

**O Psicodrama de grupo e a ressignificação de sentimentos:
O adolescente no palco**

*Group Psychodrama and resignification of feelings:
Adolescent on the stage*

*El Psicodrama de grupo y la resignificación de sentimientos:
El adolescente en el escenario*

Amanda Castro

Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc)

e-mail: amandacastrops@gmail.com

Viviane Almeida

Viver Psicologia Psicodrama

e-mail: viviane0101@hotmail.com

Resumo

O adolescente necessita de suporte durante a etapa em que ocorre a emergência de novos papéis. Nesse contexto, o Psicodrama de grupo pode constituir uma ferramenta na mediação entre o real e o ideal. Foram realizadas oito sessões de Psicodrama com 15 adolescentes, com idades entre 18 e 21 anos. Foi possível identificar que o Psicodrama de grupo contribui para a ressignificação de sentimentos e o treino da espontaneidade, reduzindo a ansiedade do adolescente frente ao desconhecido.

Palavras-chave: psicodrama, grupos focais, espontaneidade, desenvolvimento do adolescente, adolescência tardia

Abstract

The adolescent needs support during this stage when the emergence of new roles occurs. In this context, group Psychodrama can be a tool through the mediation between the real and the ideal. Eight sessions of Psychodrama were performed with 15 adolescents, aged between 18

and 21 years old. It was possible to identify that the group Psychodrama contributes to the resignification of feelings and the training of spontaneity, reducing the adolescent anxiety before the unknown.

Keywords: psychodrama, focus groups, spontaneity, adolescent development, late adolescence

Resumen

El adolescente necesita el apoyo en esta etapa en la que hay la aparición de nuevos roles. En este contexto, el grupo de Psicodrama puede ser como una herramienta en la mediación entre lo real y lo ideal. Se realizaron ocho sesiones de Psicodrama con 15 adolescentes de 18 a 21 años. Fue posible identificar que el grupo de Psicodrama ayuda a replantear los sentimientos y la formación de la espontaneidad, reduciendo la ansiedad de los adolescentes ante lo desconocido.

Palabras clave: psicodrama, grupos focales, espontaneidad, desarrollo del adolescente, adolescencia tardía

INTRODUÇÃO

Na perspectiva do Psicodrama, o adoecer se expressa por meio de um papel realizado de forma inadequada pelo indivíduo, por dois motivos: “ou porque a sociedade nos impõe a aceitação de funções vitais que não desejamos cumprir, ou porque desempenhamos o papel que escolhemos, porém não como o desejaríamos desempenhar” (Martín, 1996, p. 235).

Para proporcionar ao paciente uma realidade extra, Moreno propôs a recuperação e a libertação da espontaneidade e da criatividade. O conceito de espontaneidade surgiu atrelado ao Psicodrama de um ponto de vista psicológico, uma vez que, para o Psicodrama, o conceito de espontaneidade é o elemento catalisador de todo o processo terapêutico. Em Psicodrama, a definição de espontaneidade engloba “a capacidade de agir de modo adequado diante de situações novas, criando uma resposta inédita ou renovadora ou, ainda, transformadora de situações preestabelecidas” (Gonçalves, Wolff, & Almeida, 1988, p. 47).

A palavra “adolescência” tem origem no latim, derivada do verbo *adolescere*, que significa “crescer”, “desenvolver-se”, “tornar-se maior”, “crescer até a maturidade” (Silva et al., 2015). Para a Organização Mundial de Saúde (OMS) (2002), a adolescência pode ser compreendida como um processo biológico, psicológico e social, que acontece nos indivíduos entre 10 e 19 anos de idade.

Numa tentativa de especificação dessa etapa do ciclo vital, que se situa entre o final da adolescência e o início da idade adulta, surge na literatura psicológica o termo “adolescência tardia”. No contexto atual, os jovens são incentivados a investir na educação e a prosseguir os seus projetos para a aquisição futura de uma profissão, a que lhes possibilitará não só a realização pessoal como a obtenção de autonomia econômica. Isso implica a inserção tardia no mercado de trabalho, e, concomitantemente, os processos de emancipação residencial em relação à família de origem tendem a ocorrer mais tardiamente em termos etários, retardando igualmente a constituição de uma família própria. Os papéis profissionais e parentais parecem, assim, necessitar de tempo para ajuste e desenvolvimento (Andrade, 2010).

Essa etapa de ansiedade e incerteza pode gerar situações conflituosas, inclusive ocasionar o embotamento de sua espontaneidade e criatividade. O grupo tem um papel de

extrema relevância nesse período, pois o adolescente precisa estabelecer relações com pessoas com as quais possa compartilhar os mesmos interesses e ideias, para se reafirmar e se fortalecer como indivíduo e conseguir avançar na construção de sua identidade pessoal (Coll, Marchesi, & Palacios, 1995).

Com este texto, teve-se por objetivo desenvolver formas de auxiliar adolescentes a resgatar, entre outras coisas, a espontaneidade e a criatividade, por meio da ressignificação de sentimentos, tendo em vista situações passadas, presentes e futuras.

METODOLOGIA

Este estudo se constituiu como uma pesquisa qualitativa, na modalidade relato de experiência. Os participantes do grupo foram acessados a partir de indicações de pessoas do convívio social das pesquisadoras, por meio da técnica metodológica bola de neve (*snowball*). Assim, o grupo foi constituído por 10 mulheres e 5 homens, com idades entre 18 e 21 anos, escolaridade entre Ensino Médio e Superior Completo, todos residentes na casa dos pais.

A escolha dos participantes levou em consideração os principais aspectos que englobam o processo de transição para a vida adulta. Os adolescentes participaram de oito sessões de Psicodrama, que ocorreram uma vez por semana, no período compreendido entre março e maio de 2016.

Os instrumentos utilizados foram: protagonista, diretor, ego auxiliar, público e cenário (Gonçalves et al., 1988).

As sessões (de aproximadamente 1h50min) foram realizadas em espaço cedido pela própria diretora, em Florianópolis.

Para este relato de experiência foi analisada a oitava sessão, por atender aos objetivos propostos: desenvolver formas de auxiliar adolescentes a resgatar, entre outras coisas, a espontaneidade e a criatividade, por meio da ressignificação de sentimentos. A oitava sessão foi discutida a partir dos dados encontrados na literatura acerca do Psicodrama, Psicodrama com adolescentes e Adolescência.

A EXPERIÊNCIA DA OITAVA SESSÃO: MINHAS POSSIBILIDADES DE SER

Para o oitavo encontro, o protagonista escolhido foi Jonathan (nome fictício), de 19 anos, cursando Engenharia de Telecomunicações. Após o aquecimento relativo à escolha profissional, Jonathan foi o protagonista eleito pelo grupo, e relatou incerteza quanto à escolha profissional, apesar de cursar Engenharia de Telecomunicações. Camargo (2006) afirma que a família e a sociedade exercem uma cobrança social, esperando que os jovens sigam os passos semitrazados; entretanto, esta é uma fase de incertezas, em que novos papéis começam a se desenvolver.

Foi sugerido a Jonathan que explicasse melhor suas incertezas. Jonathan explicou que não tem aproveitado o curso, que este é muito longe, que acorda muito cedo e fica muito cansado. O protagonista é estimulado a escolher o aspecto que mais o incomodava nesse curso e ele elegeu o ambiente pouco acolhedor e os colegas distantes, segurando a almofada com a ponta dos dedos. Conforme Dias (1996), as almofadas possibilitam a comunicação de algo que se concretiza durante a montagem cênica, reduzindo processos defensivos. Nesse sentido, ao segurar a almofada pela ponta dos dedos, Jonathan demonstrou a distância estabelecida com o ambiente e com os colegas.

O protagonista foi convidado a montar a sua sala de aula, com o recurso das almofadas, e em seguida escolheu pessoas entre os egos auxiliares para representarem seus colegas.

Jonathan montou a sala, muito rápido e disse não se lembrar muito. Posteriormente, chamou três egos auxiliares para representarem seus colegas, um para o professor e um para representar a si mesmo. Posicionou o professor voltado apenas para o quadro, cada aluno em silêncio em frente ao seu caderno e colocou a si mesmo em um canto, sozinho, olhando para o quadro. A diretora questionou como aquele aluno no canto da sala estava se sentindo e o protagonista responde: “*Sozinho, cansado, confuso. Eu quero fazer engenharia, mas não ali, quero ser engenheiro, mas sem me sentir assim*” [sic]. Tiba (2005) aponta que a vida do adolescente é uma corrida e que, por isso, de vez em quando, ele precisa parar, ser abastecido, para logo continuar sua corrida. Nesse momento, conforme Tiba (2005), os pais devem estar atentos, pois a competência do atendimento pode definir o resultado da corrida.

O protagonista foi questionado sobre outros momentos em que se sentiu sozinho, cansado e confuso e então respondeu: “*Todo dia, em casa, por causa do meu pai*” [sic]. Emocionado, relatou que o pai, dependente químico, chega em casa agressivo, e por causa disso não consegue dormir direito, nem viver direito, porque sempre está na defensiva para proteger a família. Disse se sentir envergonhado do pai e a diretora, dispensando os egos auxiliares, pediu que o adolescente falasse de uma situação em que havia se sentido igualmente envergonhado. Nesse momento, a diretora buscou identificar o *locus*, o *status nascendi* e a matriz, ou seja, localizar a origem do conflito, do que este se alimenta e quais fatores presentes e passados nutrem essa conduta e esse conflito (Bustos, 1982).

O protagonista relatou uma cena em que está brincando com seus coleguinhas na rua, tentando ser o melhor em um jogo e seu pai chega bêbado, cambaleando, fazendo com que todos riam dele. Ao montar essa cena com o auxílio dos egos auxiliares, o protagonista afirmou sentir raiva do pai, por fazê-lo passar vergonha. Foi sugerida a troca de papel com a criança e nesse papel, emocionado, o adolescente perguntou: “*Porque aquele vagabundo não morre, não aguento mais, ele não faz papel de pai, quero sair dessa casa*” [sic]. Fazendo um duplo, a diretora afirmou: “*Quero sair desse ambiente frio, em que ninguém cuida de mim*”. Em resposta disse o protagonista: “*Preciso sair desse lugar, ter as minhas coisas, eu gosto da minha mãe, mas ela não faz nada, fica lá parada*” [sic]. Em seguida o adolescente foi questionado: “*o que eu aprendi aqui?*”. No que imediatamente redarguiu: “*Que eu tenho que ser o melhor, na escola, na vida, em tudo*” [sic]. Dispensando os demais egos auxiliares, Jonathan foi estimulado a escolher alguém para representar sua mãe. Depois de ter colhido algumas informações a respeito da mãe, incluindo o fato de ser dependente do marido financeiramente, a diretora solicitou que o protagonista trocasse de papel com a mãe. No papel de mãe, Jonathan afirmou: “*Eu estou bem assim, reclamo da minha vida, mas no fundo é bom assim, não quero trabalhar, mas o Jonathan é inteligente, ele vai conseguir ser alguém na vida*” [sic]. Voltando ao seu papel, Jonathan respondeu: “*É, mas daí a gente vive nesse inferno, eu vou sair, se a senhora não quer, vou reconstruir minha vida*” [sic]. Em um duplo disse a diretora: “*Vou fazer Engenharia e vou reconstruir a minha vida*”. Emocionado, o adolescente disse que sim, que precisa de dinheiro e deseja ser reconhecido positivamente. Posteriormente disse que os cursos das ciências humanas não são reconhecidos e os estudantes desses cursos são tidos por vagabundos.

Segundo Nery (2003), o indivíduo aprende emoções e condutas relacionadas ao papel complementar interno patológico, que se tornarão conteúdos da sua criança interna ferida, conduzindo-o a alguns autoconceitos, desenvolvendo lógicas afetivas de conduta. No caso do protagonista Jonathan, a possível lógica afetiva de conduta identificada durante o ato psicodramático foi “*serei um profissional de status, porque preciso de dinheiro, de reconhecimento, preciso ser admirado, preciso deixar de ser o filho do bêbado vagabundo*”.

Sob orientação, o protagonista escolheu um ego auxiliar para representar a Engenharia. Jonathan foi instigado a pedir tudo o que precisasse à Engenharia,

concretizando cada solicitação com uma almofada. Posteriormente, no papel da Engenharia, Jonathan respondeu o que desejaria como pagamento aos itens pedidos. Para ganhar dinheiro, reconhecimento e status, a Engenharia exigiu de Jonathan muito tempo de estudo e trabalho, sem amigos e sem motivação. Para sair de perto da família, a Engenharia afirmou que Jonathan teria que sair de perto dos amigos. Por fim, emocionado, Jonathan disse não querer pagar o preço. Esta técnica foi adaptada do jogo da loja mágica proposta por Moreno (1993, p. 35).

Foi sugerido, então, o retorno para a cena da brincadeira com os amigos na infância, quando o pai retorna bêbado. Jonathan foi convidado a ocupar o papel do amigo que observava a cena. Ao ser solicitado o solilóquio para Jonathan, no papel do amigo que estava rindo, este disse: *“O pai dele é engraçado”* [sic]. De volta ao seu papel Jonathan respondeu: *“Mas eu não sou igual a ele, sou melhor”* [sic]. Estimulado pela diretora, Jonathan trocou de papel com o amigo e afirmou: *“Ninguém disse isso, ninguém pensa isso, a gente gosta de ti”* [sic]. Nesse momento Jonathan se emocionou e disse ter medo de ser como ele, de ficar sozinho e ser motivo de chacota alheia. O protagonista então disse ao pai: *“Nunca serei como você, primeiro porque eu não bebo mesmo e segundo porque vou estudar, ainda não sei o que, mas vou ter uma profissão, e vou sempre ter meus amigos”* [sic]. Rindo, complementou: *“mesmo que eu escolha fazer um curso das humanas”* [sic]. Para o encerramento da cena, o protagonista pediu que os egos auxiliares, no papel das crianças, continuassem jogando, mesmo com o pai ali.

Esse cenário gerou o conflito do adolescente na escolha profissional, pois, conforme Silva Filho (2011), essa conserva cultural enfrenta resistência, o homem resiste ao novo e procura apegar-se a referências com a ilusão de proteção, mantendo-se muitas vezes em situação de sofrimento, a fim de corresponder ao papel complementar interno patológico.

Assim, segundo Manaia et al. (2013), dentro da esfera familiar, de forma consciente ou inconsciente, os pais e demais familiares exercem poder de influência sobre as decisões de carreira dos adolescentes. Os autores ainda salientam que valores, significados, crenças e expectativas são transmitidos cotidianamente nas relações interpessoais, de forma que os jovens lidam com maior ou menor dificuldade com essas influências, reconhecendo-as ou não, de acordo com suas características. Então surgem conflitos, diante da divergência de interesses e o adolescente necessita de espaços para o processo de identificação de seus papéis e dos papéis complementares, a fim de instituir escolhas claras, reconhecendo todos os aspectos envolvidos em sua escolha. Aqui este espaço foi propiciado por meio do Psicodrama de grupo.

Por fim, foi solicitado, para finalizar a sessão, que os adolescentes compartilhassem experiências e sentimentos pessoais que emergiram ao longo da dramatização. A maioria dos jovens destacou aspectos acerca da escolha profissional, com ênfase para a diferença de opiniões entre pais e adolescente. Surgiu também a ideia de alívio em virtude do reconhecimento da família relativo à escolha, bem como da dificuldade de inserção no mercado de trabalho e da relevância de se ter amigos. A necessidade de trocar de curso foi apontada como algo normal, que deve ser realizada quando não ocorre identificação com o curso escolhido.

O adolescente é um ser humano em fase de crescimento e evolução, a fim de atingir maturidade biopsicossocial e, nesse sentido, a opinião da família e o apoio dos amigos tornam-se relevantes. Entretanto, concomitantemente, o adolescente sente a necessidade de colocar em prática a criatividade e, para alcançar o ato criador, é preciso ser espontâneo e, para que haja a espontaneidade, é necessário tomar conhecimento de si mesmo (Tiba, 1985).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Para conhecer a si mesmo é necessário também identificar o papel do outro, o que no

caso dos adolescentes é fortalecido quando essa identificação é confirmada entre pares.

Nesse contexto, o Psicodrama de grupo surge como meio de alcance desse autoconhecimento para os adolescentes, propiciando fortalecimento e segurança na relação entre pares e auxiliando na identificação do eu-tu na relação, bem como na percepção da influência que esse tu tem no eu.

REFERÊNCIAS

Andrade, C. (2010, abril). Transição para a idade adulta: Das condições sociais às implicações psicológicas. *Análise Psicológica*, Lisboa, 28(2), 255-267.

Bustos, D. M. (1982). *O psicodrama: Aplicações da técnica psicodramática*. São Paulo: Ágora.

Camargo, L. (2006). *Orientação profissional: Uma experiência psicodramática*. São Paulo: Ágora.

Coll, C., Marchesi, A., & Palacios, J. (1995). *Desenvolvimento psicológico e educação: Psicologia evolutiva* (Vol. 1). Porto Alegre: Artes Médicas.

Dias, V. R. C. S. (1996). *Sonhos e psicodrama interno na análise psicodramática*. São Paulo: Ágora.

Gonçalves, C. S.; Wolff, J. R., & Almeida, W. C. (1988). *Lições de psicodrama: Introdução ao pensamento de JL Moreno*. São Paulo: Ágora.

Manaia, M. M. C. et al. (2013). Carta aos pais: Uma estratégia de comunicação dos filhos sobre a escolha da carreira. *Rev. SPAGESP*, Ribeirão Preto, 14(2), 19-38.

Martín, E. G. (1996). *Psicologia do encontro: JL Moreno*. São Paulo: Ágora.

Moreno, J. L. (1993). *Psicodrama*. São Paulo: Cultrix.

Nery, M. P. (2003). *Vínculo e afetividade*. São Paulo: Ágora.

Organização Mundial da Saúde (OMS) (2002). *Adolescent friendly health services: An agenda for change*. Geneva: World Health Organization.

Silva, A. S. N. et al. (2015, setembro). Início da vida sexual em adolescentes escolares: Um estudo transversal sobre comportamento sexual de risco em Abaetetuba, Estado do Pará, Brasil. *Rev Pan-Amaz Saúde*, Ananindeua, 6(3). doi: 10.5123/S2176-62232015000300004

Silva Filho, L. A. (2011). *Doença mental, um tratamento possível: Psicoterapia de grupo e psicodrama*. São Paulo: Ágora.

Tiba, I. (1985). *Puberdade e adolescência*. São Paulo: Ágora.

Tiba, I. (2005). *Adolescentes: Quem ama, educa!* São Paulo: Integrare.

Recebido: 11/01/2017

Aceito: 23/05/2017

Amanda Castro. Doutoranda e Mestre em Psicologia pela Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC). Psicodramatista Níveis II e III em formação (Viver Psicologia Psicodrama). Especialista em Psicologia do desenvolvimento pelo Centro Universitário de Araraquara (UNIARA). Professora do Departamento de Psicologia da Universidade do Extremo Sul Catarinense (Unesc). Rua Rio dos Cedros, 188, apto. 502, Santa Augusta, CEP 88805-430. Criciúma, SC. Tel.: (48) 98809-1109.

Viviane Almeida. Coordenadora (Viver Psicologia Psicodrama). Doutoranda em Psicologia pela Universidade do Algarve (UALG). Mestre em Teatro pela Universidade do Estado de Santa Catarina (Udesc). Psicodramatista Níveis II e III – Locus Psicodrama (Locus). Rua José Antunes Martins, 253, apto. 201, Vila Moema, CEP: 88705-700. Tubarão, SC. (48). Tel.: (48) 99995-5531.