

O Psicodrama clínico *on-line*: uma conexão possível

Online clinical psychodrama : a possible connection

Psicodrama clínico en línea: una posible conexión

Gabriela Pereira Vidal^{1,*}, Amanda Castro^{1,2}

Vidal GP  <http://orcid.org/0000-0003-4382-0845>

Castro A  <http://orcid.org/0000-0002-8666-4494>

RESUMO: Este artigo tem por objetivo refletir sobre as possibilidades de atuação em psicoterapia da relação, psicodrama bipessoal e psicodrama interno, por meio de atendimentos *on-line*. Foram utilizados relatos de experiência para ilustrar as possibilidades em relação a etapas, instrumentos e técnicas. Ao longo da discussão, é clarificado que a ação espontânea do psicodramatista frente ao cliente é imprescindível. Portanto, no atendimento *on-line*, é possível a manutenção do aquecimento, a aplicação das técnicas e o manejo das cenas, considerando a necessidade do reconhecimento de cenário do paciente e do diretor, bem como da possibilidade do recurso da realidade suplementar para o alcance de cenas, objetos ausentes e personagens.

Palavras-chave: Psicodrama, Internet, *On-line*.

ABSTRACT: This article aims to reflect on the acting possibilities in relationship psychotherapy, bipersonal psychodrama, and internal psychodrama, through online activities. Experience reports were used to illustrate the possibilities in relation to stages, instruments and techniques. Throughout the discussion, it is clarified that the spontaneous action of the psychodramatist towards the client is essential. Therefore, in online care, it is possible to maintain the heating, to apply the techniques and to manage the scenes, considering the need to recognize the patient's and the director's scenario, as well as the possibility of using the supplementary reality to reach the scenes, missing objects, and characters.

Keywords: Psychodrama, Internet, Online.

RESUMEN: Este artículo tiene como objetivo reflexionar sobre las posibilidades de actuar en psicoterapia relacional, psicodrama bipersonal y psicodrama interno a través de actividades en línea. Fueron utilizados relatos de experiencia para ilustrar como posibilidades en relación a etapas, instrumentos y técnicas. A lo largo de la discusión, é clarificado que acción espontánea del psicodramatista frente al cliente é imprescindível. Por lo tanto, en atendimento en línea, es posible manutenção de calefacción, aplicação de las técnicas y manejo das cenas, la necesidad de un reconocimiento del centro del paciente y el director, debido a la posibilidad de un recurso de realimentación suplementaria para el alcance de los cenas, objetos ausentes e personajes.

Palabras-clave: Psicodrama, Internet, En línea.

1.Viver Psicologia Psicodrama, Tubarão (SC), Brasil

2.Universidade do Extremo Sul Catarinense – Criciúma (SC), Brasil

*Autora correspondente: gabrielavidaal@gmail.com

Recebido: 22 Mar 2020 – Aceito: 26 Mar 2020

Editora de Seção: Marlene Marra



INTRODUÇÃO

Moreno era um homem muito à frente de sua época, que desafiava contextos e era, muitas vezes, visto como louco, pois propunha uma ação psicoterapêutica considerada ousada (Bustos, 1999). Justamente por isso, são diversos os momentos em que Moreno nos incentiva a ser espontâneos e criativos como psicodramatistas:

Numa era tecnológica como a nossa, o destino e o futuro do princípio da espontaneidade, como padrão principal de cultura e da existência, pode depender do êxito que se obtenha para vinculá-lo aos inventos tecnológicos. É razoável supor que, se o princípio da espontaneidade ficasse à margem dos poderosos avanços tecnológicos do nosso tempo, continuaria sendo apenas uma expressão subjetivista de um pequeno grupo de intelectuais de pendoros românticos e não mais poderia atingir e educar o grande público (Moreno, 2016, p. 464).

Disse Moreno: “Presumimos, talvez ingenuamente, que, se uma guerra pode espalhar-se pelo globo, deveria ser igualmente possível preparar e propagar uma sociometria mundial” (1992, p. 228). A Internet, desse modo, torna possível o sonho moreniano, constituindo um ponto para a ação espontânea. Que saibamos fazer uso da rede para o ensino, a intervenção e a pesquisa psicodramática e, assim, cheguemos mais próximos da utopia moreniana: “pareceu-nos, ao menos teoricamente, possível tratar número infinitamente maior de tais comunidades pelos mesmos métodos de fato, todas as comunidades que formam a sociedade humana” (Moreno, 1992, p. 228). Os métodos a que Moreno (1992) se refere são a sociatria, o sociodrama e o psicodrama.

A ideia deste artigo é descrever um passo a passo, bem como as possibilidades do psicodrama *on-line*, desde o primeiro contato com o cliente até o manejo das questões a serem trabalhadas no processo psicoterápico clínico com o psicodrama.

O psicodrama toma por referência a atuação na saúde das relações, explorando aspectos vinculares e identificando elementos transferenciais que impossibilitam relações télicas. As relações, na atualidade, decorrem de contextos cada vez mais virtuais, em que o constante fluxo de informações e a possibilidade de ampliação da rede sociométrica denotam a relevância da atualização do psicodramatista em seu contexto de atuação.

Bustos fala do “homem e seu ajustamento, esse eterno problema [...] Não o isolamos para estudá-lo, mas o compreendemos nos seus vínculos e através deles penetramos em seu mundo interno” (1979, p. 11). Se os nossos pacientes fazem uso da Internet para se reconhecerem, é preciso que igualmente façamos uso dela, para podermos compreendê-los em seu próprio contexto. O contexto *on-line* vem sendo cada vez mais utilizado e, com isso, é possível ver também psicodramatistas receosos e, de certo modo, perdidos diante desse contexto, visto que o psicodrama tem um olhar muito voltado ao corpo, às expressões corporais e ao contato físico. Diante disso, encontramos-nos na fala de Cukier, quando diz que “[...] podemos mostrar nosso respeito a Moreno não só quando explicamos claramente o que ele pensava, mas também quando usamos nossa espontaneidade para criar a partir daquilo que ele deixou” (1992, p. 18), afinal, exercitar nossa espontaneidade e criatividade na adaptação do psicodrama para o mundo contemporâneo pode significar manter vivo o legado de Moreno e do psicodrama.

Fonseca Filho diz que “a espontaneidade se libera mais facilmente em contato com a espontaneidade do outro. Quanto menos espontaneidade um ser vivo possui, mais necessidade terá de outro que a possua” (2008, p. 28). Assim, o psicoterapeuta precisa ser espontâneo para, diante das adversidades e mudanças, inclusive o ambiente *on-line*, criar formas de manter o cliente espontâneo. De acordo com Cukier (2018, p. 96), Moreno dizia que a “espontaneidade do diretor é que aquece o paciente”. Portanto, na condição de psicodramatistas, que possamos nos manter espontâneos, já que o virtual é apenas uma das formas de se fazer presente.



Assim, estimuladas por mestres e colegas, organizamos aqui uma síntese de possibilidades, que adaptamos diante do psicodrama *on-line*, buscando tornar mais clara essa prática e auxiliar no desenvolvimento de novas formas de direção diante dela.

Este artigo apresenta a sistematização dos atendimentos *on-line* realizados à luz do psicodrama. Para o alcance desse objetivo, foram selecionados trechos de sessões *on-line* que ilustrem a relação entre diretor e protagonista no atendimento virtual em psicodrama individual. Trata-se, portanto, de um relato de experiência que pode constituir uma base para ações futuras com o psicodrama *on-line*. As bases teóricas utilizadas para o processamento não diferem da epistemologia psicodramática aplicada ao contexto presencial.

Essa reflexão prática foi organizada em cinco tópicos para tornar-se mais didática:

1. Contato inicial cliente vs. terapeuta no ambiente *on-line*;
2. Os instrumentos do psicodrama no *on-line*;
3. Etapa 1: Ligando o *wi-fi* – Aquecimento e possibilidades;
4. Etapa 2: A conexão *on-line* – Dramatização e técnicas;
5. Etapa 3: O chat *on-line* – Compartilhamento.

CONTATO INICIAL CLIENTE VS. TERAPEUTA NO AMBIENTE ON-LINE

No mundo contemporâneo, são raros os clientes que telefonam para agendar uma sessão de psicoterapia. Atualmente, se o psicoterapeuta cuida da própria agenda, recebe mensagens diretas no WhatsApp ou no Instagram com perguntas sobre o funcionamento de seu serviço e o agendamento de horários. O espaço virtual já é presente mesmo para os profissionais que não atendem *on-line* e essa certa “informalidade” garante um contato mais humano com o cliente, possibilitando orientações iniciais sobre o trabalho a ser realizado.

Pessoas em sofrimento emocional tendem a compartilhar suas experiências e sentimentos com anônimos da *web* como forma de ter suas emoções legitimadas. Assim, é comum que as pessoas se sintam atraídas por espaços virtuais, nos quais possam compartilhar experiências dolorosas, e que procurem esses mesmos espaços para o alívio das dores emocionais. Tudo isso denota a importância de o psicoterapeuta estar presente nas redes, de modo a ser reconhecido como profissional capacitado para ofertar esse tipo de atendimento (Rodrigues & Tavares, 2016).

Quando falamos em atendimento *on-line*, além de questões como tempo de sessão, pagamento e horários, existem também orientações próprias desse tipo de contrato de atendimento. É nesse momento que precisamos orientar o cliente e contratualizar:

- Para quem é esse tipo de atendimento? O profissional precisará orientar o cliente em relação à queixa, já que, de acordo com a resolução 011/2018 do Conselho Federal de Psicologia (CFP, 2018), atendimentos de urgência e emergência não são autorizados e precisam de continência e acolhimento presencial. Assim, o atendimento *on-line* não é para todo tipo de demanda;
- Local: é preciso também orientar o cliente acerca do local de que precisará dispor para o atendimento *on-line* (um local reservado, sem risco de interrupções, em que esteja sozinho e terceiros não possam ouvi-lo). É importante orientar também sobre o uso de fones de ouvido, de modo a garantir o sigilo das informações e possibilitar a imersão na experiência. Entretanto, torna-se necessário ajustar o volume no fone, tanto para o terapeuta quanto para o paciente, visando minimizar o risco de danos auditivos;



- Conexão e velocidade de Internet: não há uma velocidade mínima, mas é importante que o cliente tenha uma boa qualidade de Internet, para que a chamada de vídeo (principal meio de comunicação no psicodrama *on-line*) tenha boa imagem e bom áudio;
- Aplicativos: essa é uma escolha de cada psicoterapeuta. Existem vários aplicativos de chamada de vídeo disponíveis e cabe a cada profissional escolher aquele que considere melhor em critérios como imagem, som, facilidade de acesso etc. É necessário buscar uma criptografia de dados que garanta o sigilo das informações.

Possível paciente A entrou em contato pelo *direct* do Instagram: Olá, eu gostaria de saber o valor da sessão *on-line*.

Psicodramatista, via *direct*, respondeu: Olá, qual é o seu nome? Sim, faço atendimento *on-line*. Precisamos, inicialmente, marcar um encontro *on-line* para que possamos discutir isso. Você conhece a plataforma? Poderíamos marcar um dia para eu explicar como funciona a terapia *on-line*, como faremos para garantir o sigilo.

Após o diálogo, foram marcados dia e horário, quando foi feito o contrato psicoterápico e agendada a primeira sessão de psicoterapia. Foi preciso contato mais pessoal (via *webcam*) para a manutenção da tele na relação entre psicodramatista e paciente; ou seja, para o fortalecimento da aliança terapêutica.

Desse modo, esses passos, que constituem o contrato psicoterápico (o qual pode ser enviado ao paciente para aceite digital), fazem abertura para a aliança psicoterápica. Tal aliança pode ser compreendida como uma relação que se estabelece entre paciente e psicoterapeuta para estabelecer o processo psicoterapêutico (Faria, 2019). Na modalidade *on-line*, essa aliança é construída por meio de posturas de acolhimento, olhares, cuidado, interesse e atenção do terapeuta para com seu cliente, que despertem nele a confiança necessária para expressar-se sem medo, o que se torna totalmente viável via chamada de vídeo (Faria, 2019). Para o alcance da aliança psicoterápica, é importante o estabelecimento do contrato, além da disponibilidade para o estabelecimento de uma relação tética a cada sessão. A “tele” pode ser compreendida como um fenômeno de interação, de mútua direção, que propicia a cocriação (Perazzo, 1994).

OS INSTRUMENTOS DO PSICODRAMA ON-LINE

De acordo com Rojas-Bermúdez, “[o] psicodrama é um instrumento psicoterápico complexo, constituído por cinco instrumentos fundamentais: o diretor, o protagonista, os egos-auxiliares, o cenário e o auditório” (2016, p. 91). Na modalidade *on-line*, assim como no individual ou bipessoal presencial, o psicoterapeuta é o diretor; o ego-auxiliar pode ser algum objeto intermediário (do cenário do cliente ou do diretor) ou o próprio diretor; o protagonista é o cliente; o cenário é onde ocorre a ação dramática (o que, no contexto *b*, é uma mescla do cenário da câmera do diretor e da câmera do protagonista e busca uma contextualização da própria ação, além de auxiliar no aquecimento); por fim, o auditório ou plateia é um instrumento ausente no contexto *on-line*, assim como no individual ou bipessoal presencial (Filipini, 2014).

É importante entender que o cenário, no psicodrama *on-line*, vai ser a união da câmera do diretor e do protagonista e que, por isso, o diretor precisa manter um aquecimento ainda maior. É possível, ainda, considerar que o cenário pode decorrer da realidade suplementar em um contexto simbólico. Conforme Rodrigues (2008), para o cenário, podem ser usados objetos que representem a si mesmos (reais) ou que concretizem outros objetos (simbólicos) ou, ainda, por meio da realidade suplementar, pode-se combinar com o paciente que ali existe um objeto (mesmo que esse não esteja de fato ali).



Para exemplificar o exposto, segue o excerto de uma sessão de psicodrama bipessoal on-line:

Paciente A: Eu não consigo falar pra ela (mãe) que ela me sufoca, igual na casa da praia.

Psicodramatista: Feche seus olhos, respire fundo... Agora gostaria que imaginasse que, dentro do consultório, tem uma porta e que, quando você abrir essa porta, estará na casa de praia da sua mãe. Ainda de olhos fechados, gostaria que me narrasse os móveis, o espaço...

A paciente seguiu narrando o cenário e, depois, retornou para a dramatização, imaginando que estava na casa de praia. Ao caracterizar o cenário, diz a paciente:

Paciente A: E não quero mais essa foto...

Psicodramatista: Então, imagine que ela está agora nas suas mãos e coloque-a onde quiser...

A paciente se levantou e colocou a fotografia (na realidade suplementar) fora da porta do quarto. Ao fazer essa ação, a paciente denotou estar aquecida a partir da montagem de cenário (Bustos, 2005). Outra possibilidade seria solicitar que a paciente desenhasse o cenário de sua cena e invertesse o papel com os objetos do desenho, o que nos conduz à primeira etapa da sessão: o aquecimento no atendimento *on-line*.

ETAPA 1: LIGANDO O WI-FI – AQUECIMENTO E POSSIBILIDADES

O aquecimento busca preparar paciente e terapeuta para a dramatização. Normalmente, inicia-se pelo aquecimento inespecífico, que tem como objetivo fazer o paciente se situar na sessão, focar em si mesmo e aquietar suas resistências. O aquecimento inespecífico no atendimento *on-line* pode se iniciar com a tomada de consciência acerca do espaço presencial (entrar em contato com o cenário real para que, posteriormente, o paciente se sinta presente na realidade suplementar, no cenário simbólico).

Segundo Zerka Moreno, Leif e Rutzel (2001), a realidade suplementar oportuniza um enriquecimento da realidade por meio do investimento e do uso intenso da imaginação. É uma expansão da experiência, possibilitada no psicodrama pelos métodos não usados na vida, uma forma de inserir dados e emoções, como não foi possível na realidade social; um suplemento da realidade, portanto.

Assim, um dos aquecimentos inespecíficos essenciais no psicodrama *on-line* é a apresentação do cenário. Nesse momento, o diretor mostra na câmera em que local está (normalmente o próprio consultório onde atende presencialmente ou um espaço reservado de sua casa), os móveis e objetos que compõe esse cenário e sua posição nele, ação que, por si só, já aproxima o protagonista do diretor e auxilia no processo de vinculação nas primeiras sessões. Em seguida, o protagonista faz o mesmo com seu cenário (normalmente seu quarto, sua sala ou um escritório em casa), mostrando a disposição dos móveis e objetos, os quais podem servir ao diretor como objetos intermediários. Essa apresentação se faz necessária sempre que o cenário mudar, já que, em outra sessão, o diretor ou o protagonista pode estar em um local diferente daquele em que estava anteriormente.

Além da apresentação do cenário, como traz Cukier (1992), é comum que o próprio cliente, em seguida, fale sobre o que está acontecendo em sua vida nesse momento, o que se trata de um aquecimento inespecífico verbal. Nesses casos, existem clientes que trazem um tema específico para a sessão e aqueles que trazem um aglomerado de questões. Cabe ao diretor auxiliar o protagonista a ordenar seus conteúdos ou optar por um deles para aquela sessão.



Além disso, a escolha das questões a serem trabalhadas, as quais Cukier (1992) sugere que sejam trabalhadas com o uso de almofadas, pode ser adaptada de muitas formas. Caso sejam duas questões, por exemplo, podem ser utilizadas as mãos do próprio cliente, indicando que ele levante as mãos como se estivesse segurando algo e que, em cada mão, haja uma das situações a serem trabalhadas. O diretor pode pedir que o protagonista simule uma balança e que vá indicando onde há mais peso com as mãos. Quando são mais de duas situações de escolha, é possível utilizar-se de objetos intermediários que o cliente ou o diretor tenha em mãos, como canetas e lápis, para apontar as situações. Pode-se pedir que o protagonista olhe para elas e converse com cada questão, pontuando o quanto aquilo está emergente para ele. Essas opções se aplicam também ao que Cukier chama de “Coisas que se quer *versus* coisas que não se quer” (1992, p. 34).

Existem também aquecimentos inespecíficos em movimento, que são muito comuns na prática psicodramática presencial e também podem ser adaptados ao ambiente *on-line*. O caminhar pelo ambiente, o alongamento, a massagem, consciência corporal, a respiração, alcançar o teto e tantos outros movimentos descritos por Cukier (1992) podem ser realizados pedindo que o protagonista posicione a câmera em um apoio e aumente o volume, sendo que o próprio diretor pode fazer o mesmo para que o protagonista o acompanhe nesses aquecimentos.

Freire menciona que “o aquecimento é sem dúvida a preparação prévia para que possamos entrar no novo; cabe a ele o equilíbrio psicofísico que nos deixa prontos para a ação espontânea e criativa” (2007, p. 48). Dessa maneira, em um segundo momento, o aquecimento específico é mais voltado a preparar o paciente para o tipo de dramatização que o diretor decide usar (cena aberta, psicodrama interno, psicoterapia da relação etc.) (Cukier, 1992).

Quando o diretor decide trabalhar com psicodrama bipessoal, por exemplo, o aquecimento específico vai utilizar-se de objetos do cenário dele, que novamente podem ser pequenos, como canetas, para pontuar objetos e pessoas importantes na cena a ser trabalhada. Então, se o cliente relata uma discussão com a mãe, por exemplo, podemos pedir para ele contextualizar onde a discussão ocorre e quem está na cena por meio da escolha de objetos intermediários que representem cada pessoa ou detalhe importante da cena.

No trabalho com psicoterapia da relação, o aquecimento específico pode ser o aquecimento no papel. Dessa maneira, a mesma discussão com a mãe pode prosseguir com o diretor pedindo que o protagonista feche os olhos, imagine a mãe, descreva como ela é fisicamente e depois, ao abrir os olhos, o cliente estará no papel de sua mãe e o diretor, em seu papel. Assim, o trabalho prossegue como uma conversa entre mãe (protagonista) e filho (diretor).

Se a decisão do diretor for o trabalho com psicodrama interno, o aquecimento é parecido com o presencial, solicitando que o protagonista feche os olhos e utilizando técnicas de relaxamento. Posteriormente, inicia-se a descrição da cena a ser trabalhada.

Objetos considerados intermediários podem ser fotos, imagens, músicas, na condição de iniciadores que suscitem o surgimento de cenas. Por exemplo: “Estou lhe enviando algumas imagens pelo *chat*. Gostaria que você selecionasse aquela que demonstra como você se sente no momento.” Ou ainda: “Tendo em vista os personagens que lhe enviei pelo *chat*, qual você escolheria para representar sua mãe? Agora, dê voz a esse personagem. O que lhe parece que ele está dizendo?” Desse modo, caminhamos para a dramatização.

ETAPA 2: A CONEXÃO ON-LINE – DRAMATIZAÇÃO E TÉCNICAS

Dirigir psicodrama é um eterno exercício de criatividade e espontaneidade, visto que, mesmo com as técnicas que temos, a cada protagonista é preciso adaptar e entender quais delas são ou não úteis. O objetivo deste capítulo é pontuar as principais técnicas psicodramáticas que podem ser adaptadas ao psicodrama *on-line*.



Antes disso, porém, é importante citar as três formas de trabalho mais comuns no psicodrama individual presencial, as quais serão pontuadas no que se refere à aplicabilidade das técnicas, quais sejam: psicodrama bipessoal, psicoterapia da relação e psicodrama interno.

No psicodrama bipessoal, é comum o psicodramatista montar uma cena e intervir nela junto ao protagonista, no consultório, assumindo e invertendo papéis (Bustos, 2005). Já na psicoterapia da relação, o psicoterapeuta é um misto de diretor e ego-auxiliar, “As cenas são desenvolvidas em ações dramáticas, dispondo-se o terapeuta a jogar papéis internalizados do paciente [...] [N]ão há marcação ou montagem de cena (paciente e terapeuta não se tocam durante as cenas)” (Fonseca Filho, 2010). Durante a aplicação de um psicodrama interno, destaca Fonseca Filho (2010), ocorre a ampliação da consciência corporal, que amplifica também a capacidade imaginativa, possibilitando a resposta diante de cenas imaginadas pelo protagonista, de olhos fechados, durante o manejo do diretor.

Entre as técnicas, uma das mais utilizadas no psicodrama em geral é o duplo, técnica clássica utilizada quando protagonista/paciente não consegue se expressar verbalmente ou tem muita dificuldade para isso, geralmente por bloqueios emocionais. O terapeuta, dotado de uma sensibilidade tática e, nesse caso, atuando como ego-auxiliar, expressa, em intervenções breves e precisas, os sentimentos e emoções que pôde captar (Rojas-Bermúdez, 2016). No psicodrama *on-line*, essa técnica é facilmente empregada, já que se utiliza da fala do diretor, que pode assumir a postura do paciente. Isso pode ser feito tanto com uma entonação de voz diferente daquela que o terapeuta usa para a direção quanto também com a utilização de uma fala como: “Por um instante, vou deixar de ser eu e tomarei o seu papel”. Então, o diretor fala o duplo e, depois, pode tanto esperar a reação do protagonista quanto questionar se aquilo faz sentido para ele.

Outra técnica muito efetiva no psicodrama *on-line* é o espelho. Essa técnica consiste em assumir a mesma postura física que o protagonista está assumindo no momento, permitindo que ele consiga olhar para si de fora e assim propiciando condições de uma melhora em sua autopercepção (Cukier, 1992; Gonçalves, 1998). No atendimento *on-line*, essa técnica é facilmente reproduzida da mesma maneira que presencialmente e pode também ser sinalizada avisando ao protagonista que o diretor irá reproduzir, como se fosse um espelho, a movimentação dele. Para a observação de todo o corpo, o psicodramatista precisa orientar o paciente a ficar mais distante da câmera, o que também exige um posicionamento de câmera do terapeuta, para que seja viável enxergá-lo completamente.

Além dessas, técnicas como a inversão de papéis, na qual o paciente assume o lugar de outra pessoa, possibilitando a vivência no lugar do outro; o solilóquio, que significa basicamente pedir que o paciente “pense alto” durante aquecimento ou dramatização (Rojas-Bermúdez, 2016); a maximização, na qual a proposta é que o paciente maximize, faça mais, de um gesto, uma postura, qualquer sinal que seja destoante do resto de sua comunicação; e a concretização, que consiste na materialização de objetos, sentimentos, doenças e outras coisas de que o paciente precise (Cukier, 1992), também são possibilidades no psicodrama *on-line*, visto que usam basicamente visão, audição e fala, três opções presentes na chamada de vídeo. Entretanto, caso a concretização englobe a observação de todo o corpo, isso implicará o reposicionamento da câmera. Para não precisar reposicioná-la, o psicodramatista poderá solicitar que o paciente faça a concretização com as mãos, mostrando nelas como se sente ou como demonstraria a situação que descreve.

Existe ainda a possibilidade do uso de jogos dramáticos, classificados em dois grandes grupos: explorativos e elaborativos. Os jogos explorativos, de acordo com Cukier, “favorecem uma espécie de desenho das diferentes partes do drama pessoal do paciente, podendo também ser utilizados como um aquecimento inespecífico, um liberador da espontaneidade para uma dramatização posterior” (1992, p.75). Já os jogos elaborativos são aqueles que “fornecem condições de um mergulho vivencial no núcleo do drama intrapsíquico, facilitando sua elaboração” (1992, p.75).



Entre os jogos explorativos, citaremos algumas possibilidades de adaptações no psicodrama *on-line*:

- **Átomo social:** como técnica, de acordo com Cukier, “a investigação dramática do átomo social visa explorar o contexto sociométrico ao qual o paciente está se referindo” (1992, p.76), sendo possível fazer um átomo relacionado à família, outro ao trabalho, outro ainda à escola etc. Esse átomo, no ambiente *on-line*, pode ser concretizado por meio de um desenho (tanto utilizando papel e caneta quanto algum aplicativo) ou de objetos que o protagonista possua no cenário;
- **O outro me apresenta:** nesse jogo, o diretor aquece o protagonista para a tomada de papel de um outro que possa apresentá-lo (pai, mãe, irmão, amigo etc.). Nesse papel, pede-se que o protagonista apresente quem é. O diretor pode realizar perguntas para conhecer e vincular melhor o protagonista ou mesmo para perceber a visão que ele acredita que o outro tenha dele (Cukier, 1992);
- **Projeção do futuro:** visa explorar a expectativa do paciente quanto aos futuros imediato e longínquo em qualquer contexto de sua vida. Permite visualizar expectativas, presságios, repetições do passado e mesmo entender algumas condutas no presente. Um exemplo simples pode ser o sonho de ser médico: o protagonista acredita que isso lhe fará atingir seus objetivos no futuro. Pode-se, então, realizar um aquecimento e pedir que o cliente imagine como ele estará dali a 7 anos, por exemplo (ou o tempo necessário para atingir aquela situação) e conte como acha que estará sua vida, como foi a trajetória até ali, entre outras questões. Novamente, podem-se usar objetos intermediários (canetas, copo etc.) ou pedir que o cliente feche os olhos, tome o papel e depois os abra (Rojas-Bermudez, 2016; Cukier, 1992);
- **Fotografia:** para essa técnica, o protagonista precisa ser avisado com antecedência de que deverá apresentar na sessão uma ou mais fotos que representem um tema a ser trabalhado. Digamos que o cliente fale, por exemplo, de sua formatura no pré-escolar e que ficou magoado porque seu pai não estava presente. Pode-se pedir que traga para a sessão *on-line* uma foto dessa formatura para iniciar o trabalho nessa cena. É possível pedir que ele tome o papel do menino no pré-escolar, dos colegas ou da mãe (quem estiver na foto) e mesmo do fotógrafo. Por fim, pode-se pedir que tome o papel do pai ausente. Assim, o psicodramatista poderá investigar o porquê de esse pai não estar ali (Cukier, 1992) ou, em muitos casos, o paciente pode, espontaneamente, encontrar uma forma de encerramento para a sessão. Quando isso não acontece, porém, o terapeuta pode sugerir uma cena de encerramento, como pedir que ele descreva ou mostre, de pé, uma nova fotografia (Kellerman, 1998);
- **Cadeira vazia:** nessa técnica, no contexto presencial, o diretor pode colocar uma cadeira vazia em frente ao protagonista e pedir que ele imagine que ali está sentado alguém com quem ele tem algo a conversar ou partes de si que ele precisa olhar com mais atenção. Em seguida, faz-se um jogo de papéis, no qual se trocam os papéis do protagonista e de quem estiver na cadeira vazia (Cukier, 1992). No contexto *on-line*, o diretor pode apontar sua câmera para uma cadeira vazia e se manter ao lado ou fora da visão da câmera, para dar a condução;
- **Linha do tempo:** esse é um jogo extremamente interessante no início do processo, principalmente com os clientes que trazem muitos fatos de sua vida desorganizados. Nesse sentido, é possível pedir que o protagonista feche os olhos, imagine e descreva o bebê que ele foi e, ao abrir novamente os olhos, assuma o papel desse bebê, que será aí capaz de falar. Então, o diretor segue entrevistando o bebê, enquanto houver necessidade. Em seguida, pede novamente para o cliente fechar os olhos e o conduz para a próxima idade/época na linha do tempo. Assim, o diretor vai seguindo até o fim da linha, podendo ele mesmo ou o cliente colocar objetos para cada idade/época. Igualmente, a linha do



tempo pode ser aplicada via papel e caneta, sendo a fotografia enviada pelo *chat* e as inversões de papéis realizadas posteriormente.

Daremos destaque a alguns jogos elaborativos, lembrando que outros também podem ser adaptados:

- Jogo de papéis (psicoterapia da relação): ao utilizar psicoterapia da relação, diretor e protagonista podem inverter papéis. Nessa técnica, o diretor não estará em seu papel, mas em papéis internalizados ou complementares da vida do cliente. Como dito anteriormente, a psicoterapia da relação é uma das formas de trabalho possíveis no contexto *on-line*. Foi descrita com muita especificidade por Fonseca Filho;
- Jogo do personagem: consiste em “pedir para o paciente criar um personagem de ficção, cinema, revista, teatro etc., que possa carregar as emoções e sentimentos que ele, paciente, sente em determinados momentos da sessão” (Cukier, 1992). Na adaptação para o contexto *on-line*, tanto se pode pedir que o cliente fique de pé e represente esse personagem quanto que faça um desenho dele. Muitas vezes, esse pode ser um personagem que o próprio paciente trás, sem ser necessário o pedido do diretor. Além disso, é possível utilizar jogos *multiplayer on-line* para a criação do personagem, de modo que, depois, o paciente possa criar uma história para ele.

ETAPA 3: O CHAT ON-LINE – COMPARTILHAMENTO

Nessa etapa, o terapeuta pode compartilhar sentimentos, emoções ou vivências com o paciente, para que esse se sinta compreendido. Cabe ao terapeuta avaliar se o que pretende compartilhar está realmente a serviço do paciente e não dele mesmo (Cukier, 1992).

Bustos (1979) acredita que a conduta mais oportuna no compartilhar venha da tele e da autenticidade do diretor. Justamente por isso, no contexto *on-line*, esse é um dos momentos que mais vincula diretor e protagonista, pois é quando a relação se coloca com maior proximidade afetiva.

Diante disso, o compartilhar no ambiente *on-line* torna-se ainda mais significativo, pois é uma forma de aproximação, de estabelecimento da aliança terapêutica em um suporte no qual não podemos contar com a presença física. Assim, o compartilhamento é uma busca pelo *cluster* três, em que aprendemos a compartilhar e a viver relações de maneira simétrica, o que, de acordo com Bustos, “será o gerador da maioria dos papéis que desempenhamos na idade adulta” (1990, p. 156). Lembrando que a relação terapeuta-paciente não deixa de ser assimétrica, apenas vivencia um momento fraterno e, de acordo com Bustos, “é bom que assim seja, já que as responsabilidades de um e outro são diferentes” (1990, p. 165).

Assim, no ambiente *on-line*, o compartilhar pode ser feito verbalmente, por meio de um relato, uma palavra ou um gesto ou mesmo com o envio de imagens que reflitam a emoção do paciente naquele momento, já que, segundo Nery e Costa (2008), o compartilhar dos pensamentos, sentimentos e emoções pode ser vivido em linguagem verbal, nas atitudes, na espacialidade e na corporalidade, nos atos e nos processos pré-semânticos e não verbais dos participantes.

De acordo com Bustos “o papel do terapeuta no *cluster* três é o que corresponde à capacidade de disponibilizar suas próprias experiências similares às relatadas pelo paciente, em um intercâmbio experiencial adulto” (1990, p. 164). Bustos ainda continua, explicando que a ideia, nesse momento, é de uma atitude de compreensão de um adulto para outro adulto, gerando uma “qualidade de relação intensamente reparatória”.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Por meio deste artigo, é possível identificar que o atendimento *on-line* no psicodrama parece a solução espontânea da contemporaneidade diante do advento da Internet, como rede sociométrica, meio de comunicação e contexto de desempenho de papéis (profissional, inclusive). As etapas, contextos e técnicas parecem não sofrer alterações significativas e a relação entre diretor e protagonista se mantém a mesma, sendo relevante considerar, como em todo atendimento, o contexto do cliente para pensar na ação dramática.

É possível que, por ser o psicodrama uma abordagem que muito se utiliza de contato físico, os psicodramatistas se vejam receosos quanto a trabalhar sem esse contato, mas também precisamos olhar para o público do atendimento *on-line* (pessoas com dificuldades de mobilidade, tímidos, imigrantes brasileiros em outros países, pessoas em momentos de adversidades etc.) como público que também anseia por psicoterapia. Esse pode ser o estímulo para adaptar nossas conservas e recriar o psicodrama no contexto *on-line*.

Diante de tudo isso, pretendemos contribuir para uma discussão recente no psicodrama e ressaltar que essa discussão precisa de mais estudos e publicações, utilizando o psicodrama *on-line* e exemplificando sua eficácia, como já fizemos com outras formas de trabalho. É nossa missão ser espontâneos e criativos para levar os ensinamentos de Moreno adiante, *on-line* e *offline*.

CONTRIBUIÇÃO DAS AUTORAS

Conceitualização: Vidal GP, Castro A; Metodologia: Vidal GP, Castro A; Redação de Investigação - Minuta Original: Vidal GP; Redação - Revisão e Edição: Castro A; Recursos: Vidal GP, Castro A; Supervisão: Castro A.

REFERÊNCIAS

- Bustos, D. M. (1979). *O teste sociométrico: Fundamentos, técnica e aplicações*. São Paulo: Brasiliense.
- Bustos, D. M. (1990) *Perigo... Amor à vista! Drama e psicodrama de casais*. (2a ed. Ampliada). São Paulo: Aleph.
- Bustos, D. M. (1999). *Novas cenas para o psicodrama*. São Paulo: Ágora.
- Bustos, D. M. (2005). *O psicodrama: Aplicações da técnica psicodramática*. Editora Ágora.
- CFP [Conselho Federal de Psicologia] (2018). *Resolução CFP n. 11/2018*. Regulamenta a prestação de serviços psicológicos realizados por meios de tecnologias da informação e da comunicação e revoga a Resolução CFP n. 11/2012.
- Cukier, R. (1992). *Psicodrama bipessoal: Sua técnica, seu terapeuta e seu paciente*. São Paulo: Ágora.
- Cukier, R. (2018). *Vida e Clínica de uma psicoterapeuta*. São Paulo: Ágora.
- Faria, G. M. D. (2019). Constitución del lazo terapéutico en psicoterapia en línea: Perspectivas gestálticas. *Revista do NUFEN*, 11(3), 66-92. <http://doi.org/10.26823/RevistadoNUFEN.vol11.nº03artigo59>
- Filipini, R. (2014). *Psicoterapia psicodramática com crianças: Uma proposta socionômica*. (1a ed.). São Paulo: Ágora.
- Fonseca Filho, J. S. (2008). *Psicodrama da loucura: Correlações entre Buber e Moreno*. (7a ed. rev.). São Paulo: Ágora.

- Fonseca Filho, J. S. (2010). *Psicoterapia da relação*. São Paulo: Ágora.
- Gonçalves, C. S. (1998). Técnicas básicas: Duplo, espelho e inversão de papéis. In: Monteiro, R. F. *Técnicas fundamentais do psicodrama*. São Paulo: Editora Ágora.
- Kellermann, P. F. (1998). *O psicodrama em foco*. São Paulo: Editora Ágora.
- Moreno, J. L. (1992) *Quem sobreviverá?* Fundamentos da Sociometria, Psicoterapia de Grupo e Sociodrama, Goiânia: Dimensão Editora.
- Moreno, J. L. (1975/2016) *Psicodrama*. São Paulo: Editora Pensamento/Cultrix.
- Nery, M. D. P., & Costa, L. F. (2008). A pesquisa em psicologia clínica: do indivíduo ao grupo. *Estudos de Psicologia*, Campinas, 25(2), 241-250. <https://doi.org/10.1590/S0103-166X2008000200009>
- Perazzo, S. (1994). *Ainda e sempre psicodrama*. São Paulo: Ágora.
- Rodrigues, R. (2008). Quadro de referência para intervenções grupais: Psicossociodramáticas. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 16(1), 75-90.
- Rodrigues, C. G., & Tavares, M. A. (2016). Psicoterapia *on-line*: Demanda crescente e sugestões para regulamentação. *Psicologia em Estudo*, 21(4), 735-744.
- Rojas-Bermúdez, J. G. (2016). *Introdução ao psicodrama*. São Paulo: Agora.
- Zerka Moreno, T., Leif, D. B., & Rutzel, T.(2001). *A realidade suplementar e a arte de curar*. São Paulo: Ágora.