensível, alegre, profunda, artística, inovadora, fora dos padrões engomadinhos da Psicologia. No livro “*Acting your inner music*”, Joseph Moreno (2005), aponta que Jacob Levy Moreno, criador do Psicodrama, ao invés de ver seu próprio trabalho como uma conserva cultural, para se perpetuar em sua forma original, se abriu para novas direções, técnicas e ilimitadas aplicações do Psicodrama, integradas a todos os tipos de artes.

O objetivo neste estudo foi tentar verificar qual a eficiência do Cantodrama como um instrumento no processo psicoterapêutico bi-pessoal para promover a melhora do estado psicológico e holístico num caso do transtorno depressivo. Trata-se de uma pesquisa Socionômica empírica qualitativa (pela experiência e observação) com o objetivo de investigar e desenvolver conhecimento, para a aplicação prática das técnicas de intervenção terapêutica.

Justifico a utilização do Cantodrama no caso do transtorno depressivo, como um método que possibilita ao indivíduo acessar, despertar e desenvolver sua espontaneidade,

criatividade, sua “verdade”, como Moreno chamava, dando livre expressão e criando estratégias saudáveis para o enfrentamento das adversidades da vida.

DESENVOLVIMENTO

As doenças mentais, segundo Andreasen (apud Sene-Costa, 2006) existem há milhares de anos, sem se saber a causa e quando exatamente surgiram. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), o número dos transtornos mentais continua crescendo, impactando a saúde e desenvolvendo consequências sociais, de direitos humanos e econômicas em todos os países do mundo. A depressão é um transtorno mental muito comum e estima-se que mais de 300 milhões de pessoas no mundo sofram com ele, de acordo com a OMS (2019).

“O homem nasce com recursos de espontaneidade, sensibilidade e criatividade, como fatores que favorecem o adequado desenvolvimento da vida física, psíquica e relacional”. (Almeida, 1990, p.37). Para o autor, o ambiente afetivo-emocional estabelecido com a família e o mundo pode facilitar ou dificultar este desenvolvimento por meio dos sistemas sociais constrangedores ao pleno desenvolvimento da espontaneidade e criatividade.

Mediante o seu desenvolvimento insuficiente, se acumula ansiedade, o que pode acarretar enfermidade psíquica e social, podendo se transformar em Conserva Cultural, em algo que permanece em modos rígidos de ser e agir sem autonomia pessoal, e que pode sufocar a capacidade criadora do homem. (Strauch, 2017).

O indivíduo adoecido e “engaiolado” não encontra saídas para a vida, que segundo J. L. Moreno é “novidade, frescor e diversidade” (Moreno, 1946/2007, p. 58). Para Zerka Moreno (2001) as neuroses ou a depressão não são apenas condições que se deseje eliminar, ou seja, seus sintomas são acessos para certas tarefas nas quais o paciente deve aprender a lidar. “A dor, qualquer que seja ela, não tem lugar em nossa cultura. É apenas algo a ser eliminado, e não temos paciência nenhuma para suportá-la um minuto a mais

do que necessitamos. Mas, o sofrimento é um meio pelo qual podemos desenvolver profundidade”. (Moreno, Z., 2001, p. 82).

Para J. L. Moreno (1946/2007), criador do Psicodrama, o verbal não era a única possibilidade de cura e, desta forma, deveria ser transcendido e incluído na ação. Zerk Moreno explica que:

se a linguagem fosse esse instrumento todo-poderoso para a comunicação, por que teríamos a música, a dança, a mímica, a escultura, a pintura etc.? Não seriam estes também instrumentos de comunicação? Mas, de espécie bem diversa!” [...] “Moreno procurava um modelo novo e diferente, que fosse mais semelhante à vida e completo em sua capacidade de atingir e se comunicar com as camadas mais profundas da mente, assim como capaz de oferecer mais flexibilidade do que a própria vida. Ele começou a explorar o teatro como uma via possível (Moreno, Z., 2001, p.19).

Joseph Moreno (2005) relata que não há razão para as artes criativas terapêuticas serem práticas isoladas e sua integração são novas possibilidades terapêuticas. Cunha (2016), afirma que as técnicas psicodramáticas aliadas ao uso do canto – Cantodrama –, podem ser carreadoras da catarse e não apenas utilizadas como aquecimento, ou seja, podem contribuir na dramatização, representando assim uma possibilidade terapêutica. O Cantodrama, segundo a autora, possibilita a expressão sensível, sem o uso da razão, mas por meio dos sentimentos escondidos e contidos, que encontram um canal de abertura para extravasamentos e ressignificações catárticas pelo canto.

Veremos nos relatos do caso a seguir, a descrição e análise do processo terapêutico com a utilização do Cantodrama, demais expressões artísticas e as técnicas psicodramáticas para ajudar a paciente a recuperar sua espontaneidade, energia criativa, despertar a alegria e estratégias de enfrentamento da vida.

Caso clínico de A¹.

Quando A. pela primeira vez foi recebida no consultório, se apresentou como uma mulher cabisbaixa, sem sonhos e esperanças. Artista, profissional não atuante, acima dos

¹ A. se refere à paciente, uma letra fictícia.

30 anos, procurou psicoterapia em novembro de 2016 com as seguintes queixas: depressão, com uso contínuo de remédios, recente término de relacionamento abusivo e confusão na escolha da carreira profissional. Nas sessões que prosseguiram, ela relatava que sua arte estava morta, que não tinha mais criatividade, que não conseguia mais produzir seus quadros, artesanatos, nem cantar, seu maior sonho e desafio.

Estava com medo de cantar, de se expor num palco, estar vulnerável e morrer ou vir a sofrer abusos (como sofreu com diversas figuras masculinas); relatava que ainda estava doendo muito ter passado por: estupro, atitudes violentas, chantagens emocionais, humilhação e ameaças constantes. Estas situações a trancafiaram no próprio corpo e quarto.

1.1. Assum Preto

A paciente relatou na sessão que tem recorrentemente insônia e pesadelos no quais ela se vê como um cadáver. Acorda muito assustada e quando se olha no espelho vê a imagem de si e tem medo, pois parece morta. Perguntamos-lhe se gostaria de explorar este pesadelo por meio do Psicodrama e ela concordou. Pedimos para ela se deitar no sofá, confortavelmente, de modo que seu corpo ficasse o mais parecido possível com a postura de como ela dorme. Solicitamos que fechasse os olhos e, após um relaxamento corporal, imaginasse a cena na que estava sonhando. Ela relatou que estava sonhando com sua morte e que se levanta e vai ao espelho, verificar se isso realmente aconteceu. Solicitamos então que ela se levantasse e fosse até o espelho que tem na sala de atendimento, se olhasse: “O que você vê?” Ela respondeu: “Um cadáver”. Pedimos para dar uma forma e um movimento ao que estava sentindo, e ela pegou um tecido, balançou como asas e assim, a convidamos para cantar o que lhe viesse à mente, e ela cantou:

Tudo em vorta é só beleza / Sol de Abril e a mata em frô / Mas Assum Preto,
cego dos óio / Num vendo a luz, aí, canta de dor...

Tarvez por ignorança / Ou mardade das pió / Furaro os óio do Assum Preto /
Pra ele assim, ai, cantá mió...
Assum Preto veve sorto / Mas num pode avuá / Mil vez a sina de uma gaiola
/ Desde que o céu, ai, pudesse oiá...
Assum Preto, o meu cantar / É tão triste como o teu / Também roubaro o meu
amor / Que era a luz, ai, dos óios meus... (Nascimento, L.G., 1950)

Pedimos para a paciente, no papel do Assum Preto, experimentar bater as asas e voar, mas, ela disse que ainda não conseguia. Insisti que concretizasse o desejo de voar, utilizando aqui a técnica de concretização. “Esta técnica consiste na materialização de objetos inanimados, emoções e conflitos, partes corporais, doenças orgânicas, através de imagens, movimentos e falas dramáticos”. (Cukier, 1992, p.49). O canto e a dramatização foram recursos expressivos que auxiliaram o processo da elaboração do símbolo inconsciente da própria morte, por meio da “materialização” imagética do Assum Preto.

Neste momento, um passarinho pousou sobre a janela do consultório e começou a cantar então, nos entreolhamos. Disse-lhe que esse passarinho a convidava a voar, pois ele não costumava visitar esta janela, esta foi sua primeira vez ali. Ficamos emocionadas com a visita e conversamos ao final da cena sobre como essa “aparição” poderia ser muito simbólica, sobre estar atento aos sinais, como animais, elementos da natureza que poderiam começar a dar sentidos no seu processo, numa sincronicidade.

Jung cunhou o termo Sincronicidade para definir “a simultaneidade de um estado psíquico com um ou mais acontecimentos que aparecem como paralelos significativos de um estado subjetivo momentâneo...” (Jung, 1952/2005, p.19). Ramalho (2002) afirma que tanto Jung como Moreno adotaram recursos não verbais para evocar as manifestações do Self, seja explorando o psiquismo pela utilização do corpo na ação dramática (no Psicodrama), seja por meio das imagens e símbolos, na visão junguiana.

Vemos em Soliani (apud Monteiro, 1993) que, para J. L. Moreno, os papéis psicodramáticos desempenhados durante a representação são símbolos do mundo inconsciente do paciente e que estão ligados à palavra, comportamento e atuação. O

símbolo pode ser a representação dramática de uma alucinação, delírio, sonho ou quando se dramatiza um sintoma ou uma sensação.

Nesta sessão acima descrita, a principal técnica moreniana aplicada foi a Extensão Psicodramática do Sonho, com o auxílio do Cantodrama. Wolf (1993) explica que esta técnica consiste em desenvolver uma ampliação da cena do sonho original dando um novo final. O canto emergido na dramatização do sonho, revelou o personagem símbolo do sentimento mais íntimo da paciente, mostrando como ela se sentia: como o pássaro Assum Preto, “cego dos zóio”, cantando sua tristeza por não poder mais voar.

1.7.Blackbird

Um dia antes desta sessão, A. enviou uma mensagem dizendo que gostaria de rasgar uma capa construída em sessão anterior. Na “Capa das injúrias”, como chamamos, continha palavras de injúrias recebidas durante sua vida e que foram escritas com canetão ao longo de várias sessões. Na próxima sessão e assim, fizemos. A. relatou que a música “Blackbird” dos Beatles, estava em sua mente por estes dias e isto fazia muito sentido.

Na sessão, ao som de várias versões de “Blackbird”, sentamos ao chão e A. foi cortando as palavras na capa e ressignificando, dando suas respostas mais adequadas ao momento, confrontando, externalizando palavras que não foram ditas ao longo dos anos e que estavam cristalizadas em seu coração. Durante a cena, ajudamos A. a cortar as palavras e também repetimos suas falas em voz alta, fazendo um espelho. Com a música Blackbird no fundo, também cantamos em português, as palavras traduzidas da canção.

Blackbird singing in the dead of night / Take these broken wings and learn to fly / All your life / You were only waiting for this moment to arise

Blackbird singing in the dead of night / Take these sunken eyes and learn to see
All your life / You were only waiting for this moment to be free

Blackbird, fly, blackbird, fly / Into the light of the dark black night

You were only waiting for this moment to arise / Blackbird, fly, blackbird, fly / Into the light of the dark black night (The Beatles, 1968)

Pássaro negro cantando na calada da noite / Pegue essas asas quebradas e aprenda a voar / Durante sua vida toda / Você só estava esperando este momento para decolar

Pássaro negro cantando na calada da noite / Pegue estes olhos fundos e aprenda a enxergar / Durante sua vida toda / Você só estava esperando este momento para ser livre

Pássaro negro, voe, pássaro negro, voe / Para o clarão da escura noite (The Beatles, 1968 - Tradução da autora)

Da capa, apenas restou sua estrela e o saquinho com tirinhas prateadas que, segundo a paciente, é a sua luz e criatividade e deveriam ficar guardadas conosco no consultório. Concretizamos seu desejo de dissipar esses sentimentos, sensações e palavras limitantes. Cortar a capa e destruí-la foi uma cena catártica, onde a paciente escolheu inclusive o fundo musical. A canção “Blackbird” como holding sonoro, reforçou e encorajou, com a sua letra, o reconhecimento do Eu, enquanto no papel de terapeuta cantamos repetindo as palavras em português.

“As canções podem remeter-nos ao futuro, a algo que ainda esperamos viver. Dessa forma, estaremos expressando sonhos, fantasias, devaneios, que, através do conteúdo da canção, nos informam sobre certos desejos de transformar o presente em algo mais prazeroso”. (Millecco et al., 2001, p. 102).

1.8. Quando Assum Preto encontra Blackbird

Numa determinada sessão, propomos um diálogo entre os dois pássaros: Assum Preto e Blackbird, com o objetivo de promover um maior entendimento do processo terapêutico que vinha se desenvolvendo há cerca de dois anos e meio. Seria um exercício de exploração destes personagens simbólicos, o que possibilitaria a sua criação e recriação de novos papéis vitais, através da integração destas forças opostas.

Pedimos para A. imaginar o encontro entre esses dois pássaros (ao som de canto de pássaros, num aplicativo de música) e construir um diálogo sobre o que eles precisam

dizer um para o outro. Fizemos um aquecimento com uma revisitação das cenas do caminho percorrido até o momento e pedimos para que ela pudesse expressar, como desejasse, um “lugar” com objetos, ou por meio de uma representação corporal, o Assum Preto; e o outro, que representasse o sentido do Blackbird para ela.

Ela escolheu algumas miniaturas que colocou em frente à janela, afastando a cortina para elas estarem frente ao sol e em cima de uma caixa de palha com instrumentos musicais no seu interior, que segundo ela, lhe lembrava uma prisão pela forma do trançado. Escolheu miniaturas e suas representações pessoais. O início do diálogo se deu por meio da seguinte fala, no papel de Tigre (representando o Blackbird) que conversa com a pombinha no ninho (representando o Assum Preto).

- Blackbird: “Assum Preto, não se assuste, eu sou um tigre do bem, sagrado. Não vou pegar o Assum Preto (risos). Eu sou seu animal sagrado, de proteção. Você está tão branquinho aqui! Vamos tomar um solzinho para ficar mais pretinho (risos). Está muito trancafiado. Olha só, cortaram o seu bico! (A. verifica que a pombinha branca está sem bico e tem um insight). Você nem pode falar, nem cantar. Eu pensei que você estava cego, mas além de cego você está mudo. Nossa! O maior medo que você tinha!”

- Terapeuta: “Coloque uma melodia”.

- Blackbird (cantando): “Cego! Cego e mudo. Cego e mudo! Como você sente a vida? Como você vai voar? Eu te levo para o outro lado, sobe aqui nas minhas costas. Vamos! (Colocou o Assum Preto em suas costas). Vamos voar com o Blackbird. Vamos, para curar. Faz um pedido à lâmpada mágica. (Aponta para a lâmpada mágica que está no espaço do Blackbird e representa seus sonhos). Canta! Toca! Vê além da dor. Vê, além do que aqueles que não te viram além e furaram teus olhos, cortaram o teu bico. Perdoa e segue teu caminho. Perdoa!”

-Terapeuta: “Responda Assum Preto, como se sente agora”.

- Assum Preto: “Um pouco mais protegido, fora da gaiola. Não quero cadeados. Não tenho medo do Lobo Mau (representação de todas as suas opressões). O Tigre é feroz e é muito maior. E ele vai para o lixo! (Joga o Lobo Mau, que estava tentando agarrar todas as miniaturas do espaço do Assum Preto, sobre uma lixeira). E esse cadeado vai com ele, ficar trancafiado no seu próprio mau (Joga também o cadeado que estava no espaço do Assum Preto). Espero que ele veja a luz, assim como eu volto a ver. Por mais ferido que eu posso estar, a harpa vai me curar, a música vai tocar! Os meus ancestrais... (Representados pela miniatura de um gramofone, que estava no espaço do Assum Preto, e foi levado para o lado de Blackbird).

A paciente continuou cantando: - “Sabiá lá na gaiola fez um buraquinho, voou, voou, voou, voou (a terapeuta canta também, proporcionando holding sonoro) ...e a menina que gostava tanto do bichinho, chorou, chorou, chorou, chorou. Sabiá fugiu do terreiro, foi morar no abacateiro e a menina disse a chorar, vem cá, Sabiá, vem cá!

A. pega Tinker Bell, a fadinha artesã, que representa sua arte, que estava no lado de Assum Preto e leva para o lado de Blackbird: “E diz, soluçando, Sabiá, eu estou te esperando”. Sabiá, responde de lá: - “Não chores que eu vou voltar”. Assum Preto, responde de lá: - Não chores, que eu vou voltar”. Blackbird, responde de lá: - Não chores, que eu vou voltar. Ela pega a Dançarina (representando seu corpo, que dança livre no espaço de Assum Preto e leva para o lado de Blackbird), que também responde de lá: - “Não chores que eu vou voltar”. Depois ela pega a maçã (representando as “mordidas” e “pedaços” que lhe foram roubados em Assum Preto e, levando-a para o lado de Blackbird), responde de lá: - “Estou aqui para te alimentar”.

A paciente em seguida pega a Afrodite (representando sua aceitação de ser bela e atrair olhares em Assum Preto e, levando-a para o lado de Blackbird), responde de lá: - “Não chores, vou me aceitar”. Em seguida pega o piano (que representa seu sonho de atuar com cantora, que está do lado de Assum Preto, também é levado para o lado de Blackbird), responde de lá: - “Estou aqui para falar. Liberdade de ser e caminhar neste mundo tão lindo, vou”.

A. continua atuando na realidade suplementar a sua cena, trazendo a Feminista, (apontando a almofada roxa) a brilhar com este céu e este sol, a encantar. Traz a caixa de instrumentos musicais para o lado de Blackbird e vai tirando, instrumento por instrumento da “gaiola”, cantando: - “Minhas asas vou bater e pro ninho volto, para afeto colher”. (Toca o xilofone). - “Cada nota vou escutar, sem me preocupar, com que nota vão me dar. Não quero contabilizar, a estética do outro, não cabe cá. Se esse som budista tocar, este sino vai me alegrar”. (Tocando Bell). - “Meditação, equilíbrio a chegar, não chores que vai voltar. A morar em si, morar em si, morar em si, numa nova versão”.

Ela aponta para uma casinha de pássaros, que representa sua “casa”, os lugares que “escolhe” morar, e que está no espaço de Blackbird. Afirmando o seu canto: - “Não tenha medo de descobrir o amor genuíno, então!”. Aponta para uma gata cheia de corações, que representa seu futuro amor.

Tocando o caxixi, continua seu canto: - “Diversidade e cultura então, povos que vão lhe encontrar”... (sobre seu desejo de comprar uma Moto-Home e viajar pela América Latina). -“ Sai da gaiola, desta prisão, nunca mais você volta, não. Cor vermelha, a desabrochar (sua cor preferida contestada pelo ex-namorado), aceita essa cor. Não sei rimar, mas esta cor vermelha, esta cor tão forte a te representar. Cor de luta, de sangue e dor, mas, também a cor da paixão”.

- Terapeuta: “Como é que você está, passarinho?”

Ela, no papel de Blackbird, responde: -“Preciso me apaixonar (Pela arte). Com a arte redescobrir o meu Ser pra melhor florir. Estou mais livre e com menos medo e mexer nisso tudo aqui. Nem sabia o que esperar dessa sessão. Não vou me ausentar!”

Terapeuta: - “Que processo lindo, passarinho, eu quero te ouvir cantar. O mundo vai te ouvir cantar. Suas asas irão bater. Ninguém mais vai te aprisionar. Piu!!!! (risos)

Blackbird: (risos)

Nesta sessão, surgiu espontaneamente o uso do Sandplay Psicodramático, termo criado por Ramalho inicialmente em seu primeiro trabalho em 2007. O Sandplay é uma metodologia inicialmente desenvolvida pelos analistas junguianos, que se utiliza de miniaturas e de uma caixa de areia, permitindo uma regressão criativa, facilitando os processos de expressão dos conteúdos inconscientes.

No Sandplay Psicodramático, de acordo com Ramalho (2010), as cenas podem ser desdobradas e recriadas no desenrolar do role playing (das cenas construídas pelo paciente), de modo que este vai assumindo os diferentes papéis dos elementos/personagens, expostos no seu cenário, assim como diálogos, confrontos, possibilitando a recriação de novas cenas. Não utilizamos neste caso a caixa de areia, apenas as miniaturas. O cenário ampliou-se para a sala de atendimento.

O Cantodrama foi utilizado junto com o Sandplay Psicodramático numa co-construção do desenrolar dos movimentos das cenas catárticas cantadas. Houve o surgimento do canto espontâneo e criativo expressando e ressignificando as mudanças terapêuticas. As imagens das miniaturas, representantes dos seus elementos/personagens internos, por meio da identificação e pelo Cantodrama, nascido na cena, não apenas como

aquecimento do processo, mas como carreador do processo catártico foram fundamentais nesse processo de catarse e reestruturação psíquica.

Para Austin:

... a improvisação vem de um impulso natural que permite a expressão livre através do jogo vocal e musical, liberando e permitindo o fluxo natural dos impulsos e, assim, a cura pode ocorrer porque os clientes podem se conectar com suas verdadeiras vozes, libertando-se da tirania dos deveres, acessando e liberando” (Cunha, 2016).

Enfim, o processo terapêutico continua em andamento até a presente data e estamos traçando estratégias para identificar novos caminhos e possibilidades para a construção da autonomia emocional e financeira de A.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Neste trabalho, podemos verificar que o Cantodrama e o uso das técnicas psicodramáticas no processo psicoterapêutico no caso de transtorno depressivo, proporcionaram uma significativa melhora no estado da paciente.

Segundo a paciente, sua identificação com a terapia e com a psicoterapeuta foram fundamentais nesse processo de melhora. Utilizar arte e psicodrama neste caso, “deu asas” para a criatividade e espontaneidade de ambas. A arte que estava “morta” desabrochou de tal maneira, que despertou possibilidades infinitas de atuação pessoal e profissional, assim como modos de existência genuínos.

Moreno talvez pensou que seu método fosse curar o mundo ou apenas seria uma brincadeira no jardim com crianças, mas, o que tem se revelado é muita, mas muita criatividade em seus novos formatos, técnicas, desdobramentos de perdão, amor e cura. O Cantodrama é mais uma possibilidade para quem gosta ou se permite ouvir de uma

forma mais melodiosa, sem o uso da razão, sem se importar se está afinado ou não, importando apenas em se ouvir, se embalar com sua voz “selvagem”, natural e bela.

“O encontro com a verdadeira voz interna, livre dos deveres impostos pela sociedade, abriu as portas para uma vida mais autônoma, expressiva e autêntica”. (Cunha, 2016, p. 15).

Referências Bibliográficas

Almeida, W. C. (1989). *O que é psicodrama*. São Paulo: Brasiliense.

Cukier, R. (1992). *Psicodrama Bi-pessoal. Sua técnica, seu terapeuta e seu paciente*. São Paulo: Ágora.

Cunha, Débora Cestaro da. (2016). Cantodrama: um instrumento de intervenção terapêutica na abordagem psicodramática bi-pessoal e grupal. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 24(2), 38-46. <https://dx.doi.org/10.15329/2318-0498.20160018>

Jung, C. G. (2005). Obras completas. Vol. 3. Sincronicidade. (13ª ed.). (Tradução de Matheus Ramalho Rocha). Petrópolis: Vozes. (Trabalho original publicado em 1952)

McCartney, P. (1968) *Blackbird*. In: The Beatles. Londres: Apple Records.

Millecco Filho, L. A.; Brandão, M. R. E. & Millecco, R. P. *É preciso cantar – Musicoterapia, cantos e canções*. Rio de Janeiro: Enelivros, 2001.

Moreno, J. L. (2007) *Psicodrama* (11ª. ed.). São Paulo: Cultrix. (Trabalho original publicado em 1946).

Moreno, J. J. (2005). *Acting your inner music: Music therapy and psychodrama*. Gilsum, New Hampshire: Barcelona Publishers.

Moreno, Z. T. (2001) *A realidade suplementar e a arte de curar*. (Tradução de Eliana Araújo Nogueira do Vale). São Paulo, SP: Ágora

Nascimento, L. G. (1950) *Assum Preto*. In: *Assum Preto*. São Paulo: Victor

Organização Mundial da Saúde. (2019, 4 de setembro). *Folha informativa. Transtornos Mentais*. Retirado de

https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5652:folha-informativa-transtornos-mentais&Itemid=839

Comentado [P1]: Rever a forma correta. Pôr Recuperado.

Ramalho, C. M. R. (2002). *Aproximações entre Jung e Moreno*. São Paulo: Ágora.

_____ (Org.) (2010) *Psicodrama e psicologia analítica: construindo pontes*. São Paulo: Iglu.

_____ (2007) O Sandplay Psicodramático: aplicações do psicodrama na caixa de areia. In: *Caderno UFS – Psicologia*, Editora da Universidade Federal de Sergipe, vol, IX, fasc. 2.

Sene-Costa, E. (2006). *Universo da Depressão. Histórias e tratamentos pela psiquiatria e pelo psicodrama*. São Paulo, SP: Ágora.

Soliani, M. L. C. (1993). Realização Simbólica e Realidade Suplementar. In R. Monteiro, *Técnicas fundamentais do psicodrama*. São Paulo: Brasiliense.

Strauch, Vanessa Ramalho Ferreira. (2017). Ressignificação da morte na abordagem psicodramática: perdas e ganhos no luto. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 25(1), 59-67. <https://dx.doi.org/15329/2318-0498.20170006>

Wolf, J. R. (1993). Onirodrama. In R. Monteiro, *Técnicas fundamentais do psicodrama*. São Paulo: Brasiliense.