

# Sociodrama e identidade: Grupo terapêutico de pessoas trans para pessoas trans

Ariel Caetano Gomes de Souza<sup>1,\*</sup> , Pedro Dominguez Granzotto<sup>2</sup> 

## RESUMO

Este artigo é um relato de experiência de um diretor e um ego-auxiliar de um grupo terapêutico de pessoas trans, feito por pessoas trans. Nele são analisadas duas sessões em que o grupo recebeu novas e novos participantes, e a estratégia utilizada para a integração grupal foi o sociodrama. Durante o relato, o diretor e o ego-auxiliar deixaram suas percepções sobre as sessões e o impacto gerado a participantes do grupo, a partir de um diálogo com literatura científica sobre pessoas transgênero, perpassando assuntos como identidade de gênero, transfobia, senso de coletividade e comunidade. Foi possível identificar, por meio da observação, que a utilização do sociodrama foi uma ferramenta potente na criação de vínculos, acolhimento, reflexão e transformação.

**PALAVRAS-CHAVE:** Psicodrama; Sociodrama; Pessoas trans; Identidade de gênero.

Sociodrama and identity: A therapeutic group of trans people for trans people

## ABSTRACT

This article is an experience report by a director and an auxiliary ego of a therapeutic group for trans people, conducted by trans people. It analyzes two sessions in which the group welcomed new members, using sociodrama as the strategy for group integration. Throughout the report, the director and the auxiliary ego share their perceptions of the sessions and the impact they had on the group members, drawing on a dialogue with the scientific literature on transgender people and addressing topics such as gender identity, transphobia, a sense of collectivity, and community. Through observation, it was possible to identify that the use of sociodrama was a powerful tool for fostering interpersonal bonds, promoting inclusion and support, encouraging reflection, and facilitating transformation.

**KEYWORDS:** Psychodrama; Sociodrama; Trans people; Gender identity.

Sociodrama e identidad: Un grupo terapéutico de personas trans para personas trans

## RESUMEN

Este artículo es un relato de la experiencia de un director y un yo ego auxiliar de un grupo terapéutico de personas trans, realizado por personas trans. En él se analizan dos sesiones en las que el grupo recibió nuevos integrantes, y la estrategia utilizada para la integración grupal fue el sociodrama. A lo largo del relato, el director y el yo ego auxiliar expusieron sus percepciones sobre las sesiones y el impacto generado en el grupo, a partir de un diálogo con la literatura científica sobre las personas transgénero, abordando temas como la identidad de género, la transfobia, el sentido de colectividad y la comunidad. Fue posible identificar, a través de la observación, que el uso del sociodrama constituyó una herramienta poderosa para la creación de vínculos, la acogida, la reflexión y la transformación.

**PALABRAS CLAVE:** Psicodrama; Sociodrama; Personas trans; Identidad de género.

1. Universidade do Estado de Santa Catarina  – Programa de Pós-Graduação em Educação – Florianópolis (SC), Brasil.

2. Universidade Federal de Santa Catarina  – Graduação em Psicologia – Florianópolis (SC), Brasil.

\*Autor correspondente: [arielcaetano.pg@gmail.com](mailto:arielcaetano.pg@gmail.com)

Recebido: 27 jun. 2026 | Aceito: 30 jul. 2026

Editora de seção: Aline Pompeu Silveira 

## INTRODUÇÃO

Em 1931, Jacob Levy Moreno, criador do psicodrama, introduziu a expressão “psicoterapia de grupo”. Para Moreno, o ser humano deve ser entendido de acordo com suas relações interpessoais, pois desde o nascimento é introduzido em uma rede de vínculos formada inicialmente pela mãe, considerada o primeiro ego-auxiliar, além de pai, irmãos, avós, tios e demais pessoas significativas. Esse conjunto de relações recebeu o nome de *matriz de identidade*. Nos estágios iniciais do desenvolvimento, quando ainda não há diferenciação entre a criança e a mãe, a vivência social acontece por meio dessa relação primordial, dando início ao processo de socialização e integração cultural.

Na perspectiva moreniana, o indivíduo é essencialmente social, uma vez que nasce em sociedade, depende da interação com outras pessoas para sobreviver e possui aptidão para a convivência coletiva. A teoria fundamenta-se nessa concepção do ser humano em constante relação com o outro, fazendo da interdependência das interações sociais o eixo central de sua abordagem. Objetivando investigar essas relações, Moreno desenvolveu a socionomia, termo derivado do latim *socius* (companheiro, grupo) e do grego *nomos* (lei, norma), dedicada ao estudo das leis que orientam o comportamento social e grupal (Almeida et al., 1988). Dessa forma, as contribuições de Moreno foram essenciais para a consolidação da psicoterapia de grupo e para a compreensão do ser humano como um sujeito constituído nas relações sociais. Sua perspectiva inovadora destacou a importância dos vínculos interpessoais no desenvolvimento tanto individual quanto coletivo, fornecendo bases teóricas e metodológicas que influenciam até hoje os estudos e as práticas voltadas aos grupos e às dinâmicas sociais.

Perazzo (2012) destaca que, no psicodrama grupal, o protagonista exerce uma função representativa fundamental, pois sua atuação proporciona experiências individuais que expressam conteúdos compartilhados pelo grupo como um todo. Dessa forma, o tratamento não se dirige apenas ao indivíduo, mas ao grupo por meio dele, cabendo ao diretor de psicodrama criar e manter as condições necessárias para que essa representatividade se desenvolva. Esse processo depende da construção de bases sociométricas que favoreçam o acolhimento e a integração grupal, permitindo o surgimento de emergentes grupais, de um representante do grupo e, posteriormente, do protagonista.

Durante a sessão, os integrantes compartilham aspectos conscientes e inconscientes de suas vivências, fortalecendo uma rede de vínculos que ampara o desenvolvimento do processo psicodramático. Em uma sessão psicodramática, o diretor navega por quatro momentos: o aquecimento inespecífico do grupo, em que o diretor aquece todos os integrantes do grupo para a ação; o aquecimento específico do protagonista, no qual apenas o protagonista é aquecido; a dramatização, momento em que o diretor faz uso de técnicas psicodramáticas; e o compartilhamento, quando todos os integrantes compartilham como foi a sessão para eles. A diferença entre a estrutura do psicodrama e do sociodrama, de acordo com Kellermann (1998), é que no sociodrama se tem o tema protagônico e a partir dele surgem dramatizações que envolvem o grupo como um todo, não apenas um indivíduo.

À medida que o protagonista emerge, ocorre a explicitação progressiva dos dramas individuais e coletivos, tornando conscientes conteúdos antes compartilhados de forma implícita. Essa movimentação culmina na catarse de integração, fenômeno caracteristicamente grupal que promove a ampliação da espontaneidade e da criatividade dos integrantes. Embora a emoção seja frequentemente intensa nesse processo, ela não constitui sua finalidade principal, mas sim uma consequência da retomada de recursos criativos e espontâneos.

Por esse viés, a catarse de integração representa um momento de transformação coletiva, no qual os membros do grupo ampliam suas possibilidades de expressão, fortalecimento dos vínculos e desenvolvimento terapêutico, colocando em evidência a importância das relações grupais na construção da mudança e do crescimento pessoal (Perazzo, 2012). Assim, a catarse de integração consolida-se como um dos principais mecanismos terapêuticos do psicodrama, reafirmando o papel central das relações grupais na promoção do crescimento humano e da mudança social.

A partir do método psicodramático, surgem os egos-auxiliares, profissionais que atuam em conjunto com o terapeuta principal para representar pessoas, vínculos e situações significativas da vida do paciente. Diferentemente de observadores

externos, esses participantes integram ativamente o processo terapêutico, assumindo papéis relacionados às experiências atuais ou passadas do protagonista e favorecendo a expressão e a elaboração de conflitos. Com isso, parte das manifestações transferenciais pode ser direcionada aos egos-auxiliares, permitindo que emoções, afetos e padrões relacionais sejam vivenciados de forma mais concreta e espontânea.

Essa dinâmica aproxima os auxiliares da experiência subjetiva do paciente, criando um ambiente que estimula a exteriorização de sentimentos e a exploração de relações significativas em um contexto vivo, colaborativo e terapêutico, contribuindo para uma compreensão mais profunda e para a resolução dos conflitos apresentados (Moreno & Moreno, 2014). Dessa forma, sua atuação contribui para o fortalecimento dos vínculos grupais, para a ampliação da compreensão de si e do outro e para o alcance dos objetivos terapêuticos do grupo.

O sociodrama é um processo grupal para exploração e transformação de conflitos intergrupais. Ele foi desenvolvido como um método de ação profunda para lidar com relações intergrupais e ideologias coletivas. O objetivo dessa técnica é explorar eventos sociais e padrões comunitários que transcendem indivíduos particulares; o diretor tentará entender o comportamento social humano em geral e focará no “grupo como um todo”. Moreno, ao criar o sociodrama, buscava melhorar relações interculturais ao redor do mundo, conduzindo sessões de sociodramas públicos que poderiam ser gravadas e transmitidas para milhões de pessoas (Kellermann, 1998). Assim, o sociodrama contribui para a reflexão e a intervenção em questões coletivas, favorecendo mudanças nas dinâmicas sociais e grupais.

Moreno, ainda na década de 1920, realizou experiências com rádio, televisão e cinema, fundamentando-se na convicção de que o potencial terapêutico dos fenômenos interpessoais poderia manifestar-se mesmo à distância. Nesse contexto, uma revisão dos principais argumentos éticos relacionados às diversas modalidades de psicoterapia online identificou como aspectos favoráveis: o maior acesso à psicoterapia, a disponibilidade e flexibilidade dos atendimentos com possíveis benefícios terapêuticos, as vantagens associadas a características específicas dos pacientes (como residir em locais remotos), a conveniência, a satisfação, a aceitação e o aumento da demanda, além dos benefícios econômicos.

Por outro lado, os principais argumentos contrários envolvem questões de privacidade, confidencialidade e segurança; a necessidade de competência específica e treinamento adequado dos terapeutas; limitações comunicacionais decorrentes da tecnologia, como ausência de pistas não verbais; lacunas nas pesquisas sobre o tema; e dificuldades relacionadas ao manejo de situações emergenciais, especialmente quando o terapeuta não consegue identificar uma crise vivenciada pelo paciente (Fleury, 2020). Assim, embora a psicoterapia online represente uma importante ampliação das possibilidades de cuidado em saúde mental, sua prática exige atenção contínua aos aspectos éticos, técnicos e relacionais, de modo a garantir a qualidade, a segurança e a efetividade do atendimento.

A Resolução n.º 9 (2024) do Conselho Federal de Psicologia regulamenta o exercício profissional da psicologia mediado por Tecnologias Digitais da Informação e da Comunicação (TDICs) em todo o território nacional. De acordo com a norma, considera-se prática psicológica mediada por TDICs toda atividade profissional que utilize, de forma eventual ou frequente, recursos digitais para a comunicação entre o profissional da psicologia e os usuários de seus serviços, bem como para a aplicação de métodos e técnicas psicológicas que dependam de tecnologias e servidores remotos.

Além disso, a resolução estabelece que cabe ao profissional avaliar a viabilidade e a adequação do uso dessas tecnologias em cada contexto de atuação, garantindo o cumprimento dos princípios previstos no Código de Ética Profissional do Psicólogo e a observância das evidências científicas das boas práticas da profissão. Nesse contexto, a regulamentação do uso das TDICs pela psicologia reconhece a legitimidade e a viabilidade das práticas realizadas em ambiente virtual, incluindo os grupos terapêuticos online, desde que conduzidos de acordo com os princípios éticos, técnicos e científicos que orientam o exercício profissional da psicologia.

Com base nas contribuições de Vomero e Nery (2024), o gênero pode ser compreendido como uma categoria de análise que evidencia as violências exercidas sobre os corpos por meio de normas e padrões sociais que regulam, controlam e classificam as identidades em uma lógica binária. Nesse viés, as autoras destacam a autodeterminação como uma forma

de resistência, especialmente para pessoas transgênero, ao possibilitar o reconhecimento do Eu e a superação de limitações impostas por essas regras. Dessa forma, a autodeterminação representa um caminho para a afirmação da identidade, da criatividade e da liberdade de expressão dos corpos e das subjetividades. Essa reflexão reforça a importância de reconhecer e valorizar a diversidade das experiências humanas, promovendo espaços mais inclusivos, respeitosos e comprometidos com a autonomia e a dignidade de cada indivíduo.

Expressões de gênero que se afastam dos padrões socialmente estabelecidos costumam ser alvo de violência, uma vez que afetam as formas pelas quais as pessoas são reconhecidas e se relacionam na sociedade. No caso das pessoas trans, a maneira como manifestam sua identidade pode influenciar os tipos de violência que enfrentam. Apesar de não haver uma experiência trans única, muitas trajetórias são marcadas pela vigilância, discriminação e pelos preconceitos decorrentes das normas de gênero predominantes (Butler, 1986). Dessa forma, compreender como as normas de gênero operam na sociedade é fundamental para identificar os mecanismos que produzem exclusão e violência, contribuindo para a construção de espaços mais inclusivos e respeitosos à diversidade.

As formas de existir e de se constituir socialmente são influenciadas por processos históricos e culturais fundamentados em uma concepção binária de gênero, que define quais corpos e identidades são considerados legítimos e socialmente compreensíveis. Nesse cenário, a diferença não é algo natural, mas produzido por discursos e práticas sociais que estabelecem fronteiras entre aqueles reconhecidos como pertencentes à norma e aqueles que são colocados em posições de marginalização (Louro, 2008). As vivências de pessoas trans são frequentemente marcadas pela transfobia e pela ausência de responsabilização de seus agressores, manifestando-se tanto em agressões e crimes de ódio no cotidiano quanto em formas estruturais de exclusão e violência que comprometem a cidadania e a existência desses sujeitos (Jesus, 2016). Diante dessa realidade, um grupo terapêutico voltado à população trans pode atuar como espaço de cuidado, suporte e resistência diante das violências vivenciadas.

Partindo dessas considerações, este estudo tem como objetivo geral analisar a utilização do sociodrama como estratégia inicial em um grupo psicodramático terapêutico voltado para pessoas trans e não binárias. Como objetivos específicos, busca relatar a experiência de utilização do sociodrama nas sessões iniciais do grupo e refletir sobre as potencialidades e os limites do sociodrama no sentimento de comunidade criado a partir da experiência de pessoas trans e não binárias em contexto terapêutico grupal. Nesse sentido, parte-se do seguinte problema de pesquisa: de que maneira o uso do sociodrama, na sessão introdutória de grupos psicodramáticos terapêuticos, favorece processos de vínculo, expressão e participação de pessoas trans e não binárias?

## MÉTODO

Ao considerar o Relato de Experiência (RE), baseado no olhar de Mussi et al. (2021), como uma expressão escrita de vivências capaz de contribuir para a produção de conhecimentos em diferentes áreas temáticas desta pesquisa, reconhece-se a relevância da reflexão e da discussão sobre o conhecimento construído a partir dessas experiências. Nesse contexto acadêmico, o RE vai além da simples descrição de fatos vividos, buscando valorizar a experiência por meio de um esforço acadêmico-científico explicativo, fundamentado em uma análise crítico-reflexiva e sustentado por aportes teórico-metodológicos.

Esta pesquisa é descritiva, que consiste em observar, registrar e descrever fenômenos; a produção de conhecimento apresentada aproxima-se desse tipo de estudo, uma vez que busca compreender e retratar a realidade investigada de maneira detalhada. Nesse contexto, é destacada a presença de quatro tipos de descrição no relato de experiência: informativa, referenciada, dialogada e crítica. Assim, a pesquisa descritiva permite tanto ampliar o conhecimento acadêmico sobre a área quanto fornecer subsídios para reflexões e intervenções profissionais fundamentadas na realidade observada (Mussi et al., 2021).

Este estudo é caracterizado como transversal, que se caracteriza pela coleta de dados em um momento específico no tempo, proporcionando um retrato instantâneo da população investigada. Nesse tipo de delineamento, exposição e desfecho são observados simultaneamente, permitindo responder a questões relacionadas à prevalência desses fenômenos e à existência

de associações entre eles. Como limitações, destaca-se o fato de os estudos transversais realizarem a coleta de informações sobre exposição e desfecho em um único momento, impossibilitando o acompanhamento temporal dos participantes. Dessa forma, embora permitam identificar associações entre variáveis, não possibilitam estabelecer a sequência temporal entre causa e efeito (Bastos & Duquia, 2007).

O tipo de amostragem da pesquisa é a amostragem por conveniência, a qual consiste na seleção de participantes que estão prontamente disponíveis na população acessível ao pesquisador. Esse método é amplamente utilizado em pesquisas clínicas devido à sua praticidade, menor custo e facilidade de implementação. Contudo, entre suas principais limitações destaca-se o risco de inclusão de indivíduos que não representem adequadamente a população-alvo, o que pode comprometer a generalização dos resultados obtidos (Luna, 1998).

Neste artigo são analisadas duas sessões de um grupo terapêutico para pessoas trans e não binárias, nas quais o diretor utilizou o sociodrama para conduzir a sessão em que novos membros são introduzidos ao grupo. Esse grupo é aberto sempre que o número de participantes chega a seis pessoas, e quando o número chega a dez participantes, o grupo fecha até o número cair novamente. As sessões do grupo acontecem de maneira quinzenal e, entre a primeira e segunda sessões analisadas, aconteceram outras sete sessões. O grupo foi criado em março de 2025, mas apenas a partir de 2026 o sociodrama foi introduzido como técnica para recepção de novos membros.

Na primeira sessão, realizada em janeiro de 2026, o diretor e 4 participantes estavam presentes, entre eles 2 pessoas novas; 6 faltaram. Na segunda sessão, realizada em abril de 2026, o diretor, o ego-auxiliar e 7 participantes estavam presentes, entre eles 4 pessoas novas, enquanto 3 faltaram. Além da introdução de novas pessoas na segunda sessão, o grupo também estava sendo introduzido ao ego-auxiliar. Esse RE é na perspectiva do diretor e do ego-auxiliar; ambos são pessoas não binárias.

Este estudo segue os cuidados éticos descritos na “Resolução n.º 510 (2016) do Conselho Nacional de Saúde”. Os participantes autorizaram a escrita do relato de experiência, que é isenta de registro no Comitê de Ética em Pesquisa, pois se caracteriza como uma análise de experiência vinda da prática profissional do diretor e do ego-auxiliar. O anonimato dos participantes do grupo foi mantido.

## RELATO DE EXPERIÊNCIA E DISCUSSÃO

Todas as sessões que introduzem novas pessoas ao grupo seguem o mesmo início. Primeiramente acontecem as apresentações, e cada pessoa fala o seu nome, pronomes e cidade em que mora. Em seguida, o diretor explica como o grupo foi criado, advindo do desejo de proporcionar um espaço de coletividade para a população trans e não binária. Também é feita uma explicação sobre a diferença entre sociodrama e psicodrama. Em seguida, é aberto um espaço para que membros antigos possam falar sobre o que o grupo significa para eles. Por fim, ao se inscreverem no grupo, todos preenchem um formulário de inscrição no qual é questionado o motivo da entrada no grupo; nesse momento, é feita uma leitura dinâmica dos motivos.

Na primeira sessão, estavam presentes quatro pessoas – duas pessoas não binárias, uma mulher trans e um homem trans. O aquecimento inespecífico foi um momento para mexer o corpo, se alongando; em seguida, realizou-se um exercício de respiração profunda e então foi proposto o tema do sociodrama como “pertencimento na comunidade trans”, inspirado na motivação dos membros.

Ao longo da discussão, o grupo aprofundou-se em temas centrais relacionados à vivência trans, explorando diferentes dimensões da construção identitária e das relações de pertencimento social. Nesse contexto, foi debatida a importância do sentimento de pertencimento aos grupos e espaços sociais dos quais a pessoa trans participa, destacando seu papel fundamental no fortalecimento da identidade, no bem-estar psicológico e no processo de afirmação de gênero.

Foram abordadas as experiências de pessoas não binárias, especialmente os sentimentos de deslocamento e inadequação decorrentes da não identificação com os padrões tradicionalmente associados aos gêneros feminino e masculino. Além disso, discutiu-se a noção de “ser trans o suficiente”, refletindo sobre os impactos das expectativas sociais e das validações externas

na construção da identidade trans. Por fim, foram analisadas questões relacionadas ao início do processo de transição de gênero, contemplando os desafios, as expectativas e as transformações que caracterizam essa etapa da trajetória de vida de pessoas trans.

No compartilhamento, foi dito que os novos membros se sentiram seguros no grupo, que foi importante para eles perceberem que aquele é um ambiente no qual mesmo pessoas que estão no começo da transição são respeitadas e que gostaram do sociodrama. Os membros antigos se identificaram com o tema, e uma pessoa disse que o tema a fez perceber que estava trabalhando o pertencimento em sua vida de maneira intensa.

A proposta de transcender as relações pode se manifestar tanto em vínculos amorosos quanto em relações de amizade, configurando, portanto, um movimento de transcenderamento dos afetos. Quando pessoas transvestigêneres buscam construir relações transcenderadas, procura-se reduzir a constante necessidade de explicação e legitimação de suas experiências e identidades, bem como minimizar a exposição a situações de transfobia.

Não se pretende, com isso, afirmar que espaços compostos exclusivamente por essas pessoas estejam isentos de conflitos ou violências, uma vez que subjetividades são constituídas por múltiplos atravessamentos, entre eles a colonialidade. Contudo, ao transcender as relações, é assumido um compromisso ético e coletivo com práticas de afeto que se traduzem em cuidado mútuo, fortalecimento comunitário e construção de redes de apoio (Nascimento, 2023). O grupo, ao ser composto por apenas pessoas trans, incluindo o diretor e o ego-auxiliar, proporciona um espaço único para transcender o cuidado dos membros.

Na sessão, o tópico da não binariedade foi discutido. Ela representa uma ruptura com os padrões binários de gênero, reunindo, sob um mesmo termo guarda-chuva, experiências marcadas pelo não alinhamento integral às categorias de homem ou mulher. Em razão da diversidade de expressões que a compõem, não há signos socialmente reconhecidos que permitam a identificação imediata de pessoas não binárias. Como consequência, essas identidades frequentemente não são reconhecidas nos espaços públicos, o que pode limitar a vivência plena de suas experiências de gênero para além de contextos mais inclusivos (Piranda, 2025). As pessoas não binárias presentes sentiam essa incongruência de suas experiências e, ao falarem sobre esse assunto, perceberam que não eram as únicas com essa sensação, o que foi importante para o momento de integração grupal e reconhecimento de si.

A insuficiência de informações, somada ao estigma e às barreiras de acesso a serviços de saúde qualificados, leva muitas pessoas trans a buscarem estratégias alternativas para seus processos de transição. Entre essas estratégias, destacam-se o uso de hormônios sem acompanhamento profissional e a utilização de recursos para modificação ou ocultação de características corporais, práticas que frequentemente antecedem ou acompanham o acesso aos serviços formais de saúde (Mattos & Zambenedetti, 2021). Na sessão, três dos quatro membros presentes estavam no início da transição, e inseguranças relacionadas a esse momento foram debatidas e analisadas em conjunto pelo grupo por um olhar acolhedor e de entendimento mútuo entre os integrantes.

Ao dirigir essa sessão, o diretor sentiu que o tema “pertencimento na comunidade trans” era relevante, ao levar em conta a motivação de os participantes entrarem no grupo, pois o tema também atravessa sua própria vivência como pessoa trans. Ao longo do encontro, o grupo trouxe a discussão para diferentes dimensões relacionadas à construção das identidades trans e às experiências de pertencimento nos diversos espaços sociais. As reflexões concentraram-se na importância do sentimento de pertencimento para a trajetória de pessoas trans, compreendido como elemento fundamental para o fortalecimento da identidade, da autoestima e das redes de apoio.

Também foram problematizadas as vivências de pessoas não binárias, que frequentemente relatam sentimento de deslocamento decorrente da não identificação plena com os padrões binários de gênero, bem como as tensões relacionadas à ideia de “ser trans o suficiente”, às inseguranças presentes no início do processo de transição de gênero e a outros aspectos que emergiram espontaneamente a partir das experiências compartilhadas pelos participantes. Dessa forma, o grupo constituiu um espaço horizontal de escuta e construção coletiva, no qual os próprios participantes direcionaram as temáticas discutidas, permitindo que diferentes vivências fossem reconhecidas, validadas e elaboradas coletivamente.

Nesse processo, a posição de diretor também se mostrou atravessada pelas discussões desenvolvidas. Por se tratar de uma pessoa não binária responsável pela condução de um grupo composto por pessoas trans, diversas temáticas mobilizadas durante o encontro dialogam diretamente com sua própria trajetória e experiência de vida. Quando pertinente ao processo grupal, essas ressonâncias foram compartilhadas de forma breve, contextualizada e intencional, com o objetivo de favorecer a horizontalidade das relações, fortalecer o vínculo terapêutico e contribuir para a construção de um ambiente de confiança, acolhimento e identificação mútua entre os participantes. Essa postura possibilitou reconhecer que, embora ocupando o papel de diretor, ele também é atravessado pelas dinâmicas produzidas no grupo, evidenciando o caráter dialógico e relacional que permeia o cuidado em contextos grupais.

Na segunda sessão, estavam presentes sete pessoas, sendo quatro pessoas não binárias, uma pessoa de gênero fluido, uma pessoa transfeminina e um homem trans. Ela começou de maneira semelhante a primeira, mas, dessa vez, como o ego-auxiliar estava sendo introduzido ao grupo, foi dado um momento para o ego explicar o seu papel nas sessões.

Para o aquecimento inespecífico, foi pedido aos membros para que fizessem um aquecimento corporal simples e em seguida buscassem um objeto que representasse o que os havia feito entrar no grupo. Em seguida, foi aberto um momento para cada um explicar o motivo de ter pego determinado objeto e escolher uma palavra que resumisse o motivo. Algumas das palavras escolhidas foram: comunidade, identidade, suporte, transfobia, autoconhecimento.

Assim, o diretor pediu que o grupo votasse na palavra com a qual mais se identificava, e a palavra escolhida foi “identidade”. Novamente, o diretor solicitou que eles criassem uma frase que representasse todas as palavras, e a frase foi: “Identidade trans na sociedade e para nós mesmos”. Houve um debate sobre o que essa frase significa e como colocam a sociedade ainda à frente de si mesmos; falaram sobre o autodesenvolvimento, que não seria possível ser excluídos da realidade que vivemos, dos olhares da nossa sociedade, e de como eles interagem com nosso desenvolvimento de nós mesmos.

Durante o momento de compartilhamento, diversos participantes relataram que a sessão foi uma experiência positiva e que se sentiram satisfeitos com sua participação. O ego-auxiliar e o diretor também apresentaram suas impressões, destacando, respectivamente, o sentimento de satisfação por integrarem o projeto e a percepção de que a dinâmica grupal vem passando por transformações ao longo do processo.

Uma estratégia amplamente discutida na literatura para mitigar os impactos da opressão social consiste no fortalecimento de uma identificação positiva com o grupo de pertencimento, bem como na construção de uma avaliação favorável dessa identidade coletiva – processo denominado autoestima coletiva. Esse constructo refere-se à percepção de valor atribuída ao grupo social ao qual o indivíduo pertence, desempenhando um papel fundamental na proteção do bem-estar psicológico diante de contextos marcados por estigmatização e discriminação. Todavia, argumenta-se que o sofrimento psicológico decorrente da expectativa constante de discriminação, aliado à experiência de integrar grupos socialmente desvalorizados, tende a comprometer significativamente a autoestima coletiva.

Consequentemente, essa deterioração pode extrapolar a esfera da identidade grupal e repercutir negativamente na autoestima global, especialmente entre indivíduos trans, cuja vivência é frequentemente permeada por processos de exclusão, invisibilização e preconceito estrutural (Silva & Cerqueira-Santos, 2018). Um grupo terapêutico focado em construir relações de identificação entre pessoas trans se mostra uma ferramenta valiosa para o fortalecimento da autoestima coletiva dentro do contexto grupal.

De acordo com Silva e Cerqueira-Santos (2018), além dos processos de discriminação e estigmatização, é evidenciado que a insuficiência de suporte social proveniente dos principais grupos de pertencimento, como a família, o ambiente de trabalho, as instituições de ensino, a comunidade e até mesmo os serviços de saúde, incluindo profissionais que atuam no atendimento à população LGBTQIA+, constitui uma realidade recorrente na trajetória de muitas pessoas trans.

Essa carência compromete o acesso a recursos emocionais, materiais e relacionais essenciais para o enfrentamento das adversidades, tornando imprescindível o fortalecimento de redes de apoio social capazes de promover proteção psicossocial, favorecer processos de inclusão e ampliar o sentimento de pertencimento. Nesse contexto, o estabelecimento e a consolidação

de vínculos interpessoais pautados na confiança, na reciprocidade e no suporte mútuo são fundamentais para a constituição de redes sociais fortalecidas, que transcendem a oferta de auxílio em situações de necessidade e se configuram como espaços de acolhimento, validação identitária e compartilhamento de experiências, contribuindo significativamente para a promoção da saúde mental e da qualidade de vida.

Adicionalmente, Grossman et al. (2011) pontuam que a presença de suporte familiar consistente está associada a desfechos positivos ao longo do desenvolvimento, incluindo maior estabilidade nos relacionamentos interpessoais, melhor qualidade de vida, maior satisfação, inserção ocupacional mais estável, desenvolvimento saudável da sexualidade e fortalecimento das relações familiares. Em contrapartida, a ausência desse suporte pode intensificar processos de exclusão social, sofrimento psíquico e vulnerabilidade, reforçando a necessidade de intervenções voltadas ao fortalecimento de redes de apoio familiares, comunitárias e institucionais destinadas às pessoas trans.

A transfobia produz impactos expressivos sobre a saúde física e mental das pessoas trans, decorrentes da negação sistemática de direitos humanos fundamentais, tais como o exercício pleno da cidadania, acesso equitativo aos serviços de saúde e reconhecimento de suas identidades de gênero. Esses efeitos são potencializados pela violência institucional, pela discriminação estrutural e pelo enfraquecimento ou ruptura dos vínculos familiares, frequentemente associados ao afastamento compulsório do ambiente doméstico e à privação de moradia ou abrigo. Nesse contexto, tais fatores configuram múltiplas dimensões de vulnerabilidade social e em saúde às quais pessoas transmasculinas permanecem expostas ao longo de suas trajetórias de vida. Diante desse cenário, torna-se imprescindível ampliar e fortalecer as ações de cuidado de profissionais da saúde, orientando-as por uma perspectiva integral, equitativa e centrada nas demandas específicas dessa população, de modo a promover o acesso qualificado aos serviços, reduzir iniquidades e garantir a efetivação dos seus direitos (Lobo et al., 2023).

Diante dessas circunstâncias, é frequente que essa população desenvolva medo constante de sofrer violência nos diferentes espaços sociais que ocupa, o que restringe sua circulação, reduz a participação em atividades comunitárias e limita o exercício do direito à convivência social e ao acesso aos serviços públicos. Para aqueles que permanecem em ambiente domiciliar, esse receio também pode resultar em isolamento social, prejuízo das relações socioafetivas e intensificação do sofrimento emocional (Lobo et al., 2023).

Embora os achados deste estudo estejam centrados nas experiências de homens trans e pessoas transmasculinas, esses medos também emergem nas narrativas de mulheres trans e pessoas não binárias participantes do grupo terapêutico, evidenciando que a transfobia constitui um fenômeno estrutural que atravessa toda a comunidade trans. Ainda que seus impactos possam se manifestar de maneiras distintas conforme as especificidades de cada identidade de gênero e os marcadores sociais que se interseccionam, a experiência da violência, da discriminação e da restrição ao exercício pleno da cidadania configura uma realidade compartilhada, reforçando a necessidade de estratégias de cuidado e de políticas públicas que contemplem a diversidade das vivências trans.

Existe um crescimento gradual da presença de estudantes trans nas universidades públicas brasileiras; no entanto, sua participação ainda permanece significativamente inferior quando comparada à da população cisgênera, especialmente em determinadas áreas do conhecimento e nos cursos de pós-graduação, evidenciando a persistência de desigualdades estruturais no acesso e na permanência no ensino superior. Nesse contexto, iniciativas como políticas afirmativas voltadas à população trans e cursinhos populares têm desempenhado papel fundamental na ampliação das oportunidades educacionais, contribuindo para o enfrentamento de processos históricos de exclusão.

Paralelamente, estudantes trans têm construído e reivindicado espaços de acolhimento e pertencimento no ambiente universitário, por meio de coletivos, grupos de apoio, redes de solidariedade e outras formas de organização política e comunitária, que possibilitam o compartilhamento de experiências, o fortalecimento de vínculos e a elaboração coletiva de estratégias de enfrentamento às violências e às discriminações vivenciadas no cotidiano acadêmico. O fortalecimento dessas iniciativas acompanha a ampliação de políticas públicas voltadas à democratização do ensino superior e evidencia o protagonismo de estudantes trans na transformação da universidade em um espaço mais inclusivo, plural e comprometido com a promoção da equidade e dos direitos humanos (Iazzetti, 2024).

Dessa forma, a universidade emerge como um importante dispositivo de transformação das condições de vida de pessoas trans, ao possibilitar não apenas a aquisição de conhecimentos e a formação profissional, mas também a construção de projetos de futuro historicamente negados a essa população. Em um contexto marcado por processos persistentes de exclusão e vulnerabilização, o acesso e a permanência no ensino superior representam a ampliação de oportunidades, o fortalecimento da autonomia e o exercício da cidadania, reafirmando a educação como um direito e como um importante instrumento de redução das desigualdades sociais.

O encontro foi permeado por reflexões acerca da construção da identidade trans e dos processos de pertencimento, evidenciando a centralidade das relações sociais na constituição da subjetividade. As discussões gravitam em torno da necessidade de sentir-se parte de uma comunidade, da busca pelo autoconhecimento e da importância das redes de suporte como elementos fundamentais para o desenvolvimento pessoal e o enfrentamento das adversidades cotidianas. De forma recorrente, os participantes destacaram que o processo de autodesenvolvimento não pode ser compreendido de maneira dissociada do contexto social em que estão inseridos, uma vez que a construção da identidade é continuamente atravessada pelos olhares, expectativas e normas produzidas pela sociedade. Nesse sentido, emergiu a compreensão de que o modo como pessoas trans percebem a si mesmas está intimamente relacionado às formas como são reconhecidas, legitimadas ou rejeitadas pelos diferentes espaços sociais que ocupam.

A escolha coletiva da frase “Identidade trans na sociedade e para nós mesmos” como síntese do encontro mostrou-se particularmente significativa e mobilizou importantes reflexões por parte do diretor. Por meio dessa construção grupal, tornou-se evidente como a identidade trans é constantemente mediada pelo olhar social, em um contexto marcado pela cisnormatividade e pela transfobia estrutural.

Esse olhar, frequentemente permeado por estigmas, violências e processos de deslegitimação, tende a ser internalizado pelas próprias pessoas trans, influenciando a forma como constroem sua autoimagem, interpretam suas experiências e atribuem valor às suas identidades. Assim, o encontro suscitou reflexões acerca dos impactos da transfobia para além das violências interpessoais, evidenciando seus efeitos subjetivos na constituição do autoconceito, da autoestima e do sentimento de pertencimento. Ao mesmo tempo, o espaço grupal revelou-se um importante dispositivo para a ressignificação dessas experiências, permitindo que narrativas marcadas pela exclusão fossem reelaboradas coletivamente com base no reconhecimento, na identificação e na validação mútua.

Ao término do encontro, a impressão do diretor era de que o grupo se encontrava em um momento de transição. A chegada de novos participantes e a inserção do ego-auxiliar sinalizaram uma mudança importante na composição grupal, indicando que as dinâmicas relacionais construídas até então tenderiam a ser significativamente transformadas nos encontros subsequentes. Essa reconfiguração era percebida não apenas como um desafio para a manutenção dos vínculos já estabelecidos, mas também como uma oportunidade para a ampliação das trocas, da diversidade de experiências compartilhadas e das possibilidades terapêuticas produzidas pelo grupo.

Enquanto ego-auxiliar, foi possível observar, na sessão do sociodrama, de um ponto de vista externo ao do diretor. A qualquer momento, o diretor pode chamar o ego para uma intervenção envolvendo tanto a dinâmica quanto algo que observa de um paciente, então, o olhar do ego é ativo e minucioso: reações, expressões, inflexões das falas, temática geral do relato; tudo é relevante para a boa execução desse papel. Na sessão, o ego observa dúvida, timidez e apreensão nos olhares dos participantes no início do grupo, característico de uma sessão iniciada com participantes novos.

Após um dos membros relatar sua experiência passada no grupo sendo positiva, nota-se mais dos pacientes se sentindo à vontade, fato que se conecta com o aquecimento tendo todos os membros participando e atuantes, pegando um objeto que representasse sua entrada no grupo. É visualizado, também, que certos termos e situações mencionados na fala dos pacientes ao construir em conjunto a frase não foram explicados – como “não binariedade” ou “transição hormonal” –, e isso conecta-se com ser um grupo de recorte de pessoas trans, onde não é necessário explicar-se ao menor termo, pois há o entendimento prévio dos membros.

O recorte possibilita sentir-se à vontade para ser sem explicar-se para poder existir. Por fim, a experiência de estar em um grupo psicoterapêutico psicodramático de pessoas trans para pessoas trans é relatada como algo que traz extrema felicidade para o ego-auxiliar em seu lugar de psicólogo trans iniciando a profissão, e o que era somente um objetivo distante em seu futuro se torna uma possibilidade atual.

Dessa forma, o sociodrama contribuiu metodologicamente para a emergência dos conteúdos analisados nas sessões ao promover um espaço de interação grupal em que esses temas surgiram espontaneamente durante os dois encontros. As discussões dinâmicas, as dramatizações e os momentos de compartilhamento possibilitaram que os participantes expressassem suas experiências individuais, trazendo à tona aspectos relacionados às suas trajetórias e às vivências enquanto pessoas trans.

Ao compartilharem suas histórias, os participantes reconheceram semelhanças entre suas experiências, percebendo que situações antes compreendidas como individuais eram, na realidade, compartilhadas por outros membros do grupo. Esse processo fortaleceu o sentimento de coletividade e pertencimento, ao mesmo tempo que evidenciou como o sociodrama favorece a construção coletiva de sentidos, permitindo que as categorias de análise emergissem das interações grupais e das vivências compartilhadas, e não de categorias previamente estabelecidas.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Desse modo, grupos psicoterapêuticos psicodramáticos destinados à população trans formam importantes dispositivos de acolhimento e produção de saúde, pois possibilitam espaços seguros para o compartilhamento de experiências frequentemente marcadas pela violência, discriminação e exclusão social – assim como explicitar o contato com outros com vivências similares, mas vidas diferentes. Para além do suporte emocional, esse grupo fortalece as redes de apoio e dá voz a um recorte marginalizado e excluído da população que frequentemente é silenciado.

O grupo cria condições para que o sofrimento deixe de ser vivenciado na solidão e passe a ser visto como expressão de processos sociais mais amplos, gerando o fortalecimento da identidade individual e coletiva dos participantes. Também parte desse processo, a identificação é considerável na construção coletiva de significados. Ao ver fragmentos de suas próprias vivências nas falas dos demais participantes, a identificação possibilita uma psicoterapia que valida seus sentimentos, revisita experiências anteriormente percebidas como individuais e repensa-as, gerando novas interpretações sobre si e sobre sua história. A identificação, assim, não é somente o compartilhamento de características em comum, mas sim um fenômeno relacional que favorece a redução da solidão relacional e a produção de novos sentidos das experiências de ser uma pessoa trans em uma sociedade estruturada pela cisnormatividade e pela transfobia.

Ao utilizar o sociodrama nas sessões, a técnica mostrou-se particularmente potente para ampliar esse processo. Ao colocar a espontaneidade, a ação e a construção coletiva do conhecimento em local de destaque, foi possível perceber que os participantes estabeleceram interações que superaram apresentações superficiais, favorecendo conexões interpessoais profundas logo no início dos encontros. Apesar de ser um grupo constituído de pessoas que, em sua maioria, ainda não se conheciam, foi possível perceber a criação de vínculos fundamentados em confiança, empatia e no reconhecimento das experiências compartilhadas. A fala do cotidiano específico dos participantes, a discussão sobre papéis sociais e o destaque das narrativas individuais e coletivas permitiram o encontro, nas histórias compartilhadas, de elementos de identificação que poderiam proporcionar acolhimento, reflexão e transformação.

Assim, o sociodrama supera a função de uma estratégia de condução grupal e se institui como um recurso terapêutico potencializador de processos de subjetivação e fortalecimento de vínculos, ao ampliar a habilidade de elaboração coletiva das experiências. Nesse grupo composto por pessoas trans, essa abordagem, ao ser usada na sessão que introduz novos membros ao grupo, favorece a emergência de narrativas usualmente invisibilizadas pelos padrões sociais hegemônicos, ao permitir que a identidade seja construída a partir do reconhecimento das potencialidades, das redes de apoio e da criação compartilhada de novos significados. Sob essa perspectiva, o grupo se transforma simultaneamente num lugar de cuidado, resistência e transformação, no qual vivências individuais ganham uma dimensão coletiva e facilitam a construção de estratégias mais saudáveis de luta contra as desigualdades e a exclusão social de pessoas trans.

## CONFLITO DE INTERESSES

Nada a declarar.

## DECLARAÇÃO SOBRE O USO DE FERRAMENTAS DE INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL

Os autores declaram que nenhuma ferramenta de inteligência artificial foi usada na preparação, redação, análise de dados ou revisão deste manuscrito.

## CONTRIBUIÇÃO DOS AUTORES

**Conceitualização:** Souza ACG, Granzotto PD. **Metodologia:** Souza ACG, Granzotto PD. **Análise formal:** Souza ACG, Granzotto PD. **Investigação:** Souza ACG, Granzotto PD. **Aprovação final:** Souza ACG.

## DISPONIBILIDADE DE DADOS DE PESQUISA

Todos os dados foram apresentados no artigo.

## FINANCIAMENTO

Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior – Brasil   
Código de Financiamento 001.

## AGRADECIMENTOS

Agradecemos por todas as pessoas que já participaram do grupo ao longo dos anos, principalmente às que fizeram parte das duas sessões trabalhadas neste artigo. Sem todos vocês, esse grupo nem teria começado ou evoluído ao longo do tempo. Essa construção conjunta é o que faz ele ser tão único e especial. Como criador do grupo e diretor, gostaria de agradecer também à minha esposa por ter apoiado a ideia da criação do grupo desde sempre; mesmo com todas as minhas inseguranças de início de carreira, ela acreditou em mim e me incentivou nos dias em que eu me senti desmotivado ou preocupado.

## REFERÊNCIAS

- Almeida, W. C. D., Gonçalves, C. S., & Wolff, J. R. (1988). *Lições de psicodrama: introdução ao pensamento de JL Moreno*. Ágora.
- Bastos, J. L. D., & Duquia, R. P. (2007). Um dos delineamentos mais empregados em epidemiologia: estudo transversal. *Scientia Medica*, 17(4), 229-232. <https://revistaseletronicas.pucrs.br/scientiamedica/article/view/2806>
- Butler, J. (1986). Sex and gender in Simone de Beauvoir's *Second Sex*. *Yale French Studies*, (72), 35-49. <https://doi.org/10.2307/2930225>
- Fleury, H. J. (2020). Psicodrama e as especificidades da psicoterapia on-line. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 28(1), 1-4. <https://revbraspsicodrama.org.br/rbp/article/view/406>
- Grossman, A. H., D'augelli, A. R., & Frank, J. A. (2011). Aspects of psychological resilience among transgender youth. *Journal of LGBT Youth*, 8(2), 103-115. <https://doi.org/10.1080/19361653.2011.541347>
- Iazzetti, B. D. (2024). Futuros trans\* possíveis? Interseccionalidades e ambivalências no acesso e na permanência de pessoas trans\* no ensino superior público brasileiro. *Sexualidad, Salud y Sociedad (Rio de Janeiro)*, (40), e22207. <https://doi.org/10.1590/1984-6487.sess.2024.40.e22207.a.pt>

- Jesus, J. G. (2016). Operadores do direito no atendimento às pessoas trans. *Revista Direito e Práxis*, 7(3), 537-556. <https://doi.org/10.12957/dep.2016.25377>
- Kellermann, P. F. (1998). Sociodrama. *Group Analysis*, 31(2), 179-195. <https://doi.org/10.1177/0533316498312005>
- Lobo, B. H. S. C., Santos, G. S., Porcino, C., Mota, T. N., Machuca-Contreras, F. A., Oliveira, J. F., Carvalho, E. S. S., & Sousa, A. R. (2023). A transfobia como doença social: discursos de vulnerabilidades em homens trans e pessoas transmasculinas. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 76(Supl 2), e20220183. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2022-0183pt>
- Louro, G. L. (2008). Gênero e sexualidade: pedagogias contemporâneas. *Pro-posições*, 19(2), 17-23. <https://doi.org/10.1590/S0103-73072008000200003>
- Luna, F. (1998). Seqüência básica na elaboração de protocolos de pesquisa. *Arquivos Brasileiros de Cardiologia*, 71(6), 735-740. <https://doi.org/10.1590/S0066-782X1998001200001>
- Mattos, M. H., & Zambenedetti, G. (2021). Itinerários terapêuticos de homens trans em transição de gênero. *Psicologia & Sociedade*, 33, e240732. <https://doi.org/10.1590/1807-0310/2021v33240732>
- Moreno, J. L., & Moreno, Z. T. (2014). *Fundamentos do psicodrama*. Ágora.
- Mussi, R. F. F., Flores, F. F., & Almeida, C. B. (2021). Pressupostos para a elaboração de relato de experiência como conhecimento científico. *Revista Práxis Educacional*, 17(48), 60-77. <https://doi.org/10.22481/praxisedu.v17i48.9010>
- Nascimento, L. C. P. (2023). *Modos de educar entre jovens transvestigêneres: cartografias desejantes na universidade* (Dissertação de doutorado, Universidade Federal do Piauí). Repositório Institucional da UFPI. <https://repositorio.ufpi.br/handle/123456789/3332>
- Perazzo, S. (2012). Psicodrama grupal. In M. P. Nery & M. I. G. Conceição (Orgs.), *Intervenções grupais: o psicodrama e seus métodos* (pp. 73-93). Ágora.
- Piranda, P. B. (2025). *O processo de autocompreensão de gênero para pessoas não-binárias* (Trabalho de Conclusão de Curso, Pontifícia Universidade Católica de São Paulo). Repositório PUCSP. <https://repositorio.pucsp.br/jspui/handle/handle/45775>
- Resolução n.º 9, de 18 de julho de 2024. (2024). *Regulamenta o exercício profissional da Psicologia mediado por Tecnologias Digitais da Informação e da Comunicação (TDICs) em território nacional e revoga as Resolução CFP n.º 11, de 11 de maio de 2018, e Resolução CFP n.º 04, de 26 de março de 2020*. Conselho Federal de Psicologia. <https://atosoficiais.com.br/cfp/resolucao-do-exercicio-profissional-n-9-2024-regulamenta-o-exercicio-profissional-da-psicologia-mediado-por-tecnologias-digitais-da-informacao-e-da-comunicacao-tdics-em-territorio-nacional-e-revoga-as-resolucao-cfp-n%C2%BA-11-de-11-de-maio-de-2018-e-resolucao-cfp-n%C2%BA-04-de-26-de-marco-de-2020>
- Resolução n.º 510, de 07 de abril de 2016. (2016). Esta Resolução dispõe sobre as normas aplicáveis a pesquisas em Ciências Humanas e Sociais cujos procedimentos metodológicos envolvam a utilização de dados diretamente obtidos com os participantes ou de informações identificáveis ou que possam acarretar riscos maiores do que os existentes na vida cotidiana, na forma definida nesta Resolução. Conselho Nacional de Saúde. <https://www.gov.br/conselho-nacional-de-saude/pt-br/atos-normativos/resolucoes/2016/resolucao-no-510.pdf/view>
- Silva, B. B., & Cerqueira-Santos, E. (2018). Apoio social na autoestima e identidade social de pessoas trans brasileiras. *Psico*, 49(4), 422-432. <https://doi.org/10.15448/1980-8623.2018.4.30029>
- 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>