

Felizes para sempre? Papel romântico de mulheres e os contos de fadas

Rafaela Pimmel^{1*} , Gabriela Pereira Vidal^{1,2} 

RESUMO

O presente estudo, fundamentado no psicodrama, teve como objetivo investigar como as personagens de princesas em contos de fadas podem influenciar na construção social do papel romântico em mulheres jovens adultas. Trata-se de uma pesquisa-ação qualitativa, realizada por meio de um psicodrama de grupo com mulheres entre 18 e 25 anos. Os resultados indicaram que determinados contos de fadas podem contribuir para a perpetuação de conservas culturais sobre o papel feminino nos relacionamentos amorosos, reforçando ideais de feminilidade associados à passividade, à submissão e à busca pelo “par ideal”. Ressaltamos, também, que o psicodrama pode ser uma ferramenta interessante de investigação e transformação de conservas coloniais de gênero, e que essa pesquisa-ação proposta promove também uma reflexão de uma questão coletiva.

PALAVRAS-CHAVE: Papéis de gênero; Contos de fadas; Mulheres; Psicodrama.

Happily ever after? The romantic role of women and fairy tales

ABSTRACT

This study, grounded in psychodrama, aimed to investigate how fairy-tale princess characters can influence the social construction of romantic roles among young adult women. It is a qualitative action research project conducted through group psychodrama with women aged 18 to 25. The results indicated that certain fairy tales can contribute to the perpetuation of “cultural preserves” regarding the female role in romantic relationships, reinforcing ideals of femininity associated with passivity, submission, and the pursuit of the “ideal partner,” and that psychodrama can be a valuable tool for investigating and transforming colonial gender preserves.

KEYWORDS: Gender roles; Fairy tale; Women; Psychodrama.

¿Felices para siempre? El papel romántico de las mujeres y los cuentos de hadas

RESUMEN

Este estudio, fundamentado en el psicodrama, tuvo como objetivo investigar cómo los personajes de princesas de los cuentos de hadas pueden influir en la construcción social de los roles románticos entre mujeres jóvenes adultas. Se trata de un proyecto de investigación-acción cualitativa realizado mediante psicodrama grupal con mujeres de entre 18 y 25 años. Los resultados indicaron que ciertos cuentos de hadas pueden contribuir a la perpetuación de «reservas culturales» en torno al rol femenino en las relaciones románticas, reforzando ideales de feminidad asociados a la pasividad, la sumisión y la búsqueda de la «pareja ideal», y que el psicodrama puede ser una herramienta valiosa para investigar y transformar las reservas de género coloniales.

PALABRAS-CLAVE: Roles de género; Cuento de hadas; Mujeres; Psicodrama.

1. Viver Mais Psicologia – Tubarão (SC) – Brasil.

2. Universidade Federal de Santa Catarina – Programa de pós-graduação em Psicologia – Florianópolis (SC), Brasil.

*Autora correspondente: psico.rafaelapimmel@gmail.com

Recebido: 26 abr. 2026 | Aceito: 03 ago. 2026

Editora de seção: Marília Bruhn 

INTRODUÇÃO

O amor é a base das redes sociométricas, sendo o resultado de um encontro entre duas individualidades, isto é, o elo das redes afetivas que construímos (Nery, 2011). Para Soares (2023), o amor é um dos temas que mais gera interesse ao longo da história. O ser humano desde o primórdio de sua existência encontra-se interdependente em suas relações sociais, já construindo sua primeira rede de vínculos em seu nascimento, a partir do vínculo materno (Davila & Gonçalves, 2019; Moreno, 1993).

Já o vínculo amoroso compreende-se como uma construção que emerge da escolha recíproca entre duas pessoas, configurando-se como um sentimento que se estabelece na relação entre o Eu e o Tu, nas quais ambos se reconhecem e se confirmam mutuamente (Davila & Gonçalves, 2019; Moreno, 1993). Contudo, vale ressaltar que essa mutualidade não implica em equidade entre os membros da relação, na qual um pode gostar por primeiro, enquanto a escolha do outro pode ser determinada por outras individualidades (Bustos, 1990). Sendo assim, podemos entender que o amor romântico pode ser relacionado ao ideal cristalizado em nossa sociedade, de que é um sentimento universal e natural, perpassando por todas as épocas e culturas (Soares, 2023).

O psicodrama é visto como uma proposta de investigação do imaginário, que tem como objetivo o desenvolvimento da espontaneidade e criatividade, sendo que Moreno entende os dois conceitos como indissociáveis (Alves, 2011; Kowalski & Godoy, 2022). Ainda segundo essas últimas autoras, podemos entender espontaneidade como o ato de fornecer uma nova resposta para uma nova situação, de forma adequada. Já a criatividade está relacionada ao ato de modificar, criar e produzir, a partir de algo que já é dado, algo novo (Moreno, 1993).

A espontaneidade e criatividade se ligam a outro conceito fundamental no psicodrama: a conserva cultural. As conservas são objetos, materiais, comportamentos e costumes que permanecem iguais e cristalizados na sociedade ao decorrer do tempo (Moreno, 1993). Merengué (2009) define as conservas como momentos que ficaram congelados no tempo. As conservas culturais, dependendo da forma como são vivenciadas, podem ser prejudiciais, mantendo congeladas formas de viver ou objetos que não favorecem algo ou alguém – ou, por outro lado, que podem ser úteis, auxiliando nas situações e vivências cotidianas (Vidal, 2021).

As conservas, em algum momento da vida, já foram criações, mas com o tempo se transformam em repetição e insistência em algum padrão (Vidal, 2021). Moreno (1993) entende que essas conservas também podem ser herdadas e cristalizadas, assim como herdamos e guardamos preceitos, opiniões e histórias que ouvimos ao decorrer de nossa infância.

Um dos tipos de conservas culturais conhecidas são os contos de fadas. Segundo Merege (2019), os contos de fadas têm origem desde a pré-história, sendo passados por anciões, de geração em geração. Os contos costumam ser histórias em que buscamos identificação e pertencimento, usando os próprios personagens como fontes de inspiração. Essas histórias são de extrema relevância durante nossa infância, pois é por meio delas que aprenderemos a encontrar significados para nossos sentimentos e emoções, reproduzindo isso na vida adulta (Bettelheim, 2002).

Alguns autores, como Breder (2015), Pereira e Santana (2023) e Teixeira (2025), criticam a superficialidade de alguns contos de fadas, principalmente na forma como as mulheres são retratadas, ressaltando o machismo, a inferiorização do papel e os estereótipos presentes nas histórias. Vomero (2022) destaca que não há dificuldade em reconhecer as conservas coloniais até mesmo na contemporaneidade, uma vez que estas são historicamente enraizadas de opressão, tal como o patriarcado, o racismo e a colonialidade, restringindo a espontaneidade e a criatividade dos sujeitos e operando por meio da imposição de papéis sociais rígidos e normativos. Assim, os contos de fadas muitas vezes são representações de conservas coloniais de como mulheres devem agir diante dos desafios do mundo, geralmente de forma passiva, à espera de alguém que possa salvá-las.

Essa perspectiva caminha atrelada ao baixo número de estudos que abordam as perspectivas de gênero no psicodrama, destacada por autorias que vêm buscando dar destaque a este tema (Berquó, 2025; Oliveira & Vieira, 2024; Silva & Vomero,

2025; Silvestri, 2025; Vidal & Dias, 2023; Vomero & Nery, 2023, 2024). Além disso, nosso estudo tem como público um grupo de mulheres cis, o que também faz parte de um recorte específico, que não abrange a vivência de todas que se identificam como mulheres. Ainda assim, nos colocamos a pensar sobre os contos de fadas e a influência que eles têm como conservas coloniais para mulheres cis estarem em relações amorosas.

Portanto, podemos entender que os contos de fadas são ferramentas importantes no que tange à construção de nossa personalidade, mas também podem ser conservas culturais que congelaram no tempo. Nesse sentido, surge uma inquietação: será que essas histórias que ouvimos na nossa infância e ficam cristalizadas em nós podem influenciar na nossa percepção de papel romântico na vida adulta?

A partir dessa inquietação, esta pesquisa tem como objetivo geral investigar como as personagens de princesas em contos de fadas podem influenciar na construção social do papel romântico em mulheres jovens adultas. Para isso, busca-se identificar as conservas culturais (cristalizadas) sobre o papel da mulher em relacionamentos amorosos; relacionar como os contos de fadas influenciam nas conservas culturais identificadas; e caracterizar como a identificação com personagens de contos de fadas influencia na construção do papel romântico.

Era uma vez, ou uma vez era o amor? O conceito de amor ao longo da história e seus atravessamentos

A definição do amor e sua compreensão não podem ser dissociadas de sua construção sócio-histórica, uma vez que esse sentimento é atravessado pela realidade cultural e social em que os sujeitos estão inseridos (Nery, 2011). Ao longo da história, diferentes concepções de amor foram sendo construídas, como na Antiguidade, em que Platão o compreendia como a busca pela “outra metade”, associando-o à ideia de completude. Já na Idade Média, sob influência do Cristianismo, o amor passou a ser idealizado como sagrado, bondoso e desinteressado, ao mesmo tempo que o amor cortês reforçava uma visão idealizada e trágica, marcada pelo desejo incontrolável e pela fantasia (Cerqueira & Rocha, 2018).

A partir dos séculos 19 e 20, essas idealizações passaram a ser questionadas, especialmente pelo movimento feminista. Autoras como Beauvoir e Butler criticaram as concepções de amor produzidas sob uma perspectiva masculina, defendendo o amor como uma relação construída gradualmente, em que o sentimento emerge da vivência relacional e não ocupa um lugar central e idealizado (Cerqueira & Rocha, 2018).

Bustos (1990) destaca, ainda, que a cultura exerce influência direta sobre as formas de amar. Conforme analisa Jardim (2019), as narrativas românticas nos influenciam amplamente, visto que foram difundidas pelo cinema e ganharam força a partir do movimento do romantismo, que consolidou a ideia do amor como experiência avassaladora, única e quase mágica entendida não apenas como um direito, mas também como um dever e principal motivação da existência humana. No contexto brasileiro, por exemplo, as telenovelas, especialmente as produzidas pela Rede Globo, desempenham papel central na propagação dessa concepção, ao retratar o amor como finalidade última da vida.

Na perspectiva psicodramática, o amor é compreendido como um fenômeno central na vida humana, capaz de gerar tanto felicidade quanto sofrimento, estando diretamente relacionado à busca por vínculos e à construção da ideia de felicidade (Oltamari, 2009). Nery (2011) compreende o amor como uma experiência que acontece no ser-com-o-outro, sustentada por uma via de mão dupla de transformação e cocriação. As experiências afetivas dão origem a aprendizados emocionais que podem se cristalizar em conservas culturais, influenciando papéis, lógicas afetivas de conduta e modos de se relacionar.

No contexto atual, entendemos que diversas transformações sociais impactam os vínculos amorosos, como o feminismo, que ampliou a autonomia das mulheres; a expansão da internet e dos relacionamentos virtuais; bem como os movimentos LGBTQIAPN+, que contribuíram para a ampliação das concepções de amor e relacionamento, rompendo com modelos tradicionais e conservadores (Costa & Antonio, 2014). Contudo, cabe ressaltar que os vínculos amorosos se iniciam desde

o nascimento do sujeito, tendo as primeiras relações como experiências afetivas e influenciando a forma como os sujeitos se relacionam ao longo da vida, de acordo com as vivências e idealizações construídas na infância (Bustos, 1990).

Entre algumas vivências e construções simbólicas que estruturam a socialização, destaca-se a internalização do conceito de gênero desde a infância. Segundo Butler (2018), o gênero não é algo natural ou determinado ao nascer, mas sim uma construção social. Ele se forma a partir das atitudes, comportamentos e papéis que aprendemos e repetimos ao longo da vida, influenciados pelo contexto social, cultural e histórico em que estamos inseridos. Observa-se que as meninas, de modo recorrente, são direcionadas a brincadeiras associadas ao cuidado e ao ambiente doméstico: como bonecas, utensílios de cozinha e atividades de limpeza, enquanto os meninos são incentivados a atividades vinculadas a ação, competitividade e protagonismo, como carros, super-heróis e esportes (Bustos, 1990).

Tal diferenciação contribui para a naturalização de papéis de gênero, atribuindo precocemente às meninas funções relacionadas ao âmbito privado e às práticas consideradas passivas, reforçando uma divisão simbólica e social entre os espaços feminino e masculino.

Portanto, embora o contexto social tenha se transformado, o conceito de amor romântico permanece como uma conserva cultural coloquial amplamente difundida, influenciado pelas nossas vivências e moldando expectativas que muitas vezes geram frustrações nas relações amorosas (Soares, 2023).

MÉTODO

Realizamos uma pesquisa-ação qualitativa, na qual pesquisadora e participantes interagem ativamente, permitindo às problemáticas emergirem durante o processo. O psicodrama foi empregado como método de pesquisa-ação por possibilitar essa relação dinâmica entre teoria, prática e experiência (Brito, 2006; Contro, 2009).

A pesquisa foi realizada com 5 mulheres cisgênero entre 18 e 25 anos. Os critérios de inclusão consistiram em atender à faixa etária estabelecida, estar presente no dia da atividade e concordar em participar do estudo. Foram excluídas pessoas não alfabetizadas ou que não tivessem conhecimento prévio sobre contos de fadas. Embora se reconheça que o universo dos contos de fadas resgate uma forte tradição oral, tornando seu conhecimento independente do domínio da leitura, a alfabetização foi um requisito decorrente do desenho metodológico inicial da intervenção psicodramática.

O planejamento para a etapa de aquecimento previa a leitura autônoma de trechos de contos de fadas pelas participantes, visando disparar os papéis e os temas a serem dramatizados. Assim, a exclusão visou garantir que todas as participantes pudessem engajar-se de forma equitativa e sem constrangimentos na tarefa proposta no planejamento do estudo. Ainda assim, em virtude de o grupo participante ter sido menor do que o planejado, a diretora realizou uma alteração no momento da execução do aquecimento, buscando maior coesão grupal entre as participantes.

A captação das participantes ocorreu por meio do método bola de neve, iniciando com indicações profissionais e posteriormente divulgada nas redes sociais da pesquisadora, resultando em oito interessadas, das quais cinco compareceram no dia da coleta.

A coleta de dados ocorreu por meio de um psicodrama de grupo, conduzido presencialmente em um consultório clínico particular, sem necessidade de autorização institucional. O encontro teve duração aproximada de 1h30 e seguiu as etapas tradicionais do psicodrama: aquecimento, dramatização e compartilhamento. A análise dos dados foi fundamentada nos conceitos teóricos e técnicos do psicodrama, que permitem tanto a condução da intervenção quanto a interpretação das vivências (Brito, 2006).

Todos os procedimentos seguiram as normas éticas da Resolução 466/2012. As participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, assegurando voluntariedade e anonimato. O estudo foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (CAAE 89033425.7.0000.0121), sendo iniciado somente após sua aprovação. Ao final, eventuais dúvidas das participantes foram esclarecidas, garantindo compreensão integral do processo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram do encontro cinco mulheres cisgênero, todas heterossexuais. Usaremos nomes fictícios para caracterizar as participantes, segundo o Quadro 1.

Quadro 1. Participantes.

Participante	Idade (anos)
Amanda	23
Isabel	22
Elen	19
Bianca	22
Elisa	21

Fonte: Elaborado pelas autoras (2026).

Durante um primeiro momento, a diretora explicou sobre a pesquisa e entregou os termos de consentimento para as participantes lerem. Depois da aprovação de todas, foi solicitado que elas se apresentassem para o grupo e explicassem porque tinham aceitado a pesquisa, com o intuito de criar vínculos e pertencimento ao grupo. A coesão de um grupo está relacionada ao desenvolvimento da tele, que estimula vínculos afetivos e aproximações entre os membros, sendo a afetividade um elemento central na formação de laços e no progresso grupal (Moreno, 1993; Ramalho, 2023). Após fecharmos o contrato, deu-se início ao psicodrama de grupo.

Iniciamos a sessão fazendo um aquecimento específico a fim de trazer as participantes para o tema proposto do grupo. Ao som de uma música instrumental da Disney, foi solicitado que elas fechassem os olhos e se concentrassem nas histórias de princesas dos contos de fadas que ouviam na infância. O aquecimento específico no psicodrama pode ter diferentes objetivos: quando voltado à dramatização, busca conectar e construir o cenário e personagens que interagirão com o protagonista (Ramalho, 2023).

A diretora pediu que as participantes escolhessem uma dessas princesas que mais se aproximasse de suas personalidades atuais; ou, se não houvesse nenhuma, escolhessem uma que elas gostariam que fosse. Em seguida, a orientação foi para abrirem os olhos e dizerem em uma palavra algo que representasse essa princesa. Após todas escolherem, foi pedido que elas trouxessem uma cena que representasse algum aprendizado que elas tiveram com essa princesa, algum comportamento que elas reproduzem em suas relações amorosas.

Na sequência, todas compartilharam suas histórias. O grupo votou na história com a qual mais se identificou, e assim elegemos uma protagonista para representar o grupo. De acordo com Contro (2020), os personagens representam formas simbólicas que dão corpo a sentimentos, sensações, pensamentos e forças que nos constituem ou nos atravessam momentaneamente. Por meio deles, conteúdos dispersos e desconexos podem ganhar sentido e visibilidade. Ao convidar alguém a imaginar um personagem que expresse o que sente ou com o qual se identifica, estimula-se a percepção e favorece-se a integração de aspectos antes desvanecidos, promovendo maior consciência de si e das dinâmicas internas nas quais o indivíduo está envolvido.

A princesa, o príncipe e a torre que ela mesma construiu

A história escolhida pelo grupo foi a da participante Isabel. Ela contou que sua princesa favorita sempre foi Rapunzel e que gostava muito da história, principalmente da animação produzida pela Disney. A sua cena escolhida foi “*estar presa dentro de uma torre, esperando o príncipe (seu namorado) salvá-la, igual a Rapunzel*”. A protagonista explicou que namora Paulo (nome fictício) há cerca de seis anos, tem muita dificuldade de realizar coisas em sua vida sem a presença do namorado, e que sempre está à espera dele para tomar as decisões quanto ao futuro dos dois.

Depois da montagem da cena, a diretora pediu que Isabel falasse em voz alta o que estava pensando dentro da cena. No psicodrama, chamamos essa técnica de solilóquio; além de ajudar a aquecer o protagonista, ela também busca verbalizar pensamentos que estão ocultos no momento do ato psicodramático (Ramalho, 2023).

Isabel trouxe o sentimento de ansiedade, e esse sentimento dizia para ela coisas como: “*se mexe*”, “*sai dessa torre*”, “*you precisa fazer alguma coisa da sua vida sem o Paulo*”. Foi perguntado quem poderíamos chamar para ajudar a lidar com esses sentimentos, e ela escolheu sua psicóloga Maria (nome fictício).

Isabel escolheu uma das participantes como ego auxiliar para ser a psicóloga Maria. Moreno (1993) defendia que os egos auxiliares são como atores representando pessoas do mundo do protagonista e, quando desempenham esse papel, precisam estar mais do que confortáveis para não apenas representar, mas ser. Por isso, a diretora aqueceu a ego, perguntando para a protagonista do grupo como sua psicóloga era.

Após aquecermos a ego, Isabel pediu ajuda para a psicóloga, falando: “*O que eu faço com esse sentimento de ansiedade?*”. Nesse momento, a diretora solicitou que trocassem os papéis, com Isabel agora no papel de sua psicóloga. O intuito dessa técnica é possibilitar a experiência no papel do outro e o surgimento de novos elementos acerca do próprio papel, os quais só se tornam acessíveis a partir desse distanciamento (Moreno, 1993).

Então a ego no papel de Isabel repetiu a pergunta, e ela, no papel de sua psicóloga, respondeu: “*Isabel, você não precisa refazer a sua vida com grandes mudanças, mas precisa fazer pelo menos alguma coisa por você*”. Ainda no papel de psicóloga, ela lembrou que, durante algumas sessões, foi combinado que ela procuraria retornar à faculdade, cursando possivelmente nutrição; no entanto, ela tinha muita insegurança de sua decisão e de como isso afetaria seus planos com Paulo. Compreende-se que, nas relações afetivo-sexuais contemporâneas, o indivíduo marcado por incertezas e inseguranças pode apresentar dificuldades em reconhecer suas próprias necessidades, já que é fortemente influenciado por um ideal de relacionamento (Soares, 2023).

Nesse momento, podemos responder ao primeiro objetivo específico sobre quais conservas culturais cristalizadas podemos identificar. Entendemos a presença de conservas culturais de Isabel no que tange a relacionamentos amorosos. Ao longo dos anos, a figura masculina foi tradicionalmente associada à liderança do lar, provisão financeira e tomada de decisões, enquanto as mulheres precisavam ser submissas e ficavam com as responsabilidades domésticas e o cuidado com os filhos (Almeida, 2010). Assim, estas conservas são também coloniais (Vomero, 2022), uma vez que a visão da mulher é pensada com base nesse homem universal.

Apesar das transformações impulsionadas pelo movimento feminista, e das mulheres conquistarem maior autonomia e passarem a ocupar novos espaços e papéis na sociedade, seria utopia de nossa parte acreditar que essas conservas culturais do machismo foram apagadas do nosso imaginário enquanto sociedade. Bustos (1990) defendia que, enquanto mulheres, somos desde crianças incentivadas sobre a importância de ter um relacionamento (heteronormativo) e que essa figura masculina precisa estar associada a características protetoras e provedoras, nos fazendo novamente associar a independência e segurança de uma mulher ao homem – como se, enquanto mulheres, só pudéssemos estar seguras na presença de uma figura masculina –, além de que devemos ser submissas a eles.

Retornando à dramatização, trocaram-se os papéis novamente; a diretora interveio com um duplo, foi ao lado da ego auxiliar no papel de psicóloga e disse: “*Você não precisa fugir dessa torre, sair e não voltar mais, mas pode dar alguns passeios sozinha*”. Essa técnica permite alcançar a emoção ou insight que o paciente ainda não conseguiu verbalizar, oferecendo-lhe apoio para que possa expressá-la de forma autêntica (Ramalho, 2023). Isabel concordou, mas devolveu a pergunta: “*E como eu posso fazer isso?*”.

A diretora, então, novamente pediu para que se invertessem os papéis e Isabel, no papel de sua psicóloga, respondesse a essa pergunta. No psicodrama, o papel da diretora não é oferecer respostas prontas à protagonista, mas orientá-la no processo de encontrar, por si mesma, as respostas que busca em relação ao papel complementar. Dessa forma, a protagonista pode compreender como se percebe por meio do olhar do outro e, a partir dessa vivência, construir uma nova compreensão de sua própria realidade (Moreno, 1993; Ramalho, 2023).

Portanto, ao notar certa dificuldade da protagonista em responder, a diretora, possibilitada pelo processo de tele já bem-estruturado no grupo, ajudou no processo de espontaneidade da protagonista com um duplo: “*Na história da Rapunzel, quando ela está na torre, ela não está sozinha*”. No contexto grupal, a tele representa um encontro verdadeiro e realista entre os participantes, sem as projeções e distorções da transferência, tratando-se de uma relação do aqui e agora, guiada pela espontaneidade (Moreno, 1993).

Sendo assim, Isabel repetiu a frase como psicóloga, e a diretora novamente inverteu os papéis, ao passo que ela respondeu: “*Isso! No filme, ela tem o amigo camaleão que ajuda e incentiva ela a sair daquela torre*”. É importante relembrar que no psicodrama entendemos o adoecimento psíquico como a ausência de espontaneidade e criatividade, e é nesse momento do ato psicodramático que a protagonista começa o processo de buscar transformar seus aspectos insatisfatórios, criando novas respostas para a situação vivida (Moreno, 1993).

A diretora solicitou que Isabel escolhesse pessoas de seu cotidiano que pudessem ajudá-la a “sair da torre”, com o intuito de fortalecer a protagonista; então, ela escolheu sua amiga Kátia (nome fictício), sua mãe e o próprio namorado Paulo.

Após a escolha dos egos, e de a diretora aquecê-los solicitando que Isabel falasse sobre eles, continuou-se a dramatização. Isabel pediu aos egos orientações de como poderia lidar com essa situação de se sentir presa na torre, mas insegura ao sair sem o “príncipe”. Durante as trocas de papéis, Isabel, no lugar dos egos, respondeu conforme abaixo:

Amiga, você precisa sair da torre sozinha. Eu sei que você se sente confortável com o Paulo, mas às vezes você vai precisar fazer as coisas por você mesma, e eu também vou estar por aqui por ti, mas você precisa ir (Kátia).

“Filha, eu sempre vou te apoiar nas suas decisões. Se você quiser fazer faculdade, fazer seu negócio, sair da torre ou ficar... a mãe vai estar sempre aqui” (Mãe). “Tu sabe que eu sempre te incentivo a fazer as coisas por ti; eu te amo, mas não quero que você se sinta presa a mim” (Paulo, namorado).

Após a última fala da Isabel ainda no papel de Paulo, a diretora fez a troca de papéis novamente e indagou com mais um duplo: “*Não sou eu que te prendo na torre ou te peço pra me esperar, é você que se prende sozinha*”. No duplo, quanto mais o terapeuta estiver vinculado com o paciente, melhor o resultado, já que buscamos acessar a emoção não verbalizada da protagonista e ajudá-la a expressá-la (Cukier, 1992). Isabel ficou pensativa, e a diretora perguntou se havia mais alguma coisa que ela gostaria de ouvir dos egos Kátia, mãe e Paulo. Ela respondeu que não, e a diretora pediu para que os egos voltassem aos lugares.

Após os egos retornarem, a diretora fez um espelho de uma fala da protagonista durante o aquecimento, com o objetivo de permitir que ela ouvisse suas próprias falas através do desempenho de seu papel (Ramalho, 2023): “*Eu odeio a Ariel. Quem deixaria de ser sereia, de falar, por causa de um homem?*”. Isabel afirmava que a princesa que ela mais gostava era a Rapunzel, por sua coragem, e que a que menos gostava era a Ariel, pois, apesar de Rapunzel só sair da sua torre por causa de um homem, Ariel abdicava de ser sereia, de sua voz, de si mesma, por um homem. Então a diretora repetiu a frase fazendo o espelho e, em seguida, fez um duplo, afirmando: “*Apesar de eu detestar a Ariel por ela abdicar da sua voz por um homem, eu também estou abdicando da minha*”.

Podemos responder, portanto, ao segundo objetivo específico, relacionando como os contos de fadas podem influenciar as conservas culturais de relacionamento. Eles fortalecem as concepções de que mulheres devem ser submissas, precisam de um homem para estarem seguras e só encontram seu “final feliz” se estiverem em um relacionamento. Afinal, somos instigadas na infância a assistir Rapunzel sendo salva por um homem, Ariel abdicando do seu mundo para ser feliz com um homem e a maioria das princesas encerrando suas histórias após encontrarem um relacionamento. Contudo, ninguém retorna para nos contar o que acontece após o “felizes para sempre”, aguçando a expectativa de que o objetivo de nossa história é encontrar alguém.

Nesse momento da dramatização, a protagonista vivenciou uma nova percepção sobre sua história, recuperando sua espontaneidade ao conseguir visualizar novas respostas para o mesmo padrão de comportamento (Moreno, 1993). Isabel relatou compreender que estava abdicando de suas decisões e priorizando seu namorado acima dela mesma.

Era uma vez, mas não outra vez: redefinindo o final feliz

Após a nova percepção de Isabel, a diretora perguntou o que mais ela gostaria de fazer na cena, ao que ela respondeu, por fim, que gostaria de conversar com a personagem *Rapunzel*, para poder mudar a história da princesa também. A protagonista escolheu um ego para representar a princesa, e ficaram só as duas na cena. Isabel iniciou a conversa incentivando a princesa: *“Olha, eu sei que o seu príncipe é um cara legal, mas você não precisa sair da torre somente com ele. Vai viver a sua vida, garota”*. Na sequência, a diretora solicitou a inversão dos papéis; o ego no papel de Isabel repetiu o incentivo, ao passo que Isabel no lugar de Rapunzel respondeu: *“Eu sei, mas é muito difícil porque na minha história sempre ouvi que foi assim”*. Trocaram-se os papéis novamente, e Isabel refletiu: *“Eu sei que sua história sempre foi assim, mas você precisa fazer diferente; você tem pessoas que te incentivam, e você é corajosa, então só sai dessa torre”*. A diretora trocou os papéis novamente, e Isabel, no papel de Rapunzel, agradeceu o conselho e prometeu fazer diferente.

Compreendemos que as histórias possuem o poder de ultrapassar o âmbito da ficção ao se inserirem no imaginário social, influenciando a construção de condutas afetivas diferenciadas para homens e mulheres (Almeida, 2010). Já Moreno (1993) propôs o conceito de Matriz de Identidade para descrever o período da infância em que se inicia o aprendizado dos papéis sociais, processo por meio do qual a criança vai formando sua personalidade e seu caráter. Nesse desenvolvimento, os papéis de mulher, mãe e esposa são internalizados, assim como seus complementares homem, pai e marido, que se estruturam por oposição e interdependência.

Portanto, considerando que, enquanto mulheres, somos apresentadas no período de maturação da infância aos contos de fadas com o propósito de aprendermos valores e princípios por meio de metáforas, compreendemos que essas histórias agem como conservas culturais de acordo com o nível de identificação com esses personagens, respondendo ao último objetivo específico – que busca caracterizar como a identificação com os personagens influencia as conservas culturais identificadas. Afinal, “as princesas são imagens que meninas e mulheres, por vezes, desejam imitar” (Breder, 2015, p. 43). Em síntese, se eu me identifico com a história da Rapunzel, vou acreditar que preciso recriar seus passos para também poder ter o meu final feliz. Se a princesa que eu leio prometeu e cumpriu, preciso cumprir minhas promessas infantis na vida adulta; se ela era gentil com todos mesmo sendo maltratada, também preciso ser; se a princesa só ficou feliz porque se casou no final da história, então só serei feliz assim; se a Rapunzel só saiu da torre quando encontrou o príncipe, então eu preciso esperar pelo meu. Isto é, eu vejo esses comportamentos nas histórias e os reproduzo em minhas relações amorosas.

Para finalizar, a diretora pediu que Isabel criasse uma realidade suplementar. A realidade suplementar, no psicodrama, pode ser compreendida como um espaço terapêutico que permite às pessoas experimentar e explorar diferentes papéis e situações em um ambiente protegido e estruturado, possibilitando a ampliação da realidade cotidiana (Khouri, 2024).

Solicitou-se que Isabel fechasse os olhos e imaginasse um novo final para a história de Rapunzel, no qual ela não necessariamente espera o príncipe para sair da torre. Então Isabel narrou a história mudando algumas partes, principalmente o final: agora a princesa cria coragem para sair da torre com os amigos e encontra o príncipe fora da torre, sem precisar esperar por ele.

E o príncipe salvou a princesa... Mas os contos de fadas salvam ou condenam as mulheres?

Considerando isso, podemos compreender que as histórias de princesas presentes nos contos de fadas podem ser vistas como metáforas para as colonialidades de gênero, visto que as desigualdades de gênero são oriundas da construção social ao longo da história. Se pararmos para refletir enquanto mulheres, desde a infância, todo o ambiente que nos cerca – brincadeiras, atividades, literatura, roupas, acessórios e comportamento – acaba incentivando que, para sermos consideradas femininas, precisamos ser passivas, por vezes nos condenando a compreender o papel de gênero feminino dessa forma (Bustos, 1990; Teixeira, 2025).

Coexistindo com o conceito de conserva cultural proposto por Moreno, podemos elencar conservas culturais coloniais que são propostas por meio da articulação dos conceitos de colonialidade e de conserva cultural, denominadas por Vomero (2022) como conservas que emergem a partir dos danos encontrados na nossa realidade como sequela das invasões coloniais. Essa denominação de conserva foi proposta a fim de entender “de onde partem e como trafegam algumas violências cristalizadas na nossa atualidade” (Vomero, 2022, p. 3). Em outras palavras, essas conservas coloniais nos revelam que a sociedade atual ainda se organiza com base em uma estrutura binária e hierarquizada, sustentada pelo patriarcado, que mantém práticas de opressão e estabelece a heterossexualidade como padrão dominante de organização social (Teixeira, 2025).

Por fim, na etapa do compartilhamento, todas as participantes foram convidadas a falar sobre como a dramatização havia ressoado em suas experiências e quais haviam sido as suas reflexões. Todas as participantes concordaram que, assim como Isabel, elas também esperavam muito do “outro” em seus relacionamentos, seja no sentido de esperança de que um relacionamento poderia melhorar suas vidas, ou de esperar “grandes atitudes” do companheiro – assim como os príncipes fazem nos contos –, limitando e dificultando a espontaneidade nas relações amorosas por conta de expectativas irreais.

Vale ressaltar que as participantes que se identificaram com a princesa Cinderela também elencaram a questão de que a maioria das princesas se anulava mediante o outro e sempre se colocava em segundo lugar, vivência essa que elas aprenderam a repetir em suas relações. A narrativa de Cinderela evidencia dinâmicas que reforçam estereótipos de gênero e papéis tradicionais atribuídos às mulheres. A protagonista, mesmo diante de abusos e exploração doméstica, adota uma postura submissa e passiva, simbolizando a colonialidade de que a feminilidade está pautada na paciência, humildade e resignação diante das adversidades (Teixeira, 2025).

Entretanto, é interessante distinguir que, de acordo com Breder (2015), as histórias das princesas dos contos de fadas passaram por uma evolução conforme a sociedade evoluía, sendo que Rapunzel e Cinderela se classificam em diferentes tipos de princesas da Disney: a primeira é classificada como uma princesa rebelde, enquanto a segunda é uma princesa clássica. Ainda assim, podemos perceber a mesma narrativa de “mulheres salvas por um homem” presentes em ambas as histórias, corroborando a ideia de que a felicidade feminina está associada à realização amorosa, sendo concebida como dependente do encontro com o “par ideal” e da concretização do casamento como símbolo de um final feliz (Breder, 2015).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo teve como objetivo geral investigar como as personagens de princesas em contos de fadas podem influenciar na construção social do papel romântico em mulheres jovens adultas. Os resultados desta pesquisa indicam que, embora essas narrativas inicialmente sirvam como instrumentos pedagógicos na infância, ao transmitir valores e princípios, elas continuam atuando simbolicamente na vida adulta. Assim, reforçam ideias como dependência, submissão e centralidade do relacionamento amoroso para a felicidade feminina, mesmo diante das releituras contemporâneas que propõem novas representações de gênero.

Em relação aos objetivos específicos, observou-se a permanência de conservas culturais que delimitam o papel da mulher nas relações afetivas, especialmente associando feminilidade à passividade, à doação e à busca por aprovação do parceiro. A pesquisa também identificou conservas coloniais herdadas historicamente, que continuam a orientar percepções, comportamentos e expectativas sobre o lugar da mulher nos relacionamentos amorosos. Esses elementos se mostram particularmente resistentes, mesmo em contextos modernos que tentam promover maior equidade de gênero.

O estudo identificou que contos de fadas podem contribuir diretamente para a manutenção dessas conservas culturais e coloniais. Ao representar protagonistas femininas obedientes, puras, passivas e à espera do “par ideal”, tais narrativas naturalizam modelos tradicionais de feminilidade e vinculam a realização feminina ao amor romântico. A identificação das mulheres com essas personagens, que são vistas como gentis, resilientes e merecedoras do “final feliz”, reforça expectativas baseadas em submissão, espera e necessidade de validação masculina, influenciando a forma como constroem e vivenciam suas identidades afetivas.

Cabe ressaltar que os resultados deste estudo devem ser interpretados considerando suas limitações metodológicas. Por se tratar de uma amostra reduzida e de um recorte específico da população, os achados não podem ser generalizados, devendo ser compreendidos como reflexões acerca da realidade investigada e como subsídio para futuras pesquisas sobre a temática.

Por fim, destaca-se que a pesquisa não pretende deslegitimar a importância dos contos de fadas na infância nem determinar como as mulheres devem se relacionar, mas fomentar reflexão sobre a origem de expectativas amorosas que podem gerar sofrimento, como a passividade da protagonista ou o ideal do príncipe salvador. Reconhece-se também a necessidade de novos estudos sobre o tema, a fim de aprofundar a compreensão desses processos simbólicos e contribuir para a desconstrução de padrões que ainda moldam o imaginário e as vivências românticas das mulheres.

CONFLITO DE INTERESSE

Nada a declarar.

DECLARAÇÃO DE USO DE FERRAMENTAS DE INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL

Declaro que foi utilizada uma ferramenta de inteligência artificial, DeepL Translate, em março de 2026, para tradução e revisão do resumo deste manuscrito. Após o uso desta ferramenta, as autoras revisaram e editaram o conteúdo conforme necessário, assumindo total responsabilidade pelo conteúdo da publicação.

CONTRIBUIÇÃO DAS AUTORAS

Conceitualização: Pimmel R, Vidal GP; **Metodologia:** Pimmel R, Vidal GP; **Análise formal:** Vidal GP; **Investigação:** Pimmel R; **Escrita:** Pimmel R, Vidal GP; **Aprovação final:** Vidal GP.

DISPONIBILIDADE DE DADOS DE PESQUISA

Todos os dados foram gerados e analisados no presente artigo.

FINANCIAMENTO

Não se aplica.

AGRADECIMENTOS

Dedico este trabalho a todas as princesas que cresceram e entenderam que não precisam ser salvas por príncipes, mas que, apesar de poderem ser suas próprias heroínas, às vezes também são seus próprios dragões. Agradeço primeiramente à minha mãe, que me incentivou o hábito da leitura desde a minha infância e, diferentemente da Gothel de Rapunzel, sempre me incentivou a sair da minha torre. Agradeço também à minha psicóloga, que me mostrou que príncipes encantados montados em cavalos brancos não existem, mas fadas madrinhas sentadas em poltronas conversando sobre nossos sentimentos, sim. E, por fim, agradeço a todos os livros que já li em minha existência, esses companheiros de jornada que me permitiram habitar outras vidas e o sossego necessário para calar os pensamentos que insistem em fazer barulho.

REFERÊNCIAS

Almeida, J. B. L. (2010). Encontros e desencontros amorosos no feminino: reflexão sociodramática sobre os papéis de gênero. *Revista Amazônica*, 4(1), 162-179. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4028847>

- Alves, L. F. (2011). Sentimentos no psicodrama. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 19(1), 147-152. <https://revbraspsicodrama.org.br/rbp/article/view/166>
- Berquó, M. L. C. (2025). Violência de gênero e psicodrama: revisão integrativa da Revista Brasileira de Psicodrama. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 33. <https://doi.org/10.1590/psicodrama.v33.709>
- Bettelheim, B. (2002). *A psicanálise dos contos de fadas* (16a ed.). Paz & Terra.
- Breder, F. C. (2015). *Feminismo e príncipes encantados: a representação feminina nos filmes de princesa da Disney*. e-galáxia.
- Brito, V. (2006). Um convite à pesquisa: epistemologia qualitativa e psicodrama. In A. M. Monteiro, D. Merengué & V. Brito (Orgs.), *Pesquisa qualitativa e psicodrama* (pp. 13-56). Ágora.
- Bustos, D. M. (1990). *Perigo... amor à vista! Drama e psicodrama de casais* (N. P. Lima, Trad.). Aleph.
- Butler, J. (2018). *Problemas de gênero: feminismo e subversão da identidade* (R. Aguiar, Trad.). Civilização Brasileira. (Obra original publicada 1990).
- Cerqueira, I. C., & Rocha, F. N. (2018). Amor e relacionamentos amorosos no olhar da psicologia. *Revista Mosaico*, 9(2), 10-17. <https://doi.org/10.21727/rm.v9i2.1449>
- Contro, L. (2009). Veredas da pesquisa psicodramática: entre a pesquisa-ação crítica e a pesquisa-intervenção. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 17(2), 13-24. <https://revbraspsicodrama.org.br/rbp/article/view/103>
- Contro, L. (2020). *Nós e nossos personagens: histórias terapêuticas*. Ágora.
- Costa, E. S., & Antonio, R. (2014). A relação amorosa na bissexualidade. In A. Cunha & C. R. Silveira (Orgs.), *Por todas as formas de amor: o psicodramatista diante das relações amorosas* (pp. 31-43). Ágora.
- Cukier, R. (1992). *Psicodrama bipessoal: sua técnica, seu terapeuta, seu paciente* (4a ed.). Ágora.
- Davila, W. J. S., & Gonçalves, Y. N. (2019). O vínculo amoroso sob a perspectiva psicodramática. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 27(2), 242-247. <https://revbraspsicodrama.org.br/rbp/article/view/17>
- Jardim, M. C. (2019). Para além da fórmula do amor: amor romântico como elemento central na construção do mercado do afeto via aplicativos. *Política & Sociedade*, 18(43), 46-76. <https://doi.org/10.5007/2175-7984.2019v18n43p46>
- Khoury, G. S. (2024). Realidade suplementar no psicodrama interno: contribuições para o manejo clínico. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 32, e0924. <https://doi.org/10.1590/psicodrama.v32.657>
- Kowalski, F., & Godoy, L. P. (2022). Efeito pigmaleão e os instrumentos do psicodrama. *Brazilian Journal of Development*, 8(3), 15631-15636. <https://doi.org/10.34117/bjdv8n3-010>
- Merege, A. L. (2019). *Os contos de fadas: origens, história e permanência no mundo moderno*. Nova Alexandria.
- Merengué, D. (2009). Corpos tatuados, relações voláteis: sentidos contemporâneos para o conceito de conserva cultural. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 17(1), 105-114. <https://revbraspsicodrama.org.br/rbp/article/view/86>
- Moreno, J. L. (1993). *Psicodrama*. Cultrix.
- Nery, M. P. (2011). Psicodrama e amor. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 19(1), 35-48. <https://revbraspsicodrama.org.br/rbp/article/view/150>
- Oliveira, L. G., & Vieira, É. D. (2024). Lutas micropolíticas contra as conservas coloniais do patriarcado: psicodrama e liberdade. *Conecte-se! Revista Interdisciplinar de Extensão*, 8(17), 145-162. <https://doi.org/10.5752/P.2594-5467.2024v8n17p145-162>
- Oltamari, L. C. (2009). Amor e conjugalidade na contemporaneidade: uma revisão de literatura. *Psicologia em Estudo*, 14(4), 669-677. <https://www.scielo.br/j/pe/a/Xbht7HRKYCC3JZCdZDfvrj/?lang=pt>
- Pereira, J. V., & Santana, I. J. (2023). Evolução histórica dos contos de fadas à luz dos interesses sociais. *Contribuciones a las Ciencias Sociales*, 16(10), 22297-22316. <https://doi.org/10.55905/revconv.16n.10-212>
- Ramalho, C. M. R. (2023). *Psicodrama e dinâmica de grupo* (2a ed.). Criação.

- Silva, P. R. A., & Vomero, L. S. Z. (2025). Sociodrama na visibilidade trans: estimulando o protagonismo identitário. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 33, e0925. <https://doi.org/10.1590/psicodrama.v33.693>
- Silvestri, M. A. (2025). Matrices en disputa: creatividad, performatividad y psicodrama. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 33, e1425. <https://www.revbraspsicodrama.org.br/rbp/article/view/687>
- Soares, J. S. (2023). O sociopsicodrama online como instrumento de reflexão sobre relacionamentos amorosos contemporâneos. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 31, e1123. <https://doi.org/10.1590/psicodrama.v31.612>
- Teixeira, N. C. (2025). Cinderela(s): rupturas e resistências nas narrativas contemporâneas. *Interfaces*, 16(1), 115-122. https://revistas.unicentro.br/index.php/revista_interfaces/article/view/7951
- Vidal, G. P. (2021). Conserva cultural: o ciclo sem fim. *Psicodrama: Revista da Sociedade Portuguesa de Psicodrama*, 10(1), 13-22.
- Vidal, G. P., & Dias, A. R. (2023). O feminino em jogo: a concepção de mundo de mulheres gamers. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 31, e1223. <https://doi.org/10.1590/psicodrama.v31.625>
- Vomero, L. S. Z. (2022). Decolonizando o conceito de reconhecimento (eu-tu). *Revista Brasileira de Psicodrama*, 30, e1422. <https://doi.org/10.1590/psicodrama.v30.576>
- Vomero, L. S. Z., & Nery, M. P. (2023). Uterodrama: descolonizando corpo e menstruação. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 31, e1023. <https://doi.org/10.1590/psicodrama.v31.597>
- Vomero, L. S. Z., & Nery, M. P. (2024). Escola da anarquia: psicodrama e letramento LGBTQIA+ e racial. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 32, e0824. <https://doi.org/10.1590/psicodrama.v32.660>