

Psicodrama *online*: expansão e novas possibilidades como consequências da pandemia de Covid-19

Rafaella Barros^{1*} 

RESUMO

A pandemia decorrente da Covid-19 impôs intensas mudanças na dinâmica mundial, incluindo no psicodrama, que precisou de muita criatividade e espontaneidade para sua manutenção. O presente estudo teve como objetivo analisar os efeitos do isolamento social para a expansão do psicodrama *online*, evidenciando os desafios e as oportunidades advindos desse cenário, com ênfase na expansão da possibilidade de acesso ao psicodrama. Utilizou-se revisão bibliográfica como metodologia, analisando trabalhos publicados entre os anos de 2020 e 2025. Foi possível perceber a evidente necessidade de um olhar sócio-histórico-geográfico para a manutenção de uma psicologia psicodramática inclusiva, autêntica e que evolua com as frequentes transformações socioeconômicas.

PALAVRAS-CHAVE: Psicodrama; *Online*; Covid-19; Expansão.

Online psychodrama: expansion and new possibilities as consequences of the COVID-19 pandemic

ABSTRACT

The Covid-19 pandemic imposed intense changes in the world dynamics, psychodrama included, resulting in an intense necessity of creativity and spontaneity for social maintenance. This article aimed to analyze the social isolation effects on expansion of online psychodrama, highlighting the challenges and opportunities arising from this scenario, emphasizing on the expansion of the access to psychodrama. As methodology, literature review was used, and articles published between the years 2020 and 2025 were analyzed. As a result, it was perceived the clear necessity of a socio-historical-geographical perspective of an inclusive and authentic psychodramatic psychology maintenance, which evolves along with socioeconomic frequent transformations.

KEYWORDS: Psychodrama; Online; Covid-19; Expansion.

Psicodrama *online*: expansión y nuevas posibilidades como consecuencias de la pandemia de Covid-19

RESUMEN

La pandemia resultante de Covid-19 ha impuesto intensos cambios en la dinámica mundial, incluso al psicodrama, que ha necesitado de mucha creatividad y espontaneidad para su manutención. El presente estudio tuvo como objetivo analizar los efectos del aislamiento social para la expansión del psicodrama *online*, destacando los desafíos y oportunidades que se derivan de ese escenario, con énfasis en ampliar el acceso al psicodrama. La revisión bibliográfica fue utilizada como metodología, con análisis de trabajos publicados en los años de 2020 y 2023. Fue posible constatar la necesidad de una observación socio-histórico-geográfica para la manutención de una psicología psicodramática inclusiva, autêntica y que evoluciona con las frecuentes transformaciones sociales y económicas.

PALABRAS CLAVE: Psicodrama; En línea; Covid-19; Expansión.

1 Universidade Federal do Maranhão  – São Luís (MA), Brasil.

*Autora correspondente: rafaellab Barros230@gmail.com

Recebido: 5 jul. 2023 | Aceito: 19 fev. 2025

Editora de seção: Luzia Lima-Rodrigues

INTRODUÇÃO

Em março de 2020, o mundo sofreu um grande impacto com a pandemia causada pelo coronavírus denominado Sars-CoV-2 (Covid-19). Apesar do lapso temporal entre o início da pandemia e os dias atuais, vivem-se ainda os efeitos decorrentes desse fenômeno. Diferentes dimensões e aspectos da vida humana foram acometidos, destacando-se o impacto na saúde mental e no bem-estar, que afetou, segundo Alcântara Gil et al. (2022), todos os setores da população.

As relações sociais passaram a ocorrer em uma nova configuração; fez-se preciso adaptação e novos acordos. Não foi diferente para os profissionais da psicologia, que, por causa das grandes mudanças e dos sofrimentos advindos desse contexto, foram solicitados. Dessa forma, eles criaram estratégias alternativas para a execução do seu serviço, uma vez que, mais do que nunca, foi necessário utilizar a espontaneidade e criatividade para lidar com tantas novidades.

Espontaneidade e criatividade são conceitos centrais do psicodrama, abordagem terapêutica criada por Jacob Levy Moreno, psiquiatra que descobriu, por intermédio do teatro espontâneo e da força grupal, uma maneira eficaz de realizar o trabalho psicoterapêutico (Silva, 2021).

Para o psicodrama, a espontaneidade é a capacidade de agir de modo adequado diante de situações desconhecidas ou de gerar respostas diferentes e adequadas perante situações antigas, o que está intimamente ligado com a criatividade, pois, quando o sujeito modifica ou estabelece uma nova situação, ele a cria. Criar é um comportamento natural do sujeito espontâneo, e ele manifesta nessa atitude o seu potencial criativo (Silva, 2021).

É possível pensar que em nenhum outro momento da nossa contemporaneidade foi necessária uma intervenção espontânea e criativa tão grande e em massa. Foi preciso reinventar-se, refazer rotinas, principalmente os psicodramatistas, que, acostumados com interações em grupo, contato físico, se viram na necessidade de criar possibilidades.

Nesse contexto, a única solução viável, em respeito ao distanciamento social imposto pelas autoridades de saúde, foi a utilização das ferramentas *online*. No entanto, em razão dessas especificidades próprias do psicodrama, vários profissionais afirmaram ter receio quanto ao uso dos recursos tecnológicos em suas intervenções, como discorre Echenique (2021, p. 51):

Eu fazia parte daquele grupo de psicodramatistas [...] que tinha preconceito em relação a fazer psicodrama virtual e a formar psicodramatistas à distância. Desacreditava muito da possibilidade de fazer a magia e a potência do psicodrama acontecerem sem a presença física, o abraço, o olho no olho. Hoje, alguns meses depois, vejo que estamos dando conta deste desafiador teste de espontaneidade que a pandemia nos impõe e conseguindo manter acesa a chama do psicodrama. Todos, terapeutas e clientes, professores e alunos, estamos nos flexibilizando e nos adequando às transformações que marcam este momento histórico, de inserção da psicoterapia, do ensino de psicodrama e do próprio Psicodrama na contemporaneidade virtual.

Apesar de a motivação para a transição aos meios *online* ter sido uma emergência sanitária, é importante destacar que o uso das plataformas virtuais trouxe um ganho crucial para o crescimento e a expansão do psicodrama no Brasil, no que se refere ao alcance territorial, tendo em vista que, de acordo com Silva (2021, p. 44):

A internet possibilita algumas das poucas coisas que o psicodrama presencial ainda não conseguia: pessoas do país e do mundo todo se reunindo com um objetivo comum por meio das sessões de psicodrama on-line em forma de congressos, grupos de estudo, psicodrama, sociodrama ou qualquer outra modalidade.

Essa outra perspectiva resultou em um novo terreno a ser explorado, regado de desafios, dificuldades e oportunidades, forçando a redescoberta do potencial de indivíduos, estudantes, profissionais, psicodramatistas e sociedade no que se refere à adaptação às adversidades.

Até então grande parte dos estudos realizados se baseava, principalmente, nas experiências e inquietações pessoais daqueles afetados pelas modificações impostas pelas restrições necessárias à luta contra a contaminação. A falta de espaços para estudo em psicodrama no Maranhão levou a autora a pesquisas solitárias na internet, até que, com a migração de atividades presenciais para o *online*, decorrente do isolamento social provocado pela Covid-19, houve a possibilidade de se aproximar de profissionais, intervenções, grupos de estudo e pesquisas na área.

Nesse sentido, a pesquisa buscou evidenciar, com base em referências bibliográficas, o uso do psicodrama *online*, sua eficácia, ferramentas, seu contexto histórico, as adaptações necessárias e possíveis, assim como os desafios e oportunidades, considerando o maior acesso à abordagem por indivíduos e regiões que tinham pouco ou nenhum conhecimento sobre seu uso.

Diante desses fatores e do crescente campo de pesquisa sobre o alcance do psicodrama *online*, entendeu-se como relevante desenvolver um estudo que reunisse as percepções dos psicodramatistas atuantes que depararam com a urgência de mudanças. O objetivo foi identificar o que funcionou, o que funciona e o que pode funcionar, além de conhecer o percurso daqueles que impulsionaram o formato *online*, que se fortaleceu de forma muito rápida após o ano de 2020, e veio a ocupar um espaço ainda pouco ocupado no então formato do fazer psicologia.

METODOLOGIA

Para o desenvolvimento do trabalho, foi utilizada a metodologia bibliográfica, por meio do levantamento de trabalhos já realizados sobre o tema. Conforme Marconi e Lakatos (2003), a pesquisa bibliográfica não se limita a reproduzir conteúdos já existentes, mas serve como uma fonte de informações que permite ao pesquisador explorar novas áreas com diferentes enfoques e abordagens. Considerando o assunto um tema emergente de discussões, utilizou-se essa metodologia para o aprofundamento e desenvolvimento de novas perspectivas acerca da temática. De acordo com Sousa, Oliveira e Alves (2021), a pesquisa bibliográfica desenvolve-se da seguinte maneira: “Escolha do tema; Levantamento Bibliográfico Preliminar; O problema; Aprofundamento e ampliação do levantamento bibliográfico; Seleção das fontes; Localização das fontes; Fichamento; Análise; e Interpretação”. Com isso, foi realizada a escolha do tema: como o psicodrama se adaptou ao novo contexto decorrente da pandemia de Covid-19 no ano de 2020.

A busca nos bancos de dados no que se refere ao psicodrama *online* na *Revista Brasileira de Psicodrama* revelou 22 artigos que abordam a temática, dos quais 12 foram selecionados pelo critério de inclusão: estudos que evidenciam as novas possibilidades que surgiram com o psicodrama no formato virtual. Além deles, seis livros sobre a temática, seguindo o mesmo critério, foram explorados, assim como artigos científicos acerca da pandemia e da psicologia nesse contexto. Materiais de pesquisas em *sites* oficiais do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) e do Comitê Gestor da Internet no Brasil (CGI.br) também foram usados como fontes importantes de levantamento de dados. Os resultados obtidos nesta pesquisa dizem respeito ao aspecto comparativo entre o período pré e pós-pandemia, às mudanças na atuação profissional de psicodramatistas e às possibilidades advindas desse cenário, por intermédio de relatos de experiência e entrevistas que culminaram em publicações científicas.

Após a delimitação temática, foi realizada uma pesquisa nas bases de dados na internet (Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior, Portal de Periódicos Eletrônicos em Psicologia e Biblioteca Eletrônica Científica Online), mediante os descritores: Psicodrama *Online*, Psicodrama, Pandemia e Psicologia *Online*. Foram selecionados trabalhos publicados entre os anos de 2020 e 2025, assim como clássicos do psicodrama como Moreno (1975, 1993). Aplicando o mesmo modelo da seleção de artigos da *Revista Brasileira de Psicodrama*, foram analisados 13 artigos e selecionados sete. Para os artigos e livros selecionados, o parâmetro linguístico delimitado foi a língua portuguesa. Como critério de exclusão, excluíram-se aquelas pesquisas que, apesar de citarem o psicodrama *online*, não se encaixavam no critério de inclusão do estudo.

A criação de uma base de dados por meio da pesquisa documental possibilitou o aprofundamento do levantamento bibliográfico, que culminou na organização e análise do escopo documental classificado. Dessa forma, foi possível reunir, comparar e discutir as perspectivas já existentes e deixar evidente a contribuição da pesquisa em questão no que se refere ao avanço do psicodrama.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O contexto mundial

Em dezembro de 2019, na cidade de Wuhan, na China, registrou-se o primeiro caso de Covid-19, declarando-se o estado de epidemia ainda no mesmo mês. Em janeiro de 2020, a Organização Mundial da Saúde (OMS) elevou o *status* da epidemia e declarou-a como emergência de saúde pública, com consequências internacionais. Em 11 de março do mesmo ano, a OMS declarou a Covid-19 como uma pandemia, pois foi identificada em 114 estados, com 118 mil casos registrados (Maia & Dias, 2020).

No Brasil, o Ministério da Saúde notificou em 26 de fevereiro de 2020 o primeiro caso confirmado de Covid-19, em São Paulo: um homem de 61 anos recém-chegado de uma viagem à Itália. As três primeiras mortes foram notificadas nos dias 12 e 17 de março do referido ano. As medidas de distanciamento social foram decretadas, em sua maioria, na segunda quinzena de março de 2020, pois a principal característica do vírus é o seu alto grau de transmissão (Brasil, 2021).

O isolamento coletivo foi apontado pelas autoridades sanitárias como a medida mais eficaz para conter a rápida transmissão do vírus, contudo a falta de preparo de algumas lideranças políticas dificultou a implementação de um plano de ação eficaz pelo Ministério da Saúde, gerando maior ansiedade e tensão na população brasileira e mundial. Esse cenário trouxe desafios relacionados à saúde, produtividade e economia, exigindo que trabalhadores de diversos setores se adaptassem rapidamente. Na psicologia, a alternativa foi a migração para atendimentos virtuais, autorizados pela Resolução nº 4 de 2020 do Conselho Federal de Psicologia (CFP) (Torres et al., 2022).

Todavia, não foi possível ignorar o recorte social que distanciava esse novo formato de fazer psicologia, tendo em vista que as medidas de distanciamento e isolamento social eram mais difíceis de serem seguidas pela população hipervulnerável, por trabalhadores informais e mesmo pelos autônomos, assim como por aqueles que residiam em espaços aglomerados, moradias precárias, periferias e invasões, onde faltam recursos para tudo, desde alimentação, aluguel, água até energia e acesso à internet (Almeida-Filho, 2021).

Além disso, os grandes impactos sofridos pela educação básica e superior afetaram diretamente o desenvolvimento de profissionais e pesquisadores para o mercado de trabalho. A Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura alertava que o impacto do isolamento repercutiria no ensino superior global por muito mais tempo depois de o surto ter sido de fato controlado. As universidades lidaram com uma série de desafios, e um número crescente de estudantes passou a apresentar ainda mais sintomas de pânico e ansiedade por causa das diversas complicações na sua trajetória acadêmica, culminando em atrasos, adiamentos e desistência de formação (Maia & Dias, 2020).

Alternativas foram criadas para lidar com esse contexto. Foi o caso do desenvolvimento, por exemplo, de diversos cursos *online* gratuitos. A população brasileira reinventou-se, e muitos se tornaram cozinheiros, cuidadores de plantas, artesãos, criaram e conheceram uma série de novos *hobbies*. Ademais, no que se refere a conquistas profissionais, surgiu a oportunidade àqueles que conseguiram se manter minimamente saudáveis (física e psicologicamente) de ter contato com novas e diversas formas de atuação profissional.

Nesse contexto, a psicologia também vivenciou um período de aprimoramento profissional, como apontado por Oliveira e Santos (2020). Tornaram-se fundamentais a disponibilidade psíquica e a habilidade empática para lidar com as diversas adaptações exigidas, bem como para repensar o cenário terapêutico, de modo a permitir o desenvolvimento e a evolução desse novo fazer clínico.

No Brasil, o atendimento psicológico *online* foi regulamentado pelo CFP por meio da Resolução CFP nº 11, de 2018, a qual orienta psicólogas(os) para o uso de tecnologias da informação e comunicação (TICs) como ferramentas de mediação para realização de intervenções, no entanto essa resolução não permite o atendimento a pessoas ou grupos em situação de urgência, emergência e desastres, o qual deve ocorrer de forma presencial (CFP, 2018). Com o contexto sanitário em questão, o CFP suspendeu, temporariamente, os artigos referentes a essa restrição com a publicação da Resolução CFP nº 4, de 2020, que regulou a atuação das(os) psicólogas(os) durante a pandemia e as(os) orientou para a realização do cadastro na plataforma e-Psi para atuação *online* (CFP, 2020).

Foi necessário que os profissionais de psicologia buscassem uma formação baseada em evidências para continuar atuando *online*, tendo em vista a descoberta das potencialidades desse modelo de intervenção. A possibilidade de alcançar pessoas que moram em diferentes lugares, onde o acesso a determinados conteúdos é limitado, foi um ganho para a sociedade (Torres et al., 2022). Isso ocorreu, por exemplo, com o psicodrama, que apresenta a maior quantidade de escolas formativas no eixo Sul-Sudeste, dificultando até então o acesso e o consumo dessa abordagem por parte de pessoas das regiões Norte e Nordeste.

O psicodrama, com toda sua perspectiva de contato, grupos e interações com os corpos, precisou de um grande ato criativo para adaptar-se ao modelo *online*, que até então não era uma metodologia usada com frequência pela abordagem. O mesmo aconteceu com a psicologia de forma geral, fato que pode estar relacionado ao que Torres et al. (2022) evidenciam como a falta de orientação no uso das TICs durante a graduação. Essa falha apresentou-se como um dos principais desafios desse trabalho, pois foi necessário que os profissionais, por si só, fossem experimentando esse novo fazer.

Nessa ótica, em recorte local, o contexto da pandemia de Covid-19 foi analisado como um incitador de mudanças no fazer psicodrama, com ênfase na expansão territorial de acesso à abordagem. De acordo com Vidal e Castro (2022), se as relações contemporâneas estão no ambiente *online*, para estudá-las o psicodrama também precisa estar minimamente nesse espaço, e foi isso que aconteceu. Para Moreno (1975, p. 464):

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 pensadores românticos e não mais poderia atingir e educar o grande público.

É de suma importância a atualização do psicodrama diante das mudanças sociais a que estamos expostos. Moreno (1993) desenvolveu aspectos fundamentais do estudo das leis que regem as relações humanas, a sionomia. Entre elas, destaco a sociatria, que se configura como a terapêutica das relações sociais, que precisa ser analisada conforme um novo ponto de vista a partir de agora, em que o *online* se destaca como um meio para as interações.

Estrutura e instrumentos do psicodrama

O psicodrama, com toda sua perspectiva de contato, grupos e interações com os corpos, precisou de um grande ato criativo para adaptar-se ao modelo *online*. A abordagem psicodramática no formato *online* mantém a mesma estrutura básica para que possa acontecer, seguindo a ordem:

Aquecimento, que visa preparar o protagonista para a dramatização; a dramatização, onde ocorre a ação dramática propriamente dita; e o compartilhamento, no qual o diretor pode compartilhar com o protagonista sentimentos, pensamentos e emoções, sempre em virtude de acolhimento (Vidal & Cardoso, 2020, p. 134).

Além disso, o psicodrama no formato *online* mantém os mesmos instrumentos: o protagonista, o diretor, os egos auxiliares, a plateia e o cenário. O protagonista é o sujeito que se interessa pela resolução de um problema, oferece o seu drama íntimo, desempenhando o principal papel da dramatização; o diretor, a pessoa que conduz o processo; o ego auxiliar, aquele que colabora para que a dinâmica funcione, podendo assumir papéis importantes para a elaboração da cena; a plateia são aqueles que estão acompanhando a dramatização e sendo afetados por ela, mesmo que não participem dela; e o cenário é o local em que a dramatização ocorre (Moreno, 2008).

Ferreira (2021) faz uma retomada das técnicas importantes do psicodrama que podem ser utilizadas para o fazer *online*, como o videotape, que envolve instruir o protagonista a fechar os olhos, conectar-se com suas emoções e trazer uma cena ao momento em que essas emoções se façam presentes, para dar início à dramatização. Em outras situações, a psicoterapia da relação é empregada como uma ferramenta poderosa, na qual as cenas se desenvolvem por meio de representações dramáticas em que o terapeuta assume os papéis internalizados pelo paciente (pai, mãe, chefe, entre outros). Essa abordagem prioriza a exploração das dinâmicas das relações no mundo interno, incluindo as relações eu-tu e eu-eu. Ademais, não requer interação

física entre terapeuta e cliente, o que facilita sua adaptação ao ambiente *online*. O mesmo se aplica à técnica da escultura, que possibilita ao paciente acesso ao não racional e, como resultado, o despertar de emoções por meio da formação de uma imagem corporal. Os jogos dramáticos elencados por Yozo (1996) também puderam ser usados *online*, como átomo pessoal, átomo familiar, átomo social, dando nós, jogo do contorno, cadeira vazia, fotografia, linha do tempo etc.

Para que o psicodrama *online* se estabeleça com propriedade e segurança, é necessário pensar sobre a formação dos profissionais atuantes, porque essa modalidade traz novos desafios metodológicos para os terapeutas, como a necessidade de adquirir novas habilidades de comunicação (Fleury, 2020). Além disso, é fundamental estabelecer critérios para contratos adequados e fornecer ferramentas eficazes para intervenção perante as dificuldades já percebidas, como a maior demanda por concentração, por parte do diretor e do ego auxiliar, a fim de manter o aquecimento (Nery, 2021); treinamento para observação das alterações na expressão facial e para o ambiente do cliente (Fleury, 2020); entre tantas outras.

Adaptação ao contexto online

Com a pandemia como pano de fundo, o modo *online* passou a ser a regra, pegando de surpresa os profissionais desacostumados – e até despreparados – a atuar nesse modelo. Para lidar com essa mudança, diversos psicodramatistas se uniram para dividir experiências profissionais e pessoais que surgiram.

Guimarães e Brito (2023) demonstram a potência desse movimento por meio de uma pesquisa realizada com três psicodramatistas que formaram um grupo para o que denominaram de regulação por vínculo. Nesse grupo, foram evidenciadas as principais mudanças sentidas pelas participantes. Entre elas, destaca-se a dificuldade de assimilar a interação virtual agora como recurso para a atuação profissional, levantando questionamentos da clínica, como adaptação do contrato terapêutico; sigilo e desconexão após os atendimentos; e o fator “exaustão profissional” até a percepção de que nosso corpo físico, muitas vezes, não consegue acompanhar o ritmo rápido de informações com que o nosso corpo virtual é capaz de lidar. A adaptação ao virtual leva em conta novos fatores, pois consiste em um mundo alternativo, com suas próprias regras de conduta, cultura e papéis, que ainda estão sendo aprendidos.

Assim como a psicoterapia da relação abordada por Ferreira (2021), autoras como Vidal e Cardoso (2020) apontam para a efetividade do uso do psicodrama interno para intervenções *online*. O psicodrama interno abre caminho para uma maior consciência corporal, reduzindo o incessante fluxo de pensamentos, permitindo a visualização de imagens internas por meio da dramatização simbólica, que permite a realização de diálogos, inversões de papéis e outros recursos, mediante o rico uso dos elementos simbólicos. Os papéis desempenhados no imaginário funcionam como um treinamento para ação no mundo real (Fonseca, 2010). Quando consideramos tomar uma decisão, muitas vezes a visualizamos em nossa mente, para concretizá-la ou não, e desse modo criamos ações internas das ações realizadas ou não realizadas.

Na dramatização *online*, os papéis são vividos em dois contextos ao mesmo tempo, segundo Nery (2021, p. 110):

No ambiente virtual (plataforma da internet) e no contexto dramático, em que ocorre o “como se” dos métodos de ação. O papel psicodramático-virtual é resultado da potencialização da capacidade imaginária, quando o aquecimento para a ação no contexto dramático também ocorre em ambiente virtual.

O contexto dramático produz a realidade suplementar, que, para Moreno (1984), consiste em uma experiência nova, alargada e pluridimensional da realidade social. As técnicas de ação utilizadas deixam os conteúdos encobertos (matriz sociométrica), e as afinidades entre os indivíduos e as configurações que resultam de suas interações espontâneas ficam mais visíveis, tornando-se assim a realidade social nítida, favorecendo relações mais saudáveis (têlicas). A junção desse contexto com o ambiente virtual, ao vivermos os papéis psicodramáticos virtuais, leva a uma nova realidade, que Nery (2021) chamou de hipersuplementar.

Ante o exposto, pode-se considerar que a pandemia ressaltou a necessidade já evidente de o psicodrama ocupar novos espaços. Nos tempos atuais, as relações são amplamente influenciadas pelo cenário virtual, em que o constante fluxo de informações desempenha papel significativo no direcionamento das formas de agir e sentir daqueles que estão conectados.

De acordo com Vidal e Castro (2020), indivíduos conectados que enfrentam desafios emocionais tendem a compartilhar suas experiências e sentimentos com desconhecidos na internet, em busca de validação emocional. Portanto, é comum que se sintam atraídos por esses espaços, onde podem compartilhar experiências dolorosas como forma de alívio para as dores emocionais.

Uma prática profissional como a psicologia não pode estar desvinculada do contexto histórico, cultural e econômico em que se insere, uma vez que a alienação diante da realidade sociocultural pode levar à padronização e a repetições de dinâmicas conservadas, negligenciando as necessidades individuais do sujeito naquele tempo e lugar. Para Guimarães e Brito (2023), o psicodrama, de forma restrita, contrapõe-se às próprias bases da abordagem. Sendo assim, torna-se evidente a necessidade de discussões acerca da (des)atualização de técnicas que usamos e discutimos há mais de um século, pensando no fato, apresentado por Merengué e Dedomenico (2020), de que todas as metodologias e teorias são datadas e foram elaboradas de acordo com a necessidade de um contexto sócio-histórico muito diferente do que temos. Portanto, é fundamental ressaltar o poder atualizante da socionomia, campo de estudo que se baseia na constante exploração do desconhecido, na contínua contestação das normas vigentes e na expansão das possibilidades de ação (Guimarães & Brito, 2023).

O processo do isolamento social escancarou a demanda evidente de atualização tecnológica por parte de muitas ciências. No próprio psicodrama, Moreno (2016) citado por Vidal e Castro (2020, p. 55) afirma:

O destino e o futuro do princípio da espontaneidade, como padrão principal de cultura e da existência, podem depender do êxito que se obtenha para vinculá-lo aos inventos tecnológicos. De forma 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 pensadores românticos e não mais poderia atingir e educar o grande público.

A internet, desse modo, torna-se ferramenta para algo maior no psicodrama, pois oferece possibilidades para novos e maiores alcances. Sendo o psicodrama uma abordagem grupal e pouco explorada em diversas regiões do país, o *online* possibilitou uma expansão dessa teoria por intermédio, por exemplo, dos psicodramas públicos *online*, das aulas ministradas a distância nos cursos de formação, da grande divulgação por meio de transmissões ao vivo em redes e plataformas virtuais (Silva, 2021).

Apesar de os primeiros contatos da psicoterapia *online* terem sido carregados da temática da Covid-19, a busca por esse serviço se manteve, de forma que, mesmo após o contexto pandêmico, diversos profissionais, e até mesmo pacientes, optaram por permanecer no virtual ou alternar entre o presencial e o virtual (Ferreira, 2021). Nesse sentido, percebe-se que não se trata de uma mera adaptação, mas da construção de outro modelo de intervenção, com suas particularidades, rompendo com a antiga ilusão de controle que se tinha do conhecido, que era a clínica presencial (Guimarães & Brito, 2023).

Diante da nova realidade, o ensino continuado é evidente. Com isso, a Federação Brasileira de Psicodrama (Febrap) passou a inserir nas escolas federadas de formação a exigência de uma porcentagem de experiências *online* e presenciais, de acordo com A. C. de Souza em 5 de março de 2023.

Foi necessário um movimento geral no formato do fazer psicodrama, expondo inúmeras cristalizações que estavam rondando os psicodramatistas. Motta (2021) evidencia que esse momento pode ser considerado um caminho para a revolução criadora moreniana, mas destaca que é necessário um cuidado especial, nos momentos de transição, com os já acomodados com a realidade velha, para que não se tornem algozes em uma nova realidade virtual. Faz-se preciso (re)conhecer a história e o próprio potencial atualizante, para viver o presente e construir um futuro melhor.

Desafios e oportunidades na clínica em psicodrama online

A análise das referências revela uma série de impressões convergentes sobre o processo do fazer psicodrama *online*. Destaca-se a dificuldade inicial de adaptação à nova metodologia – chamo de “nova”, pois, embora a terapia virtual já existisse antes da pandemia, ela era praticada por psicoterapeutas e pacientes que optavam voluntariamente por esse caminho, fosse para explorar o recurso terapêutico, fosse em razão do afastamento físico. Durante o período de isolamento, porém, a psicoterapia virtual seguiu outros princípios, intenções e direções (Dubner, 2021), deixando de ser uma escolha ou exceção para se tornar regra imposta.

Sobre o novo contexto, Fleury (2020) elenca os principais argumentos favoráveis e desfavoráveis advindos desse momento de adaptação social e histórica. Destaca como benefícios: o maior acesso à psicoterapia; benefícios terapêuticos decorrentes da disponibilidade e flexibilidade dos atendimentos; vantagens relacionadas às características individuais dos clientes, como a possibilidade de atendimento remoto; a conveniência, a satisfação, a aceitação e o aumento da demanda; além das vantagens econômicas. Em contrapartida, entre os argumentos contrários, estão questões relacionadas à privacidade, confidencialidade e segurança; a competência do terapeuta e a necessidade de treinamento especializado; desafios da comunicação inerentes à tecnologia, como a falta de indícios não verbais por causa da limitação às expressões faciais; deficiências em pesquisas na área; e a possibilidade de o terapeuta não detectar uma situação de crise do cliente em uma emergência.

Em pesquisa, Silva e Castro (2024) apresentam uma análise relevante quanto à aproximação que o virtual pode proporcionar, uma vez que o protagonista descubra como pode ser confortável falar do seu íntimo em um local igualmente tão íntimo quanto o próprio lar, um espaço que é reconhecido como seu. Estar com o corpo livre nas roupas de ficar em casa, aconchegado em sua cama, abraçado a seus bichinhos de estimação possibilitou, como no caso relatado pela autora, uma relação ainda mais próxima entre psicoterapeuta e paciente, mesmo que distantes fisicamente.

Além disso, também para Silva e Castro (2024), “objetos auxiliares familiares e íntimos, podem agregar muito na exploração da cena, oferecendo elementos variados e significativos”, pois possuem valor pessoal mais próximo e podem servir como um lembrete físico do que apareceu e foi analisado durante a psicoterapia.

Vidal e Cardoso (2020) apontam ainda outras vantagens da psicoterapia virtual, como a flexibilidade nos custos, já que os valores podem ser mais acessíveis em razão da redução de gastos, especialmente quando o psicoterapeuta atende de sua própria casa. Além disso, a modalidade permite que pessoas que viajam com frequência, ou precisam se ausentar temporariamente, mantenham o processo psicoterapêutico.

A expansão do acesso ao psicodrama

Segundo Silveira (2024), embora Moreno não tenha desenvolvido uma teoria específica sobre aprendizagem, é possível estabelecer conexões entre sua teoria e a educação ativa, que valoriza o aluno como protagonista no processo de aprendizado. Possibilitar aos alunos em formação de psicodrama a cocriação de seus espaços de aprendizagem está alinhado com o que se tem na teoria socioeconômica. No entanto, para isso, é necessário que o acesso à teoria seja principalmente acessível, o que pode ocorrer por meio do uso estratégico, eficiente e responsável da tecnologia.

Aproveitar o alcance geográfico que o *online* permite fez com que o acesso entre os próprios psicodramatistas ocorresse, o que proporcionou espaços de encontro e mútuo aprendizado para aqueles que buscam estar em constante atualização, como foi o caso do grupo virtual de psicólogos apresentado por Silveira (2024), que estavam finalizando a formação em nível I de psicodrama. A diretora residia em Fortaleza (CE) e, em seguida, Aracaju (SE) e uma das participantes, no interior do estado da Bahia, enquanto os três outros moravam em Brasília (DF). Passados quatro anos da pandemia, Silveira (2024) ressalva que ainda não se tem produções suficientes que discutam o processo de formação ou cocriação de grupos terapêutico-pedagógicos *online*.

A tecnologia mostra-se essencial para a expansão do psicodrama no Brasil, no entanto é importante refletir sobre os limites dessa expansão, considerando a necessidade de acesso à internet e a equipamentos tecnológicos que viabilizem essa conexão. Souza (2021) considera um pouco dessa realidade ao relatar:

Incluimos muitos, embora tenhamos excluído um grupo importante da sociedade nos psicodramas públicos, ou seja, os menos favorecidos que não tinham nem mesmo um celular para seguir participando; e pacientes que perderam seu espaço exclusivo tendo que compartilhar o mesmo espaço com interferências por exemplo da família (Souza, 2021, p. 117).

Vidal e Castro (2022) destacam que o uso dos meios *online* para a socialização e troca de informações pode trazer uma nova forma de marginalização social, que chamaram de infoexclusão, pois surge mais um critério sociométrico de pertença: é preciso estar *online* e ser incluído digitalmente para fazer parte do grupo.

Se a utopia moreniana pressupõe a inclusão total, a internet, considerada uma forma de estabelecimento de vínculo e ampliação de pertenças, deveria ser compreendida como uma estratégia de manutenção de saúde mental e social. Vidal e Castro (2022) enfatizam a importância de manter-se alerta para perceber que, se a internet não é acessível a todos, pode servir como meio de expressão de violências sociais e fomentar a exclusão de uma parcela da população que, por questões financeiras ou de acessibilidade, fica à margem dessa forma de interação social.

Para além da atualização ao virtual, é necessário que não se deixe cristalizar também esse modelo; a espontaneidade e atualização são necessárias todos os dias. De acordo com Fleury (2020), nos Estados Unidos e na Austrália, a modalidade virtual foi estimulada pela possibilidade de cuidar de pessoas em áreas rurais ou com limitações físicas, sem acesso a serviços psicoterapêuticos.

Assim como Silveira (2024) enfatiza a necessidade urgente de ruptura de diversas conservas culturais ainda existentes como forma de resistência e sobrevivência, não podemos nos afastar da realidade brasileira, que é atravessada por um subdesenvolvimento que culmina em desigualdades sociais evidentes. O acesso à internet, a acessórios como celular ou computador e a espaço adequado é um luxo para uma parcela da população. Segundo o CGI.br (2024), até o ano de 2023, cerca de 12 milhões de domicílios brasileiros ainda estavam sem acesso à internet, sendo 55% dessa parcela em decorrência da impossibilidade de arcar com os custos. A situação agrava-se quando se percebe que a proporção de domicílios que comprometem mais de 2% da renda familiar com conexão à internet é maior nas regiões Norte (73%) e Nordeste (73%) em comparação com a Região Sul (57%).

Ademais, é fundamental destacar que, no contexto da educação, o acesso ao direito à alfabetização não ocorreu de maneira simultânea em todas as regiões do Brasil, o que se evidencia nas taxas desiguais de analfabetismo. Esse cenário é especialmente notório na Região Nordeste, que em 2023 registrou taxa de analfabetismo duas vezes superior à média nacional (5,4%), atingindo 11,2% da população com 15 anos ou mais incapaz de ler ou escrever um bilhete simples. Em contrapartida, as menores taxas de analfabetismo em 2023 foram observadas em Santa Catarina, Rio de Janeiro e no Distrito Federal, com 2% para as duas primeiras unidades da federação e 1,7% para a última. Igualmente, o nível de escolaridade alcançado pela população adulta de um país reflete os investimentos em educação realizados em décadas anteriores (IBGE, 2024). Esse fato pode corroborar a concentração do psicodrama apenas em regiões específicas do país.

Nesse sentido, com o avanço do psicodrama *online* e considerando que, segundo o IBGE (2024), o percentual de domicílios conectados à internet no Brasil aumentou de 80 para 84% em 2023 em relação ao ano de 2022, pode-se pensar em uma intervenção mobilizada, pelo *online*, como forma inicial e criativa de expansão do acesso ao psicodrama no Brasil, levando-se em conta a realidade social, histórica e geográfica dos sujeitos, de maneira que essas e outras limitações possam ser estudadas e ultrapassadas.

CONCLUSÃO

Ao longo desta pesquisa, percebeu-se que o psicodrama encontrou em sua estrutura uma forma de adaptar-se criativamente por meio de ferramentas alternativas ao fazer *online*. Mesmo com as dificuldades advindas de um contexto histórico inimaginável – uma pandemia –, esse processo de ajustamento foi possível.

A atuação psicodramática na modalidade *online* ocupou um espaço que, mesmo no contexto pós-pandemia, muitos profissionais, instituições de ensino e até pacientes optaram por continuar. Diversos psicodramas públicos também optaram por se manter na modalidade virtual e agora conseguem ter um alcance interestadual e até internacional, por intermédio da participação de indivíduos das mais variadas localidades.

O mundo mudou com a pandemia, exigindo uma atitude espontânea emergencial, fazendo com que cada indivíduo adentrasse em processos de mudanças e adaptações constantes, fato este que não pode cair no esquecimento dos psicodramatistas, que por muito tempo se acomodaram em cristalizações não percebidas da sua atuação.

Propõe-se então uma convocação ao desenvolvimento de pesquisas contínuas quanto à expansão e manutenção do psicodrama por todo o território brasileiro, por meio de trabalhos que convidem a pensar e repensar os atuais pilares da atuação do psicodramatista no Brasil. A necessidade em questão é evidente quando se entra no *site* oficial da Febrap e se depara com a ausência de escolas federadas na Região Norte do país e em diversos estados do nordeste, mas grande concentração nas regiões Sul e Sudeste, mesmo após cinco anos do que se supôs como um avanço de alcance geográfico decorrente do virtual.

É preciso considerar uma revolução tecnológica e social contínua e bem estruturada, mas não limitada a si mesma, e sim com um olhar histórico-geográfico atento para a manutenção de uma psicologia psicodramática inclusiva e autêntica, que considere a expansão da sua atuação para além das limitações regionais e sociais que ainda se conservam.

Ao dar protagonismo para temáticas de inclusão, oferecemos possibilidades para mudanças sociais eficientes, que geram a possibilidade de um novo formato de fazer ciência, descentralizado da logística cristalizada já imposta, que vai contra ao que se entende como a própria espontaneidade.

CONFLITO DE INTERESSE

Nada a declarar.

DISPONIBILIDADE DE DADOS DE PESQUISA

Não se aplica.

FINANCIAMENTO

Não se aplica.

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Lúcio Guilherme Ferracini, que, em São Paulo, por meio de uma mensagem de texto e reunião via Zoom, prontamente aceitou ser o orientador da minha pesquisa de conclusão de curso em Psicologia pela Universidade Federal do Maranhão, mesmo do outro lado do país. Este trabalho é fruto de uma pesquisa iniciada durante a graduação e só se desenvolveu por causa das possibilidades de alcance advindas do psicodrama *online*.

REFERÊNCIAS

- Alcântara Gil, M. S., Rossini, J. C., & Silva, J. A. (2022). A catástrofe da pandemia da Covid-19 e seus impactos na saúde mental. *Cadernos de Psicologia*, 6. <https://doi.org/10.9788/CP2022.2-00>
- Almeida-Filho, N. (2021). Pandemia de Covid-19 no Brasil: equívocos estratégicos induzidos por retórica negacionista. In A. O. Santos, L. T. Lopes, Conselho Nacional de Secretários de Saúde (Eds.), *Principais elementos* (pp. 214-225). Ministério da Saúde. Coleção Covid-19.
- Brasil (2021). Ministério da Saúde. Gabinete do Ministro. *Informações sobre a vacina em 2021*. Ministério da Saúde.
- Comitê Gestor da Internet no Brasil (CGI.br) (2024). *Pesquisa sobre o uso das tecnologias de informação e comunicação nos domicílios brasileiros: TIC Domicílios 2023*. CGI.br. Recuperado de <https://cgi.br/publicacao/pesquisa-sobre-o-uso-das-tecnologias-de-informacao-e-comunicacao-nos-domicilios-brasileiros-tic-domicilios-2023/>
- Conselho Federal de Psicologia (CFP) (2018). *Resolução CFP nº 11/2018*. Regulamenta a prestação de serviços psicológicos realizados por meio de tecnologias da informação e da comunicação e revoga a Resolução CFP nº 11/2012. CFP. Recuperado de <https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2018/05/RESOLUÇÃO-No-11-DE-11-DE-MAIO-DE-2018.pdf>

- Conselho Federal de Psicologia (CFP) (2020). *Resolução nº 4, de 26 de março de 2020*. Dispõe sobre regulamentação de serviços psicológicos prestados por meio de Tecnologia da Informação e da Comunicação durante a pandemia do Covid-19. CFP. Recuperado de <https://atosoficiais.com.br/cfp/resolucao-do-exercicio-profissional-n-4-2020-dispoe-%20sobre-%20regulamentacao-de-servicos-psicologicos-prestados-por-meio-de-tecnologia-da-%20informacao-e-%20da-comunicacao-durante-a-pandemia-do-covid-%202019?origin=instituicao&q=4/2020>
- Dubner, A. (2021). Psicodrama virtual. In M. Echenique (Ed.), *Psicodrama virtual: explorando a toca do coelho* (vol. 1, pp. 35-47). Amazon/Araucária.
- Echenique, M. (2021). Recortes da pandemia. In M. Echenique (Ed.), *Psicodrama virtual: explorando a toca do coelho* (pp. 49-69). Amazon/Araucária.
- Ferreira, M. B. (2021). Caminhando com o psicodrama *on-line*. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 29(1), 53-59. <https://doi.org/10.15329/2318-0498.00434>
- Fleury, H. J. (2020). Psicodrama e as especificidades da psicoterapia *on-line*. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 28(1), 1-4. <https://doi.org/10.15329/2318-0498.2023>
- Fonseca, J. (2010). *Psicoterapia da relação: elementos de psicodrama contemporâneo*. Ágora.
- Guimarães, L., & Brito, V. C. A. (2023). O medo precede o ato criativo: o fazer psicodramático virtual em meio à pandemia causada pela Covid-19. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 31, e0223. <https://doi.org/10.1590/psicodrama.v31.591>
- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) (2024). *Síntese de indicadores sociais: Uma análise das condições de vida da população brasileira: 2024* (n. 54). IBGE.
- Maia, B. R., & Dias, P. C. (2020). Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da Covid-19. *Estudos de Psicologia*, 37, e200067. <https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200067>
- Marconi, M. D. A., & Lakatos, E. M. (2003). *Fundamentos de metodologia científica*. Atlas.
- Merengué, D., & Dedomenico, A. M. (2020). Descolonizando o psicodrama: Clínica e política. In A. M. Dedomenico & D. Merengué (Eds.), *Por uma vida espontânea e criadora: Psicodrama e política* (pp. 37-59). Summus.
- Moreno, J. L. (1975). *Psicodrama*. Pensamento/Cultrix.
- Moreno, J. L. (1984). *Psicodrama* (3ª ed.). Cultrix.
- Moreno, J. L. (1993). A sociometria e a patologia do grupo: o sistema sociométrico. In J. L. Moreno, *Psicoterapia de grupo e psicodrama* (cap. 2). Editorial Psy.
- Moreno, J. L. (2008). *Quem sobreviverá: fundamentos da sociometria*. Daimon.
- Motta, J. C. (2021). Do medo à esperança de crescer. In M. Echenique (Ed.), *Psicodrama virtual: explorando a toca do coelho* (pp. 13-33). Amazon/Araucária.
- Nery, M. P. (2021). Psicodrama e métodos de ação *on-line*: teorias e práticas. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 29(2), 107-116. https://doi.org/10.15329/2318-0498.00442_PT
- Oliveira, I. G. M., & Santos, S. V. S. (2020). Intervenção nas relações iniciais em tempos de pandemia: relato de experiência diante das possibilidades da clínica *online*. *Revista Brasileira de Psicanálise*, 54(3), 81-93. Recuperado de https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0486-641X2020000300008
- Silva, A. S. (2021). Psicodrama de grupo e sociodrama *online*. In G. P. Vidal & M. M. Vitali (Eds.), *O drama na tela: trajetórias do psicodrama on-line* (pp. 31-46). Appris.
- Silva, A. S., & Castro, A. (2024). Mudando de cenário: a adaptação de uma protagonista presencial à psicoterapia *on-line*. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 32, e1724. <https://doi.org/10.1590/psicodrama.v32.672>
- Silveira, A. P. (2024). A cocriação no processo terapêutico pedagógico *online*. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 32, e2224. <https://doi.org/10.1590/psicodrama.v32.664>

- Sousa, A. S., Oliveira, G. S., & Alves, L. H. (2021). A pesquisa bibliográfica: princípios e fundamentos. *Cadernos da FUCAMP*, 20(43), 64-83.
- Souza, A. C. (2021). E o mundo mudou! In M. Echenique (Ed.), *Psicodrama virtual: explorando a toca do coelho* (pp. 101-120). Amazon/Araucária.
- Souza, A. C. (2023). *Psicodrama online* [Aula via Zoom]. Federação Brasileira de Psicodrama.
- Torres, M. S., Arteiro, D. R., Resende, G. C., Ferreira, B. O., Araújo, W. F., Amorim, P. T., Santos, A. A., & Leitão, C. L. (2022). Potencialidades e desafios do atendimento psicológico *online* durante a pandemia da Covid-19 na perspectiva dos profissionais. *Cadernos de Psicologia*, 12. <https://www.cadernosdepsicologia.org.br/index.php/cadernos/article/view/136>
- Vidal, G. P., & Cardoso, A. S. (2020). Dramatização *on-line*: psicoterapia da relação e psicodrama interno no psicodrama contemporâneo. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 28(2), 131-141. <https://doi.org/10.15329/2318-0498.20293>
- Vidal, G. P., & Castro, A. (2020). O psicodrama clínico *on-line*: uma conexão possível. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 28(1), 54-64. <https://doi.org/10.15329/2318-0498.20196>
- Vidal, G. P., & Castro, A. (2022). Tecnologia no psicodrama: moreno e pós-morenianos. In G. P. Vidal & M. M. Vitali (Eds.), *O drama na tela: trajetórias do psicodrama on-line* (pp. 21-30). Appris.
- Yozo, R. Y. K. (1996). *100 jogos para grupos: uma abordagem psicodramática para empresas, escolas e clínicas*. Ágora.