

PSICODRAMA

INTRODUÇÃO

O psicodrama foi criado em Viena (Áustria), no ano de 1921, pelo médico Jacob Levi Moreno, a partir do seu interesse pelos fenômenos psicológicos que ocorrem nas atividades dos pequenos grupos sociais. Inicialmente, a trajetória de Moreno está vinculada ao teatro de improvisação e ao desenvolvimento da psicoterapia de grupo, que, segundo ele, dizia respeito a uma tarefa médica, ou seja, uma maneira especial de tratar o grupo como um todo e os seus membros individualmente através da mediação do grupo. Em seu ponto de vista, a psicoterapia de grupo tem por base três raízes: a medicina, a sociologia e a religião. A primeira diz respeito aos aspectos da saúde e da manutenção da vida; a segunda, o princípio científico capaz de ultrapassar os limites do indivíduo e fundamenta o método da SOCIOMETRIA, uma sociologia dinâmica dos pequenos grupos. Por último, a religião faz referência ao significado da existência do universo como mais importante que a existência do homem enquanto indivíduo. Neste sentido, o homem é um ser cósmico, e não apenas biológico e natural e o grupo terapêutico é uma forma cósmica que vai além do social e da medicina.

O método psicodramático tenta preencher as lacunas deixadas pela psicoterapia de grupo por esta se basear apenas na linguagem verbal, que não dá conta de todo o psiquismo. É um aprofundamento da terapia de grupo e ocorre quando um membro do grupo vivencia algum problema com maior intensidade e sente necessidade de tornar viva a situação, através da encenação dramática onde ele contracenava com o grupo ou para o grupo (o que ocorrer), os papéis escolhidos por ele e/ou pelo grupo. Desse modo, acontece uma transformação natural e espontânea de uma simples psicoterapia de grupo para um psicodrama de grupo. O psicodrama pode ser definido como “método que penetra a verdade da Alma através da ação” e utiliza-se de cinco instrumentos: O cenário (palco onde acontece a ação dramática); o protagonista (ator principal); o diretor terapêutico (terapeuta, médico); equipe de terapeutas auxiliares (egos auxiliares) e o público.

Por fim, o fundamento do psicodrama é o princípio da espontaneidade criativa e a interação de todos os membros do grupo na produção dramática e a catarse de integração do protagonista. Por catarse entende-se a descarga de emoções, confissões, alívio das tensões, que ocorre através da representação onde o cliente é autor e ator, concomitantemente, do seu próprio roteiro. A catarse do psicodrama acontece a partir da relação dos vários membros do grupo que contracenam ou estão envolvidos com a encenação.

O Psicodrama se iniciou no Brasil na cidade de São Paulo, na década de 60, através da psicóloga clínica e socióloga Iris Soares de Azevedo. No ano de 1968 é fundado o Grupo de Estudos de Psicodrama de São Paulo (GEPSP), que patrocinou cursos de formação de psicodramatistas, tanto na área clínica quanto na área pedagógica. Esses cursos foram ministrados por uma equipe de psicodramatistas de Buenos Aires, pertencentes à Asociación Argentina de Psicodrama y Psicoterapia de Grupo, liderada pelo psiquiatra Jaime Guillermo Rojas Bermudez.

Após a formação da primeira turma é fundada, em 1971, a Associação Brasileira de Psicodrama e Sociodrama- ABPS. Desde então vem realizando suas atividades de formação e aperfeiçoamento de psicodramatistas. A ABPS conta hoje com aproximadamente 50 professores e supervisores formados e com diversos professores convidados em seu corpo docente. Atualmente ministra os cursos de especialização em psicodrama terapêutico e psicodrama aplicado, além de cursos de extensão e núcleos de supervisão.

REFERÊNCIAS TÉCNICAS

As técnicas utilizadas pelo Psicodrama se baseiam nos recursos teatrais. Dentre elas, consideram-se técnicas básicas: a técnica do Duplo, do Espelho e da Inversão de papéis. Elas devem ser aplicadas nesta ordem e estão fundamentadas no conceito de matriz de identidade que se refere a uma espécie de placenta social ou sócio-afetiva, à família ou entorno afetivo de onde o indivíduo tira todos os nutrientes para se tornar a pessoa que é.

Através da técnica do Duplo, alguém dá sentido ao que o indivíduo está sentindo, promovendo a identificação total. Eu e Tu são um só, assim como na primeira infância em que a criança não se diferencia do outro.

Na técnica do Espelho, ocorre a diferenciação do Eu e do Tu. Primeiro o que é diferente dele, mas pertence a ele assim como no momento em que a criança começa a reconhecer a mão como parte do seu corpo. Depois o que é diferente dele e não é dele (reconhecimento da mãe, cuidadora). Esta técnica tem correspondência com a fase em que a criança passa a se espelhar no outro para criar sua identidade.

Na Inversão de papéis, um indivíduo concretamente toma o lugar do outro, sente, age, pensa e fala como este.

A ação dramática é composta por: diretor (sempre o terapeuta); protagonista (alguém que emerge do grupo); o ego-auxiliar, ator instrumentalizado para contracenar com o protagonista, que pode emergir também do grupo ou alguém formado, preparado para atuar.

TEORIAS E TEÓRICOS DE REFERÊNCIA

Moreno, era amante do teatro e pensador do homem enquanto ser espontâneo e criativo. Ele acreditava que a espontaneidade estava na essência do ser humano, algo que ia se perdendo com o tempo e que deveria ser resgatado. Segundo Moreno a criança possui a espontaneidade como uma característica evidente ao passo que o adulto já perdeu parte dela ao longo do seu processo de socialização. Partindo desse pressuposto, Moreno criou o teatro espontâneo que possibilitava o resgate dessa essência por meio da ação espontânea baseada em matérias de jornais. Ele não trabalhava com processo terapêutico e sim com ato dramático, ou seja, ação pontual e focal. Embora tenha desenvolvido alguns trabalhos individuais, a sua proposta voltava-se para o trabalho com grupos.

Moreno sofreu influências da fenomenologia, do existencialismo e de filósofos como Henri Bergson e Soren Kierkegaard, além disso, leu muito sobre Stanislawsky.

Soren Kierkegaard, filósofo dinamarquês e pensador religioso, foi considerado o pai do existencialismo, que trata da existência humana refletindo sobre ela e considerando-a em seu aspecto particular, individual e concreto buscando conhecer-se na relação com o mundo e consigo próprio, de modo que possa dar respostas diferenciadas entre suas necessidades e as exigências que vêm de fora.

Já a psicoterapia fenomenológica existencial repousa numa ação engajada com o paciente, no sentido de abrir certas formas de existir fechadas, repetitivas e que acarretam sofrimento e incapacidade de auto-realização, para novas possibilidades estruturais de existência. Grande parte do seu trabalho trata de problemas religiosos, das emoções e dos sentimentos dos indivíduos ao enfrentarem as escolhas da vida.

Henri Bérson foi um filósofo e escritor francês, cuja filosofia está em estreita relação com o positivismo do século XIX e com o espiritualismo francês, com os quais tenta elaborar uma original simbiose. Buscando a superação do positivismo, Bergson apóia-se no positivismo evolucionista de Spencer e esforça-se por transferir os princípios positivos para o campo das ciências humanas e da religião, valendo-se de um princípio de explicação de toda a realidade: a evolução. De acordo com Bergson, o homem é capaz de superar o domínio da inteligência e de guardar o impulso criador, superando o nível estático da moral e da religião até transcender plenamente o élan vital, o impulso vital, que, definitivamente, é de Deus, se não é o próprio Deus.

Outro teórico de referência é Rojas Bermudez, um psicodramatista colombiano radicado na Argentina que, além de difundir as idéias de Moreno, criador do psicodrama, organizou uma programação teórico-prática visando fundamentar os princípios e técnicas do Psicodrama e construiu a teoria do Núcleo do Eu. Esta foi a primeira teoria de personalidade de origem latino-americana e acrescentou neuropsicologia ao Psicodrama.

Bermudez, psicanalista, trabalhava com crianças e psicóticos, mas se sentiu insatisfeito com a psicanálise e fez o curso de formação em Psicodrama com Moreno. A Teoria do Núcleo do Eu que tem uma correspondência com as formas anatômicas, com a embriologia e com a fisiologia desde o nascimento do ser humano até a estruturação básica de sua personalidade, ao redor dos 2 anos. A partir desta estrutura a qual ele chamou "núcleo do eu", ao ser humano vão se agregando novas vivências e conhecimentos que resultarão no desempenho de papéis sociais, normais ou patológicos, do indivíduo adulto. É uma teoria que partindo do biológico inclui o social, em sua estruturação. Desta maneira se mantém, por um lado, a rigidez do genético e, por outro, a flexibilidade e multipotencialidade do indivíduo.

FORMAÇÃO EM PSICODRAMA

O curso de formação em Psicodrama é dividido em 3 níveis, o primeiro para ser intitulado Psicodramatista, em seguida o Psicodramatista Didata e após o Psicodramatista Didata Supervisor. Esses níveis são encadeados de forma que um é pré-requisito para o outro, não podendo ser feito de forma aleatória. Vale ressaltar, que para os profissionais da área de medicina e psicologia o foco é psicoterápico e para os profissionais de outras áreas o foco é Sócio-Educacional.

A formação inicial, a de psicodramatista, poderá ser feita por graduandos do último ano e graduados em qualquer área acadêmica. Para tanto, o profissional precisará freqüentar aulas ministradas por Psicodramatistas Didata e/ou Psicodramatistas Didata-Supervisor, deverá ser feita uma monografia e para os que possuem foco psicoterápico é necessário que seja feita uma psicoterapia psicodramática feita por um Psicodramatista Didata.

No segundo nível, o de Psicodramatista Didata deverá disponibilizar horas para o espaço curricular de Seminário de Pesquisa nos diferentes campos de trabalho e horas de supervisão com Psicodramatista Supervisor. Neste estágio também deve ser elaborado uma produção científica (artigo ou monografia).

O último estágio é a formação do Psicodramatista Supervisor, os profissionais que desejarem esta titulação deveram ter passado pelos níveis supracitados. Os profissionais deverão passar por horas de metodologia e didática da abordagem, supervisão do papel de Psicodramatista Didata Supervisor e monitoria nos espaços curriculares do Curso de Formação do Psicodramatista ou de Formação do Psicodramatista Didata. Neste estágio o profissional deverá elaborar uma monografia que posteriormente deverá ser defendida numa banca.

Esses três cursos são oferecidos por associações credenciadas a Federação Brasileira de Psicodrama (FEBRAP). Contudo, os certificados de titulação são expedidos pela FEBRAP. Toda equipe formadora também deverá estar titulados e credenciados pela Federação.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O psicodrama nasce da percepção do seu criador de que através dos recursos teatrais era possível resgatar a espontaneidade enquanto essência do ser humano. Este propicia a reelaboração de significados através do desenvolvimento da espontaneidade, dando ao paciente a capacidade de resignificar situações passadas ou de lidar de maneira adaptada com novas experiências. É através das vivências de experiências reais, em que os conflitos são trazidos à tona, que o indivíduo consegue obter alívio para o seu sofrimento.

Esta abordagem se utiliza de uma diversidade de técnicas dentre as quais destacam-se como básicas: Duplo, Espelho e inversão de papéis, levando em conta todo processo de ação dramática. Vale mencionar que para se tornar um psicodramatista se faz necessário um curso de formação, além de ressaltar a importância de um trabalho pessoal.

BIBLIOGRAFIA

BUSTOS, D. M. Psicoterapia psicodramática. São Paulo: Editora Brasiliense, 1979.

MORENO, J. L. Psicoterapia de grupo e Psicodrama. 5. ed. São Paulo: Editora Mestre Jou, 1974.

www.febrap.com.br