



Melissa Marques Torres Oliveira

183

Psicóloga pela Universidade São Marcos (USM). psicodramatista pela Sociedade de Psicodrama de São Paulo (SOPSP), atriz pelo Teatro da Universidade Católica (TUCA – PUC-SP) e coordenadora do Núcleo de Teatro e Psicodrama da SOPSP.

O PODER DA MÁSCARA NO PSICODRAMA: A SOMBRA E A LUZ

RESUMO

Este artigo discute a utilização da máscara como instrumento de trabalho no Psicodrama. A pesquisa é embasada no referencial teórico de Moreno, ao articular psicodramatistas contemporâneos e conceitos da Psicologia Analítica de Jung. Compreende-se que a máscara, usada no contexto psicodramático, concretiza personagens e papéis sociais, repletos de conservas culturais, que camuflam o drama individual do sujeito impedido de atuar na vida em sua plenitude. O trabalho psicoterápico consiste em equilibrar a luz e a sombra do que as máscaras representam.

PALAVRAS-CHAVE

Papéis sociais. Máscaras. Psicodrama. Sombra. Luz.

ABSTRACT

The article discusses the use of masks as a working instrument in psychodrama. Embedded in the Morenian theoretical framework, the research links concepts of contemporary psychodrama to those of the Jungian analytical psychology. It is understood that when used in the context of psychodrama, masks concretize characters and social roles, replete of cultural conserves that conceal the individual drama, preventing the person from fully functioning in life. The psychotherapeutic work aims to balance out the lights and shadows of what masks represent.

KEYWORDS

Social roles. Masks. Psychodrama. Shadow. Light.



AS MÁSCARAS

O sujeito cria personagens e assume diferentes papéis sociais que, muitas vezes, encontram-se cristalizados e que estão impedidos de ser protagonizados em sua plenitude e em sua possibilidade criativa, resultando assim em uma inadequação decorrente da falta de espontaneidade e criatividade.

Em termos sociais, cada indivíduo incorpora máscaras que se configuram a partir das instituições de sua cultura, que muitas vezes desencorajam-no de desempenhar certas nuances dos papéis sociais. Os papéis sociais são articulados a partir de contextos determinados socialmente, ou seja, do meio em que o indivíduo vive e da sua relação com o outro.

Tendo em vista a complexidade dos papéis sociais, criam-se máscaras que são incorporadas pelo sujeito. Buchbinder (1985) denomina máscaras cotidianas como aquelas construídas pela intimidade do sujeito e que se relacionam com outras máscaras. De acordo com o autor, elas representariam a história individual do sujeito que dialoga com o meio social expressado em seu rosto ao gerar uma máscara única cristalizada. Essa cristalização é produto da conserva cultural. Para Zerka Moreno (2010), a conserva cultural é consequência de um produto, como se fosse um momento congelado no tempo. O homem, muitas vezes, conserva suas ações respondendo de maneira mecanizada ao contexto social. Sufoca, portanto, sua capacidade criadora tornando-se rígido, automático e impedido de se expressar espontaneamente.

As máscaras são incorporadas a partir da rotulação de padrões predeterminados pela sociedade, na qual o sujeito se coloca em uma condição de impedimento de expressar sua verdadeira essência, criando uma espécie de barreira e ocultando valores e sentimentos que a sociedade não legitima.

Nos atendimentos psicoterápicos, utilizo as máscaras como um objeto intermediário que ajuda o indivíduo a entrar em contato consigo mesmo, em um plano subjetivo. Bermudez (1970) conceitua objeto intermediário como um elemento real e concreto, com poder de atração que facilita a comunicação. As máscaras, além de facilitar a comunicação, permitem concretizar sua condição de cristalização, despertando sensações e sentimentos aflorados em seu mundo interior, possibilitando a conscientização de múltiplos aspectos dos papéis sociais



e dos personagens que o sujeito, em dado momento de sua vida, muitas vezes adota e se mascara.

O processo psicodramático com máscaras permite ao sujeito reconhecer conteúdos objetivos e subjetivos de sua personalidade, levando-o a entrar profundamente em contato com seu mundo interior. A máscara tem o poder de permitir essa conexão com o “*sagrado*” do paciente. Na utilização desse instrumento psicodramático, é possível observar a facilidade com que o sujeito se encontra com a sua “*divindade*” abreviando o curso de sua psicoterapia. No processo psicoterápico, “*sagrado*” e “*divindade*” constituem a qualidade do mundo interior do paciente, pois é ele mesmo que governa e administra o próprio mundo a fim de criar, construir, multiplicar, ou adoecer e paralisar. Cada paciente tem o próprio mundo interior e sua “*divindade*”. Nessa circunstância, o paciente revela-se e é livre para fazer o que bem entender.

Moreno (1920, republicado em 1992) considera Deus como um pai que cada ser humano incorpora através de sua ação no mundo e sua história. Essa conotação sugere o entendimento de Deus como ser supremo que reina no próprio mundo interior de cada ser humano e autor das próprias palavras, criador do próprio processo. O contato com esse “*Eu-Deus*” é o primeiro passo para o desenvolvimento do processo psicodramático. A partir dele é que o paciente consegue fazer emergir sua criatividade e sua espontaneidade, colocando-se de forma ativa no mundo.

Na trajetória do Psicodrama, alguns psicodramatistas utilizam máscaras como instrumento de trabalho. No cenário latino-americano, o argentino Mário Buchbinder (1996), os brasileiros Marco Antonio Amato (2002) e Osvaldo Politano Junior (1988) são os mais representativos. Buchbinder apresenta como foco de trabalho com máscaras uma desestruturação dos fantasmas internos do paciente e a consequente reestruturação de seu mundo interior. Já o ponto de vista de Amato se baseia na filosofia do momento de Moreno e na teoria dos cachos de papéis (*clusters*) de Bustos. A visão de Politano Junior, por sua vez, ressalta a “*pessoa privada*” articulada ao conceito de “*papel*”. Os três autores desenvolveram suas análises utilizando a máscara como instrumento de trabalho, fundamentados na visão de que a criatividade e a espontaneidade do sujeito são conceitos centrais e, portanto, estão na base da descristalização das máscaras que impedem o sujeito de enxergar novas possibilidades de atuação na vida através de seus papéis sociais imersos na sua cultura.



OS CONCEITOS DE SOMBRA E LUZ

Nesta parte, é preciso estabelecer uma reflexão quanto aos termos *persona* e *sombra* da Psicologia Analítica de Carl Gustav Jung. Em seguida, acrescentaremos um terceiro termo de análise, a *luz*.

O termo *persona*, sob o ponto de vista de Jung (1985), denota a palavra que designa a máscara do ator. Sob o ponto de vista psicodramático, nada mais é do que a expressão dos papéis sociais em relação aos quais o sujeito atua. *Persona* é uma máscara da psique coletiva que representa um compromisso entre o indivíduo e a sociedade, é uma aparência, a forma pela qual o indivíduo se apresenta no mundo. Indica aquilo que ele reconhece como próprio, conscientemente, e quer apresentar ao mundo, sua máscara social. Portanto, ao mesmo tempo, há algo de individual indiretamente presente na escolha da *persona*. O ator representa a *persona*, que é a máscara da sociedade, os arquétipos como um referencial humano, logo, *persona* associa-se a personagem. O personagem sintetiza um momento da vida do paciente, e é criado a partir dos papéis sociais que desempenha na vida, os quais se encontram, muitas vezes, “mascarados”.

Por outro lado, a máscara permite o contato com a intimidade do paciente, sua verdadeira essência mascarada. Com base nisso, podemos relacionar os aspectos de sombra e luz presentes no processo terapêutico com a máscara. Como um processo dialético, quando o indivíduo coloca a máscara, verifica-se imediatamente a sua *sombra*, ou seja, ele transmite o que quer expressar para as pessoas e obscurece parte de sua imagem interior, inconscientemente. A parte obscura é a sombra repleta de aspectos profundos e, muitas vezes, negativos da personalidade do indivíduo, que são ocultados e se encontram em estado inconsciente.

Conforme a experiência dos atendimentos clínicos¹, os conceitos de *sombra* e *luz* necessitam ser esclarecidos e acrescentados para melhor entendimento do processo psicoterápico com a máscara. A *sombra* é vista em um primeiro momento, como o elemento que impede o sujeito, dificultando seus movimentos existenciais. Há claramente um sofrimento do sujeito por se encontrar impedido de externalizar sua verdadeira essência no plano de suas relações presentes em seu átomo social.

Uma máscara que não diz o que quer, diz exatamente o oposto do que quer. Essa máscara é uma forma de defesa, com a qual o sujeito cria “monstrinhos” que encarnam diante da sociedade em que vive e atua. Portanto, omite sua *sombra*, com receio de ser rejeitado pela sociedade.



Essa *sombra* já está presente claramente no *status nascendi* de suas transferências. Perazzo (2010) conceitua *status nascendi transferencial* como a repetição de um modelo relacional cristalizado do indivíduo em várias situações de sua vida, resultando em um personagem conservado e encapsulado dentro de si mesmo, escasso de espontaneidade e de criatividade.

Assim, a *luz* pode ser caracterizada como a expressão da espontaneidade e da criatividade do sujeito, a lucidez, a autenticidade, a verdadeira essência espontânea, o verdadeiro “eu”, o estado genuíno do ser humano. Moreno (replicado em 1984) define o estado de espontaneidade como o ato de vontade do ator – voluntário e livre de influências externas. A espontaneidade caracteriza-se como a capacidade de uma rápida emergência de ideias e sua transformação em ação. Nesse sentido, Garrido Martín (1966) ressalta que criatividade para Moreno é progresso, evolução, crescimento, invenção, arte e tudo o que suponha inovação ou desenvolvimento.

Com base na experiência dos atendimentos, podemos perceber que essa *luz* reflete o que Moreno denomina a verdade psicodramática e poética do ser humano, que uma vez obscurecida pela *sombra* fica repleta de conservas que dificultam a vida do sujeito. A condição de ser espontâneo está diretamente relacionada a uma reflexão e uma transformação dos papéis específicos desempenhados nas diversas situações da vida do sujeito, permitindo desenvolver características mais flexíveis de sua personalidade ao se expressar livremente.

No processo psicoterápico, com o uso das máscaras, o paciente entra em contato com sua *sombra*, que reflete no seu personagem interno conservado aspectos muitas vezes negativos que o reprime. Esse personagem nada mais é do que o oposto do papel imaginário do sujeito.

Essa Psicoterapia com máscaras ajuda a localizar o *status nascendi transferencial* que o faz reviver os conflitos de sua vida, permitindo que ele crie outro personagem, o oposto da sombra, protagonizando, assim, um novo papel. Trata-se do desencapsulamento do papel imaginário, transformado em um papel psicodramático espontâneo e criativo. Os dois personagens são o contraponto um do outro. Nesse momento, o sujeito entra em contato com a *luz* da máscara e se apossa das características

NOTA:

1. Atendimentos psicoterápicos realizados em consultório e no Centro de Atendimento Psicossocial com a população de adolescentes e adultos.





positivas que podem ajudá-lo a lidar melhor com sua *sombra*. Há uma harmonia entre os aspectos de *sombra* e *luz*. O paciente ressignifica sua história de vida e compreende que sua máscara possui dois lados refletidos pela *sombra* e pela *luz*. Os lados são concretizados em dois personagens: um aprisionado e imaginário; outro novo e repleto de criatividade e espontaneidade.

Portanto, toda máscara apresenta sua *luz* e sua *sombra*. Geralmente a *sombra* aparece quando repleta de conservas e de aspectos árdus da vida do sujeito. A *luz* surge como sua face espontânea e criativa. A *sombra* pode ser positiva quando entra em contato com a *luz*, a verdadeira essência do protagonista, ocorrendo uma harmonização entre as duas faces da máscara.

No processo psicoterápico há uma busca de equilíbrio entre *luz* e *sombra*. O indivíduo aprende a lidar com sua máscara de maneira harmônica. Esses dois aspectos não vivem separados. O Psicodrama desperta o que estava oculto pela *sombra*. Há uma expressão espontânea do sujeito, que aprende a conviver com sua *sombra* e sua *luz*, tendo o livre-arbítrio de escolher sua forma de expressão. A cena psicodramática possibilita um desmascaramento social, como se fosse um momento iluminado decorrente do contato do indivíduo com sua máscara inicial. Esse desmascaramento é o instante privilegiado em que ele se vê e se compreende melhor em toda sua plenitude.

RESULTADOS COM O EMPREGO DA MÁSCARA

Em minha prática profissional, realizando sessões psicoterápicas individuais em consultório, com pacientes neuróticos, é significativamente perceptível que as máscaras permitem desencapsular o papel imaginário conservado dentro do sujeito, levando à catarse do protagonista e um desencadeamento psicodramático de uma ação reparatória. O paciente entra em contato com a sua *sombra* refletida pela máscara, percebe dizer exatamente o oposto do que ele quer, dificultando seus movimentos existenciais, atuando como um personagem conservado em sua vida. Há, muitas vezes, nítido sofrimento do paciente por se encontrar impedido de externalizar sua verdadeira essência. Sua *sombra* revela-se igualmente presente no *status nascendi* de suas transferências. O paciente promove uma ação reparatória capaz de provocar o *status nascendi* de um movimento existencial novo, desfazendo a cadeia transferencial, motivado pela *luz* da máscara, uma ação espontânea e criativa. Esse novo *status nascendi* é





construído quando o paciente entra em contato com outro personagem de sua vida, criado a partir da máscara. A ação reparatória define o momento da dramatização em que um papel imaginário conservado se transforma em papel psicodramático espontâneo e criativo. A máscara possibilita ao paciente entrar em contato com seus personagens internos, durante o processo de Psicoterapia, possibilita que ele conviva com a *sombra* e a *luz* de sua máscara de forma mais harmônica.

Desenvolvendo sessões em grupo no Centro de Atenção Psicossocial (CAPS), com pacientes psicóticos, foi possível observar uma ampliação do autoconhecimento e da percepção dos papéis sociais desempenhados na vida através de novas possibilidades de atuação criativas reconstruindo redes sociométricas rompidas e história pessoal. Iniciei esse trabalho com a utilização do recurso do teatro espontâneo², inicialmente, quando era visível o isolamento social decorrente da doença psíquica. Aos poucos, novos vínculos foram estabelecidos entre os integrantes do grupo, melhorando a comunicação entre eles.

Em um segundo momento, a intervenção psicodramática foi ampliada e o trabalho com as máscaras permitiu a incorporação de personagens que possibilitaram reviver seus delírios e suas alucinações. Mascarenhas (1997) ressalta que o paciente aceita e vivencia seu delírio e inclui personagens internalizados. Depois que ele aceita seu delírio, trabalha-se a partir do interior do delírio, criando um novo sentido despertado pela criatividade e pela espontaneidade.

Portanto, nos atendimentos em grupo, a máscara reflete a *sombra* dos pacientes, o medo e a angústia do grupo de conviver com o seu delírio. O personagem interno conservado é o próprio delírio que aparece como forma de se defender do contato social. A *luz* da máscara é o momento de lucidez, repleto de espontaneidade e criatividade quando o paciente verifica novas possibilidades de atuação em sua vida. Esse tratamento tem contribuído para a diminuição do sofrimento, das angústias, enfim, vem diminuindo as dificuldades vividas nos relacionamentos presentes em seu átomo social, ampliando a capacidade de resolver problemas e cuidar da própria vida.

NOTA:

2. Aguiar (1998) define teatro espontâneo como uma modalidade de teatro interativo, cuja característica básica é a improvisação. Tanto o texto como a representação são criados no momento da própria apresentação com base em contribuições da plateia.



CONCLUSÕES

Os personagens habitam o universo interior do paciente e representam um conjunto de estrutura própria da vida do sujeito. O personagem representa diferentes papéis de sua vida, nasce através da criação da sua imaginação e se estabelece pelos vínculos sociais.

As máscaras propiciam vivenciar personagens e investigam a identidade do paciente, como um modo de despertar seu potencial criativo, e proporcionam reflexão e conscientização de formas de mascaramento que cada paciente utiliza em seus papéis sociais. Possibilitam reflexão, integração e criação de novos papéis sociais.

A identidade do sujeito se constrói a partir dos papéis sociais que ele desempenha na vida, no jogo de complementaridade com seus contrapapéis. À medida que as máscaras se modificam, a identidade do indivíduo também se transforma. O conceito de identidade, aliás, é um conceito dinâmico e não estático, como é de conhecimento de todos.

O trabalho com máscaras resulta na ampliação da percepção do indivíduo quanto ao desempenho de seus papéis sociais em cada momento. Concretiza personagens internos, espelhados na luz e na sombra de sua máscara. No processo psicoterápico o protagonista reconhece sua persona, sua máscara, atuada nos papéis sociais muitas vezes cristalizados, uma máscara que esconde algo que não se revela possibilita ao sujeito a conscientização de sua identidade através do jogo de seus papéis sociais. O paciente obtém a consciência da sua sombra, refletida na criação de seu personagem conservado, percebe que o repete em vários momentos de sua vida, quanto mais o esconde, mais sofrimento gera para si mesmo. Somente quando o paciente ressignifica os conteúdos da sombra, cria outro personagem interno, oposto da sombra, refletido pela luz, repleto de espontaneidade e criatividade, despido de conservas culturais. Nesse momento, apodera-se da luz, sua expressão genuína e ocorre a descristalização da máscara inicial. Há uma harmonização entre sombra e luz. Desse modo, através da realidade suplementar o protagonista cria um novo status nascendi relacional para sua vida.

Conforme exposto, o Psicodrama pode contribuir com seu processo para despertar a criatividade e a espontaneidade do sujeito, podendo descristalizar as máscaras que o impedem de enxergar novas possibilidades de atuação ativa e comprometida em sua vida, equilibrando a luz e a sombra dessas máscaras.



REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- AGUIAR, M. **Teatro espontâneo e psicodrama**. Editora Ágora, 1998.
- AMATO, M. A. **A poética do psicodrama: O grupo autogerido e a dinâmica da cena**. São Paulo: Aleph, 2002.
- BERMUDEZ, J. G. R. **Introdução ao psicodrama**. São Paulo: Mestre Jou, 1970.
- BUCHBINDER, M. **A poética do desmascaramento: Os caminhos da cura**. São Paulo: Ágora, 1996.
- BUCHBINDER, M.; MATOS E. **Las mascarar de las mascarar: Experiencia expresiva corporal terapéutica**. Buenos Aires. Letra Viva, Reimpresión, 1985.
- JUNG, C. G. **O eu e o inconsciente**. Rio de Janeiro: Vozes, 1985
- MARTÍN, E. G. **Psicología do encontro: J. L. Moreno**. São Paulo: Ágora, 1966.
- MASCARENHAS, P. *O psicodrama de Adolf Hitler: um paradigma do psicodrama e a sua relação com a multiplicação dramática*. **Revista Brasileira de Psicodrama**, v. 19, n. 1, 2011.
- MORENO, J. L. **As palavras do pai**. Campinas: Psy, 1992.
- _____. **O teatro da espontaneidade**. São Paulo: Ágora, 1984.
- MORENO, Z. T.; Blomkvist, L. D.; Rutzel, T. **A realidade suplementar e a arte de curar**. São Paulo: Ágora, 2010.
- PERAZZO, S. **Psicodrama: O forro e o avesso**. São Paulo: Ágora, 2010.
- POLITANO Jr, O. Desenvolvimento ou treinamento de papel? Ou a grande farsa? **Revista da Febrap, Anais 6º Congresso Brasileiro de Psicodrama**, v.1, p. 145-154, 1988.

Recebido: 10/09/2012
Aceito: 21/03/2013

Melissa Marques Torres Oliveira
Rua Dona Antônia de Queirós, 504 - conj.121
Consolação - São Paulo, SP
CEP 01307-010
Tel. (11) 2361-7682
melaranja@gmail.com

