

LUTAS MICROPOLÍTICAS CONTRA AS CONSERVAS COLONIAIS DO PATRIARCADO: psicodrama e liberdade¹

Ludimila Grasielle de Oliveira²

Érico Douglas Vieira³

RESUMO

Este trabalho tem como objetivo evidenciar a potencialidade do Psicodrama como possibilidade de intervenção psicoterápica e psicodramática no que se refere à necessidade de enfrentamento às conservas coloniais do patriarcado impostas às mulheres na contemporaneidade. As teorias e técnicas presentes no Psicodrama podem e devem ser utilizadas como recurso de enfrentamento social e promoção de liberdade, pois elas proporcionam um resgate da espontaneidade e criatividade que promovem uma emancipação dos papéis sociais, e neste trabalho em específico, será discutida a emancipação do papel feminino na sociedade. Para promover uma reflexão acerca dessa temática, realizou-se uma pesquisa bibliográfica e um estudo de caso de um processo psicoterápico bipessoal realizado com uma mulher, que devido a situações de exposição de seu corpo em rede social sem sua permissão e a momentos de opressão sofridos no decorrer de sua vida, apresentou a necessidade de resgate de sua espontaneidade e ressignificação de seu papel feminino. Durante o acompanhamento psicoterápico psicodramático foram utilizadas técnicas como duplo, espelho e dramatização, perpassando pelo processo de aquecimento inespecífico e específico, bem como o compartilhar. Por meio dessas técnicas e mais especificamente de uma dramatização que será discutida neste trabalho, foi possível identificar o resgate da espontaneidade e movimentos de enfrentamento à opressão sofrida por essa mulher, bem como a potencialidade do Psicodrama enquanto ferramenta de enfrentamento às micropolíticas coloniais conservadoras.

Palavras-chaves: psicoterapia psicodramática bipessoal; feminino; espontaneidade; conserva cultural; conservadorismo.

ABSTRACT

This work aims to highlight the potential of Psychodrama as a possibility of psychotherapeutic and psychodramatic intervention with regard to the need to confront the cultural restrictions imposed on women in contemporary times. The theories and techniques present in Psychodrama provide a rescue of spontaneity and creativity that promote an emancipation of social roles. In this specific work, the emancipation of the female role in society will be discussed. To promote reflection on this topic, a bibliographical research was carried out and a case study of a two-person psychotherapeutic process carried out with a woman, who, due to situations of exposing her body on social media without her permission and moments of oppression suffered throughout her life, she presented the need to rescue her spontaneity and resignify her feminine role. During the psychodramatic psychotherapeutic follow-up, psychodramatic techniques and dramatization were used, going through the process of non-specific and specific warm-up, as well as sharing. Through these techniques and more specifically a dramatization that will be discussed in this work, it was possible to identify the recovery of spontaneity and movements to confront the oppression suffered by this woman.

Keywords: bipersonal psychodramatic psychotherapy; feminine; spontaneity; cultural conservation; conservatism.

¹ Trabalho apresentado no 24º Congresso Brasileiro e 2º Congresso Latino-Americano de Psicoterapia de Grupo realizado na PUC Minas, em Belo Horizonte, em setembro de 2024.

² Psicóloga clínica e Psicopedagoga. E-mail: ludimilagrasielle@gmail.com

³ Professor do Curso de Psicologia Universidade Federal de Jataí. E-mail: ericopsi@yahoo.com.br

INTRODUÇÃO

Este trabalho parte do pressuposto de que o Psicodrama, com seus recursos metodológicos e teóricos, oferece possibilidades potentes para a luta da emancipação das mulheres com relação às conservas culturais do patriarcado na contemporaneidade.

Jacob Levy Moreno, criador do Psicodrama, desde cedo vive experiências que ele denominou como espontâneas. Como uma pessoa visionária e sonhadora, enxergou o ser humano como um ser cósmico, espontâneo e criador; acima de tudo, capaz de transformar o mundo em um lugar menos desigual e mais espontâneo no sentido de que todos poderiam realizar atos criativos. Em seus anseios revolucionários, ele idealizava uma sociedade na qual as forças sociais repressoras, conservadoras e mantenedoras da subjugação do outro fossem desmanteladas e dessem lugar à criação. Tal utopia revolucionária localiza o nascimento do Psicodrama com um caráter político declarado como proposta para a transformação social (Massaro, 2020).

A Revolução Criadora era um projeto moreniano que visava ao fortalecimento das forças vitais subjetivas, relacionais e sociais como forma de contraposição às conservas cristalizadas e padrões sociais opressores. Conservas cujo intuito era homogeneizar as pessoas, anular suas singularidades, produzindo existências empobrecidas neste sistema social que visava apenas à manutenção dos poderes (Vieira, 2017).

Moreno (1975) apostava nos laços sociais de cocriação, na tele, como possibilidade de encurtamento da distância entre o eu e o outro, como elemento de integração social. A tele representa a possibilidade de relações solidárias de envolvimento com o outro na criação de novos caminhos relacionais e sociais; a espontaneidade e criatividade como elementos de rupturas com padrões sociais opressores e como postura ativa, atuante e integrante das situações; recusa em se conformar com as injustiças do mundo, impulso para transformar os aspectos insatisfatórios da realidade; revolução Criadora que seria uma proposta atual diante das ameaças contemporâneas à vida democrática.

Moreno (1975) aponta ainda que a espontaneidade seria um recurso de verificação da saúde do sujeito, dos seus papéis e das suas relações. No presente estudo, utilizaremos a teoria da espontaneidade e criatividade, bem como o conceito de conserva cultural. Abordaremos o conservadorismo do ponto de vista social para a discussão e análise de um caso clínico de uma mulher e suas lutas cotidianas em relação ao patriarcado.

Neste estudo, será utilizada a adaptação já realizada por diversas (os) autoras (es) da utilização do Psicodrama no atendimento clínico individual, o Psicodrama Bipessoal. Neste sentido, Lima (1990, p. 12) afirma que o “Psicodrama Bipessoal não é traçado em oposição ao outro, de maneira a descaracterizá-lo em sua riqueza e, sim, a partir do resgate do genuíno pensamento criador”.

Apresentaremos o estudo de um caso clínico de uma mulher, branca, bissexual, estudante, 21 anos, nascida em uma cidade pequena do interior de Minas Gerais e agora residente em Uberlândia, a maior cidade do Triângulo Mineiro. Ela está em atendimento desde maio de 2023, apresentando um sofrimento psíquico que se dá a partir de um adoecimento do seu papel de mulher que é atravessado por cristalizações e estereótipos impostos ao corpo feminino, com queixas relacionadas às vivências de situações opressoras. Esse caso será relatado a partir da apresentação de cenas psicodramáticas realizadas durante o acompanhamento bipessoal e suas respectivas reverberações individuais, relacionais e sociais. A análise e discussão se darão a partir do referencial teórico do Psicodrama.

REVISITANDO O CONCEITO DE ESPONTANEIDADE

O Psicodrama, com sua riqueza metodológica e teórica, proporciona uma análise da relação do sujeito e do mundo que se faz de forma subjetiva, relacional e social, visto que é pela relação que se alcançam cocriações transformadoras. A teoria da espontaneidade é o fundamento filosófico do Psicodrama. Segundo Moreno (1975, p. 153), a espontaneidade “é o fator que faz parecerem novos, frescos e flexíveis todos os fenômenos psíquicos. É o fator que lhes confere qualidade a momentaneidade”. Portanto, a espontaneidade pode ser entendida como um indicador de saúde do sujeito, como ele se posiciona diante do mundo, como está o desempenho dos seus papéis e suas relações.

Moreno (1975, p. 97) argumenta que não possuímos um reservatório de espontaneidade, mas que esta pode ser desenvolvida e manifestada pela ação: “A evolução consciente através do treino da espontaneidade abre novos horizontes para o desenvolvimento da raça humana”. Tal treino, no entanto, não seria a conservação ou a cristalização da espontaneidade, mas sim a tomada de consciência de que é por meio de ações espontâneas e criativas que inquietações e sofrimentos podem se transformar em novos caminhos existenciais.

Fonseca (1980, p. 11) aponta que a espontaneidade é alimentada pela própria espontaneidade, acontecendo em um ato instantâneo, alcançando a borda entre o humano e o cósmico; ele diz ainda que “a patologia da espontaneidade apareceria em termos quantitativos, podendo ser também uma pseudoespontaneidade e espontaneidade sem criatividade”. Portanto, a quantidade de ações sem a qualidade do momento provoca criação sem espontaneidade ou, como bem dito, pseudoespontaneidade. Sendo assim, uma vez que a espontaneidade está intimamente ligada à criação, pressupomos que a espontaneidade sem criação representa uma dificuldade em materializar um ato criador a partir de um estado espontâneo.

Na sua conceituação mais consagrada e muito utilizada pela comunidade psicodramática, a espontaneidade é a capacidade que o indivíduo tem de dar uma resposta nova e adequada a uma nova situação ou uma resposta nova a uma situação antiga que se repete (Moreno, 1975). O sujeito espontâneo seria mais adequado e seria capaz de romper com a repetição.

Naffah Neto (1997) em sua obra *Psicodrama: descolonizando o imaginário*, problematizou a ideia de adequação no conceito moreniano de espontaneidade. Na verdade, não há um mundo separado do sujeito, ao qual este precise se adequar. O que existe é uma relação de interioridade e de solidariedade entre sujeito e mundo. A espontaneidade seria a retomada dessa relação de continuidade entre sujeito e mundo, com uma conseqüente presença ativa e transformadora. A espontaneidade representa “a abertura do corpo, do aspecto sensório-motor, que alarga os horizontes e busca apreender a realidade em sua multiplicidade” (Vieira, 2020, p. 65). A percepção mais ampliada da realidade também é uma característica dos estados espontâneos, com a produção de aberturas do corpo que tenta apreender a realidade de uma forma mais contemplativa, profunda, em rupturas com reações automatizadas.

Pode-se pensar que a adequação seria mais uma aproximação de si mesmo, de integração consigo mesmo. Não teria a ver com adequar-se ao desejo e imposição do outro. Em uma vertente política, que se refere à luta de pessoas e grupos para produzir diferenciações criativas diante das relações de poder da ordem vigente, a espontaneidade

[...] seria o veículo para a recriação de si mesmo e do mundo através da diferenciação, de busca de outras formas de ser, de outras sensibilidades e de outras percepções. Os movimentos sociais, as minorias, os desvios criativos só podem ser possibilitados por recusas criativas em se submeter às produções subjetivas dominantes (Vieira, 2017, p. 65).

Os estados espontâneos podem ser alcançados por meio de uma abertura para ampliação de consciência para ações transformadoras no mundo. Pelos atos criadores, podemos romper com padrões sociais conservados, cujo único intuito é promover adoecimentos, subjugações, cristalizações que estejam atreladas à ideia de normalidade. Normalidade esta, que segundo Pierre Weil, Jean Leloup e Roberto Crema (2014), diz respeito às ações, pensamentos e vivências que são socialmente aceitos, mas prejudiciais em diversos níveis – existencial, relacional e social. Vomero (2024, p. 37) aponta que por mais que Moreno tenha criado uma

[...] teoria que se interessa pelo debate ético e ideológico, sendo impossível ocupar o campo da neutralidade política [...], ele ainda ocupava um lugar de privilégio hierárquico exercido nas relações de poder. Foi um homem branco, cisgênero, heterossexual e criador de uma ciência que nasceu na Europa e teve sua segunda fase desenvolvida nos Estados Unidos.

Tal aspecto nos convoca a fazer releituras e ressignificações das propostas morenianas, pensando o nosso contexto latino-americano de injustiças estruturais seculares, para que possamos atualizar a Revolução Criadora.

Nesse sentido, Vieira (2017) propõe uma ressignificação do conceito de espontaneidade, que poderia estar situada nas buscas de uma atitude mais crítica, reflexiva e criativa diante das imposições dos mecanismos sociais opressores, transcendendo o enfrentamento à rotina e à monotonia. É preciso pensar quais seriam as forças sociais aprisionadoras do nosso tempo e do nosso contexto histórico cultural brasileiro e latino-americano.

No nosso tempo contemporâneo, a alienação da espontaneidade ainda é uma ideia muito atual. Na sociedade do desempenho, a nossa ação no mundo é ditada por uma liberdade camuflada, já que na prática somos colocados apenas como ferramentas da sociedade, a fim de cumprir um papel: produzir e desempenhar, em uma lógica empresarial que colonizou as subjetividades (Han, 2018). Com isso, alimenta-se a ideia falsa de protagonismo e de espontaneidade, ou pseudoespontaneidade. Assumir e potencializar a espontaneidade por meio desse modo mais crítico e reflexivo é essencial, pois “através do Psicodrama, podemos buscar novos valores, refletir sobre a existência, viver algo novo, testar novas formas de estar no mundo [...] [e] contribuir para a emergência do novo a serviço da criatividade, e não da novidade atrelada ao mercado consumidor” (Merengué, 2009, p. 6).

A partir dessa perspectiva, a busca por uma vida mais espontânea, com uma presença mais viva e atuante, com um desenvolvimento de consciência mais crítica e reflexiva sobre as

conservas culturais e sociais que nos colonizam, nos coloca na possibilidade de produzir desvios criativos diante da sedução do mercado e dos apelos de produtividade excessiva, da aceleração. A Revolução Criadora é uma proposta atual que intenta uma luta política em relação aos aspectos conservados da realidade social.

OS IMPACTOS DAS CONSERVAS COLONIAIS E DO CONSERVADORISMO NO PAPEL DA MULHER

Os atos criativos geram um produto final cristalizado, uma conserva cultural (Moreno, 1975). Em sua Revolução Criadora, Moreno questionava o apego excessivo da civilização com essa parte final de um ato criativo, como se estivesse alertando que as pessoas haviam esquecido da parte da criação propriamente dita. O produto cristalizado foi valorizado, em detrimento do ato criador e suas incertezas. O Psicodrama primitivo representou a busca em romper com padrões sociais cristalizados e na dissolução de formas sociais opressoras. Moreno teceu fortes críticas à cultura que atrofiava as forças criativas do ser humano (Vieira, 2017). As conservas culturais podem representar forças antirrevolucionárias, negando o novo. Forças disciplinadoras que podem ser reproduzidas na atualidade por meio dos dispositivos que controlam determinados corpos, produzindo e reproduzindo dominação (Vomero; Nery, 2023, p. 4).

O uso da conserva como força disciplinadora e dominadora promove um “apego doentio pelo mesmo” [conserva], sendo que a “manutenção dessa ordem [conserva] é feita de vigilância e controle” (Merengué, 2009, p.111). Além da perda da espontaneidade, da cristalização dos papéis, da diminuição de repertórios de ação, há uma pressão para a submissão aos padrões impostos e vigiados pelos defensores das conservas culturais rígidas, representados por forças sociais conservadoras.

As psicodramatistas Laura Vomero e Penha Nery (2023) elaboraram a interessante ideia de Conserva Colonial como uma forma de ampliar a discussão sobre o conceito de conserva cultural de Moreno. As autoras acreditam “na importância de um conceito – conserva colonial – que exponha a existência de um *locus* de violência causador de mortes físicas e simbólicas e que está diretamente relacionado ao capitalismo, à modernidade e à colonialidade” (Vomero; Nery, 2023, p. 4). As conservas coloniais representam a insistência

com a manutenção da tradição e da ordem, da manutenção de exclusões e invisibilidades de grupos que sempre foram oprimidos.

Nesse sentido, o patriarcado é um sistema de dominação que se apoia em conservas culturais coloniais. Trata-se de um conceito presente na literatura feminista, utilizado para promover discussões sobre as relações de poder entre homens e mulheres. No sistema patriarcal, as mulheres seriam subordinadas aos homens, experimentando diversas opressões como menores salários, sobrecarga de atividades nos ambientes profissional e doméstico, restrições na liberdade de ir e vir nas cidades. Em geral, as mulheres ainda sofrem restrições na expressão de suas vivências, ainda precisam conquistar espaços para terem voz e autonomia (Aguiar, 2000). O patriarcado é um sistema conservador e mantenedor do capitalismo.

O Psicodrama com toda sua potência pode ser uma ferramenta de enfrentamento às desigualdades do sistema social patriarcal capitalista, via de dissolução das conservas culturais coloniais. Um Psicodrama descolonizado, nos dizeres de Naffah Netto (1997) pode ser uma ferramenta catalisadora de transformação social e de desenvolvimento de uma consciência social crítica.

O Psicodrama apresenta interessantes reflexões sobre as relações entre sujeito e sociedade. Moreno (1975) elabora o conceito de Matriz de Identidade, postulando que passamos por situações afetivas e relacionais no início da vida, no âmbito familiar, que instauram formas de condutas no sujeito. A família seria o primeiro lugar de transmissão de valores sociais, podendo reproduzir tradições e costumes da ordem vigente que restringem a liberdade e a espontaneidade de seus membros. Reich (2001), em suas teorizações sobre o fascismo, discutiu o papel da família autoritária patriarcal, que se fundamenta na dominação da mulher e na socialização de crianças com base no medo e na submissão. Essas pessoas subjugadas pela autoridade patriarcal teriam propensão a escolherem líderes políticos autoritários, além de se tornarem carentes de expressão vital e espontaneidade. Percebe-se que o conservadorismo presente no Brasil ainda gesta famílias que funcionam nessa lógica de dominação e submissão.

Os primeiros papéis nascem nesta placenta social, que é a Matriz de Identidade (Moreno, 1975). O papel seria uma unidade de conduta de um sujeito em interação e ação. Os papéis se formam a partir de cristalizações de repertórios de ações que podem ser prejudiciais, demandando sempre um questionamento e a necessidade de recriação desses papéis. Os

poderes da ordem vigente nos atravessam, prescrevendo normas e indicando determinados comportamentos, prometendo, de forma sedutora, segurança e conforto (Merengué, 2009).

O patriarcado é um sistema social de dominação da mulher, que busca manter a ordem pela manutenção dos papéis tradicionais da mulher. O papel da mulher, historicamente, passa por lugares de adoecimento e inferiorização desde o período da Idade Média. Nessa época, as mulheres e seus corpos estavam intrinsecamente associados ao misticismo e a bruxarias. Eram seres venenosos no período menstrual, podendo adoecer homens e crianças ao seu redor. Mesmo na Modernidade, permanece o estigma das mulheres ligadas à bruxaria, como forma de afirmação das normas do progresso moderno capitaneado pela racionalidade masculina (Vomero; Nery, 2023).

A inferiorização da mulher foi construída historicamente com a supremacia masculina, numa hierarquia em que o sexo masculino detém o poder e controla a organização da sociedade (Zendoron; Seminotti, 2011). Os papéis ficam atrelados a uma visão essencialista e de cunho biológico, como argumenta Coria (1997, p. 53): “Os homens situam-se na esfera da produção e do público, enquanto as mulheres permanecem voltadas à reprodução e ao doméstico, ao privado”. Tal rigidez conforma uma organização social que oprime as mulheres, restringindo as possibilidades de realização delas como sujeito.

As resistências surgem a partir das lutas feministas, questionando o essencialismo biologista e demandando o reconhecimento dos direitos das mulheres (Nascimento; Oliveira, 2007). Com isso, ocorre uma certa mitigação do patriarcado, com a abertura de possibilidades de vivência de papéis com maior fluidez. As interseccionalidades também foram questionadas, com a visibilidade de outras opressões como as de raça, de orientação sexual e de idade. A ideia de um sujeito universal está sendo desconstruída. O Ocidente construiu o lugar de referência de homem branco, cisgênero, heterossexual, cristão, conservador e de classe incluída. Quanto mais a pessoa desviar e se distanciar desse padrão, menos humana seria; menos valorização social receberia (Silva, 2024).

Portanto, o patriarcado é um sistema de manutenção de conservas culturais que se cristalizam em papéis sociais que subordinam as mulheres e que afetam sobremaneira sua saúde mental. As mulheres reivindicam maior diversidade e flexibilidade no cotidiano da vida social. A multiplicidade de papéis é, para o referencial do Psicodrama, um critério de saúde. Quanto maior a diversidade de papéis assumidos por uma pessoa, maior suas possibilidades de ações criativas e espontâneas (Zendron; Seminotti, 2011). Apostamos em um Psicodrama

revolucionário para lutar contra as dominações do patriarcado, como sistema de dissolução de conservas culturais e de transformação social.

MÉTODO

Neste trabalho, serão apresentados alguns recortes do processo psicoterapêutico psicodramático bipessoal de uma mulher, branca, bissexual, estudante, 21 anos, advinda de uma cidade pequena do interior de Minas Gerais e agora residente em Uberlândia. Ela está em atendimento desde maio de 2023 até o presente momento (outubro de 2024), tendo buscado a psicoterapia com queixas de sofrimento emocional intenso, decorrentes de uma relação adoecida com o próprio corpo que já foi assediado, violado e exposto em redes sociais de forma inadequada e sem sua permissão. Ela também apresentou vivências de situações em que sofreu violências psicológicas e outras opressões relacionais e sociais.

Por meio do processo de mudanças facilitado pela psicoterapia, foi possível identificar intervenções psicodramáticas que auxiliaram a cliente a criar respostas mais espontâneas diante de seus dramas vivenciados. Além disso, buscou-se realizar uma análise utilizando-se da filosofia e da teoria psicodramáticas como ferramentas de enfrentamento e de modificação de aspectos sociais que causam sofrimento, a partir da transformação de valores e de modos de existência.

A cliente autorizou a utilização do seu caso para fins de pesquisa e de publicação por meio da assinatura de um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Ela não será identificada, sendo utilizado um nome fictício. Para melhor aprofundamento e análise do caso, foram utilizados os registros das sessões transcritas neste trabalho. Tais registros representam um procedimento obrigatório a todo profissional de Psicologia, conforme Resolução nº 001/2009, do Conselho Federal de Psicologia (2009). Esse material aborda as demandas apresentadas pela cliente, as interações entre psicoterapeuta e cliente, as intervenções e técnicas utilizadas e as ressonâncias e impressões da psicoterapeuta. O processo de psicoterapia foi conduzido pela primeira autora deste trabalho.

Este trabalho respeita os princípios éticos conforme Resolução nº 510/2016, do Conselho Nacional de Saúde (Brasil, 2016), que afirma:

não serão registradas nem avaliadas pelo sistema [Comitê de Ética em Pesquisa] CEP/[Comissão Nacional de Ética em Pesquisa] CONEP: VII – pesquisa que

objetiva o aprofundamento teórico de situações que emergem espontânea e contingencialmente na prática profissional, desde que não revelem dados que possam identificar o sujeito.

A HISTÓRIA E AS CENAS PSICODRAMÁTICAS

A cliente, que aqui será identificada como Maria, procurou o acompanhamento psicológico com queixas de sofrimento emocional intenso, uma tentativa de suicídio, comportamentos de automutilação e ideias suicidas constantes em nível de planejamento. Nas primeiras sessões, ao relatar a sua história, Maria expressou o quanto sofria com seu corpo, por ter um “corpo padrão e magro”. Além disso, era difícil habitar esse corpo que já foi assediado, violado e exposto em redes sociais de forma inadequada e sem sua permissão, com o vazamento de uma foto íntima sua.

Com o decorrer do processo, ela mostrou os reflexos de repressões sofridas durante sua adolescência no que se refere aos seus desejos e à sua sexualidade. Maria se apresentou da seguinte forma:

Sempre fui uma menina doidinha, saía, me divertia, ficava com quem queria. Já machuquei muita gente por ser assim, perdi meus amigos, apanhei do meu pai e ouvi coisas absurdas. Me chamavam de vagabunda, de puta e de vários nomes perversos. Se falaram tanto isso, então é verdade, né?! Devo ser assim mesmo, doida da cabeça e vagabunda (Maria).

Essas violências foram direcionadas a ela todas as vezes que se permitia atender aos seus desejos e vontades, assim como também era julgada sobre algo que não tinha feito. Maria tinha dificuldades em saber sobre si mesma diante dos julgamentos e estigmas que sofreu. Ela apresentava bloqueios para impor limites e para exercer sua autonomia.

Após um histórico de violências, Maria teve uma foto íntima exposta em uma rede social, sem sua permissão. Ela não pediu auxílio para ninguém, tendo em vista que não contava com uma boa rede de apoio naquele momento. Maria então negou para si mesma que era ela na foto, em um processo de negação mais ampla. Negou o próprio corpo, começou a negar a própria vida e sua existência. Ela havia perdido os próprios contornos de sua identidade. Perdeu sua essência, sua espontaneidade e passou a viver em um mundo de fantasia, no qual deveria a qualquer custo deixar de ser a “vagabunda” que todos diziam que ela era. Para isso, ela criou para si uma personagem que é “forte, que aguenta tudo, que faz tudo, que resolve tudo e que é perfeita”. Ela se dessensibilizou, e seu mundo passa a ser cinza, cumprindo as expectativas do outro.

Durante o processo psicoterapêutico de Maria, em diversos momentos foram abordadas questões sociais e políticas que atravessavam sua história, escolhas e sofrimentos. Principalmente a divergência de ideias e crenças entre ela e seus familiares. De acordo com suas palavras, ela se percebe como “mais consciente e atual, enquanto os familiares são mais conservadores e arcaicos, como se ainda estivessem vivendo em outra época da nossa sociedade”. (Maria)

Em uma sessão específica, em agosto de 2023, na tentativa de fazer com que ela entrasse em contato consigo mesma e pudesse começar a descobrir quem ela queria ser, após um período considerável de conversa e aquecimento inespecífico, foi proposta a realização de uma cena psicodramática. Dando início à cena, como aquecimento específico, foi pedido a Maria que ela entrasse em contato internamente com seus desejos e começasse a falar deles, mas ela não conseguiu. Mudando o foco da cena, o aquecimento passou a ser um pedido para que ela elencasse tudo o que a fazia se sentir presa, confusa e que ela entendesse como os motivos de seu sofrimento. Maria foi nomeando esses fatores enquanto a terapeuta/diretora atribuiu tais nomes a algumas almofadas da sala. Surgiram então os personagens pai, mãe, rapaz que divulgou a foto, colegas de faculdade e pessoas que criticavam a sua sexualidade.

Foi pedido à Maria que ela organizasse as almofadas e seus respectivos personagens em uma ordem de importância, ou como ela mesmo entendeu, “o que causava mais dor”. Ela resolveu unir pai e mãe em um único personagem intitulado de “família”. Em seguida, a terapeuta/diretora fez a seguinte pergunta: “Você resolveu unir esses dois personagens em um, mas se uníssemos tudo isso em uma coisa só o que viria?” Maria reuniu todos os personagens em um só e os nomeou como “sociedade”.

Ela estava mobilizada nesse momento, mas tinha dificuldades em acessar e expressar suas emoções. A terapeuta/diretora percebeu que o sofrimento de Maria tinha a ver com questões políticas e sociais, e a convidou a tomar algum posicionamento diante da sociedade: “Bom, Maria, a sociedade está aqui na sua frente e ela está dizendo todas as coisas ruins que você já ouviu, está te julgando, te criticando e te menosprezando. Tem algo que você queira fazer ou dizer a ela?”. Maria nega com a cabeça, e a diretora faz um duplo⁴: “Eu queria dizer muito, mas ainda não dou conta”. Maria senta na poltrona e se permite chorar um pouco, mas pede para parar, pois está com medo de ter uma crise de ansiedade. A diretora a acolhe e encerra a cena.

⁴ Duplo é uma técnica do Psicodrama na qual o terapeuta busca primeiramente imaginar como é estar no lugar do cliente e expressa como se fosse o cliente seu mundo interno.

Em janeiro de 2024, após várias interações terapêuticas com a utilização de duplos, outras cenas psicodramáticas e uma evolução considerável, Maria chega a uma sessão relatando alguns eventos nos quais ela conseguiu se posicionar e se defender de pessoas que ela considerava como invasivas, que faziam comentários que lhe traziam sofrimento. A terapeuta/diretora relembra Maria sobre a cena acima apresentada, argumentando que seus movimentos de estabelecer limites seriam enfrentamentos a essas invasões e violações que sofremos da sociedade. Questiona se aquela cena acontecesse nessa sessão, se ela se sentiria capaz de enfrentar a sociedade. Maria responde que não sabe e desconversa. A sessão continua acontecendo, até que espontaneamente Maria pede para refazer a cena.

A terapeuta/diretora propõe o mesmo aquecimento, e Maria nomeou separadamente os personagens: o pai, a mãe, o rapaz que divulgou a foto, os colegas de faculdade e as pessoas que criticavam sua sexualidade. Dessa vez foi acrescentada uma nova almofada intitulada como “sociedade”. Maria coloca esta almofada à frente, ficando todas as outras almofadas/personagens atrás. Enquanto Maria olhava para tudo aquilo, a diretora fez o convite: “Maria, a sociedade está aqui, ela já te ofendeu, te bateu, disse coisas absurdas a você e parece que, por mais que você resista, ela continua ali. O que você tem a dizer a ela?” Maria decide enfrentar a sociedade, dizendo com veemência: “Você não vai mais ditar quem eu sou, não vai mais me machucar, porque eu te perdoo e perdoo tudo que você fez comigo”. A terapeuta/diretora solicita uma inversão de papéis. Pede que Maria assuma o lugar da sociedade, enquanto a própria terapeuta/diretora assume o lugar de Maria. Neste papel, a terapeuta/diretora repete tudo que Maria havia dito, e ela enquanto sociedade responde de imediato, afirmando que continuará a atacar Maria mesmo ela dizendo que a perdoava. A terapeuta/diretora, ainda no papel de Maria, responde dizendo que tudo bem, que ela sabia disso e que mesmo assim ela escolhia perdoar. Mas também escolhia zelar pela sua paz, se conectar consigo mesma ao ponto de tudo aquilo não ter tanto peso mais e encerra fazendo o movimento de se levantar e sair de frente da sociedade dizendo: “eu sei quem eu sou agora!” (terapeuta/diretora - no papel de Maria).

A cena é encerrada, cada uma sai dos papéis anteriormente atribuídos. No entanto, Maria pede para fazer mais uma cena. Pega a almofada, anteriormente atribuída ao rapaz que divulgou a foto, diz querer conversar com ele e assim o faz. Naquele palco psicodramático, ela disse a ele tudo o que sentiu e tudo o que passou durante sua adolescência; se emociona e no final o perdoa e pede que ele entenda que as ações têm consequências e que ele tenha mais consciência e amadurecimento. Novamente a cena é encerrada e, dessa vez, Maria se dá por

satisfeita e comenta: “Estou me sentindo aliviada! Me sinto mais forte agora!”. Durante o compartilhar após a cena, ela entendeu que esperar a mudança do outro é algo que não faz sentido, mas afirma que a sensação de perdoar foi libertadora.

ANÁLISE PSICODRAMÁTICA

Partindo do pressuposto de que a espontaneidade é a retomada da relação de continuidade entre sujeito e mundo (Naffah Neto, 1997), podemos presumir que Maria teve um ato espontâneo ao encontrar, como sua resposta adequada, o enfrentamento e o perdão da ideia conservada da sociedade presente em sua realidade. Portanto, segundo Moreno (1975), este ato espontâneo fez com que essa resposta – perdão – ao fenômeno psíquico – exposição – fosse nova e fresca, trazendo qualidade à momentaneidade, o que proporciona a Maria uma retomada da relação Eu-Mundo, com o alcance de uma autonomia antes não vivenciada.

Pode-se pensar que esse perdão esteja atrelado a uma crença judaico-cristã, uma submissão ou uma tentativa de Maria de entrar em uma postura dócil, que geralmente perpassa o controle dos corpos das mulheres. É necessário problematizar que a pressão para perdoar o agressor seria uma nova violência. Em casos de violência, a conciliação pode ser uma negação da responsabilidade do agressor. Além da exposição a uma nova violência, essa ideia moral de conciliação prejudica a vítima para que ela alcance uma posição de um sujeito de direitos.

O perdão de Maria pode ser fruto de uma pressão social de que as mulheres devem sempre perdoar, não podem nunca se revoltar. Uma sociedade patriarcal e conservadora sempre teme mulheres livres e independentes, como argumenta Reich (2001, p. 98): “A mulher sexualmente consciente, que se afirma e é reconhecida como tal, significa o colapso completo da ideologia autoritária. A família autoritária e éticas moralistas são forças reacionárias de importância decisiva”. Por isso, Maria enfrentou punições e represálias, por ter buscado uma vida sexual livre e de experimentações. Sua foto íntima exposta é uma punição do patriarcado por agir sem amarras. Ela se fechou, se encolheu e perdeu sua espontaneidade. Agora, perdoar essas violências poderia ser uma tentativa de reprimir sua agressividade, que seria uma resposta natural diante das opressões sofridas.

No entanto, por outro lado, esse ato pode ter significado um fortalecimento de suas forças vitais de resistência às conservas culturais, pode ter sido uma resposta na qual ela não

mais se prende aos opressores pela raiva; se sente livre. Seria sua Revolução Criadora pessoal, um início de um processo de ampliação da percepção de si e do mundo, uma busca de se fortalecer para não ser mais anulada e subjugada, ocupando um novo lugar social de uma presença ativa e atuante (Vieira, 2017).

Esse ato espontâneo fez com que ela ressignificasse o seu papel de mulher. Papel este que passa por lugares de adoecimento e inferiorização desde sua infância e adolescência. Foi possível perceber cristalizações estabelecidas pelo patriarcado que se fizeram presentes em seu âmbito familiar por meio da transmissão de valores conservadores. As relações familiares foram espaços de perpetuação de posições enrijecidas que promoveram a alienação da liberdade, a perda de espontaneidade e a submissão em seu papel de mulher. As buscas de Maria por uma vida sexual mais livre podem ter sido uma tentativa de criar seu próprio caminho e romper com essas prescrições conservadoras.

Maria se sentia imersa em um contexto de violência, sentia sua vitalidade esmaecendo, morrendo aos poucos simbolicamente no seu papel de mulher (Vomero; Nery, 2023). Pela sua história, percebe-se que o papel de mulher é atravessado por situações de opressão e dominação. O método do Psicodrama contribuiu para que ela ressignificasse e recriasse esse papel por meio do enfrentamento da sociedade na cena simbólica. Mitigar o patriarcado na sua luta micropolítica permitiu o alcance de uma força em si mesma para lidar com novas possíveis opressões.

Durante o processo de psicoterapia, Maria teve dificuldades de reconhecer a si mesma e identificar suas potencialidades, provavelmente devido a toda opressão que sofreu. Por isso, na primeira vez que Maria tentou enfrentar a sociedade na cena psicodramática, a terapeuta/diretora propôs uma mudança de foco do reconhecimento do eu para o reconhecimento do *lócus* da violência e do sofrimento. A terapeuta/diretora pretendia contribuir para que Maria criasse respostas para lidar com a dor das violências sofridas, se libertar de culpas e medos que a encolhiam existencialmente. A partir disso, uma nova relação consigo mesma poderia ser construída.

No palco psicodramático, por meio da dramatização, ao entrar no campo do “como se” da cena, é possível a liberação de emoções, sentimentos e tensões reprimidas. Essa liberação de emoções é acompanhada de um processo de mudança de percepção da relação eu-mundo, integração de elementos antes não percebidos, produzindo uma nova forma de estar no mundo. A catarse de integração é um processo no qual se criam novas perspectivas, pela

passagem transformadora em que é possível abandonar visões e ações cristalizadas, criando novas formas de existência (Malaquias, 2020).

Na segunda vez em que encenou a sua luta contra o personagem “sociedade”, Maria pôde integrar ao seu papel de mulher algo antes não vivido – uma presença inteira que se vê livre dos controles sociais. A catarse de integração representa o processo de mudança nos termos psicodramáticos, “numa interrelação dialética e télica, através das expressões dramáticas” (Almeida, 2010, p. 87). Maria consegue resgatar sua espontaneidade, instituindo uma presença mais ativa e atuante no mundo.

O “como se”, experimentado na dramatização, seria a realidade suplementar. Um espaço de liberdade em que o protagonista, por meio do corpo e da imaginação, assume papéis psicodramáticos para lutar com suas dores, sofrimentos e buscar novas formas de viver. A realidade suplementar é o espaço no qual a criatividade e a espontaneidade, através do campo imaginário, ganham espaço para atuação, proporcionando uma ampliação de possibilidades de ações no mundo (Perazzo, 2018).

O movimento de falar abertamente e assumir que foi vítima de violências, especialmente a exposição de sua foto íntima, representou um passo importante no processo de transformação de Maria. Às vezes, ela tinha atitudes de negação do sofrimento, banalização da situação. Sua resposta espontânea e criadora naquele momento foi o de perdoar a sociedade. Parece ter sido uma resposta que proporcionou uma sensação de liberdade, sendo o suficiente para ela. Algo que ela conseguiu sustentar no presente momento. A terapeuta/diretora estará atenta conforme o decorrer do processo psicoterapêutico se essa resposta pode ser uma ideia cristalizada e conservada, fruto de conservas coloniais que submetem as mulheres a uma certa docilidade.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O Psicodrama aposta na liberdade, na espontaneidade e na criatividade, em um ser humano que não é uma peça passiva de uma engrenagem, mas um agente transformador; pode contribuir para mudanças micropolíticas nesse cenário produtor de adoecimentos. O capitalismo patriarcal racista e conservador produz conservas coloniais que se atualizam nas subjetividades e relações, gerando sofrimentos. A Revolução Criadora moreniana propõe a “ruptura com padrões de comportamento estereotipados e a transformação das formas sociais

aprisionadoras” (Vieira, 2017, p. 63). O Psicodrama pode ocupar um espaço de produção de resistências criativas frente às forças sociais conservadoras e mantenedoras de hierarquias e relações de poder.

O Psicodrama – com realce do seu caráter político – pode ser um aliado das mulheres e de outros grupos sociais para a criação de outras formas de ser no mundo. Como aponta Araújo (2022, p. 15): “A resposta adequada para o feminino é começar a analisar, questionar e, se possível, retirar todas as camadas desse sistema que regeu, e ainda rege, a história que foi contada às mulheres, sobre o que podem, devem e até onde conseguem ir”. Realçar o caráter político seria a busca de outras formas de ação no mundo diante de poderes que esvaziam nossas capacidades criativas.

Neste trabalho, foi possível vislumbrar as contribuições do Psicodrama na recriação do papel de mulher de Maria, ao proporcionar o resgate de sua espontaneidade e de sua capacidade de agir ativamente para transformar aspectos insatisfatórios de sua vida. Além da catarse de integração produzida na cena psicodramática, o processo psicoterapêutico promoveu um letramento político e de gênero. Terapeuta e cliente, duas mulheres, teceram um espaço de análise e de questionamento do patriarcado e de suas formas de dominação e opressão das mulheres. O desvelamento dos aspectos opacos da ordem social que encobrem relações de poder e injustiças é uma das tarefas das ciências humanas neste mundo ainda muito desigual.

REFERÊNCIAS

AGUIAR, Neuma. Patriarcado, sociedade e patrimonialismo. **Sociedade e Estado**, [s. l.], v. 15, n. 2, p. 303-330, 2000. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/se/a/cRnvYmPTgc59jggw7kV5F4d/?lang=pt#>. Acesso em: 14 nov. 2024.

ALMEIDA, Wilson Castello de. Além da catarse, além da integração, a catarse de integração. **Revista Brasileira de Psicodrama**, [s. l.], v. 18, n. 2, p. 75-95, 2010. Disponível em: <https://www.revbraspsicodrama.org.br/rbp/article/view/129>. Acesso em 14 nov. 2024.

ARAÚJO, A. C. F. A Beleza em Conserva: um olhar Psicodramático sobre o Mito da Beleza. Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Pós-Graduação da Casa das Cenas - FEBRAP, como requisito parcial à obtenção do título de Especialista em Psicodrama, Uberlândia - MG, 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde Conselho Nacional de Saúde **Resolução nº 510/2016**. 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 Brasília, DF: Conselho Nacional de Saúde, 2016. Disponível em: <https://www.gov.br/conselho-nacional-de-saude/pt-br/acao-a-informacao/legislacao/resolucoes/2016/resolucao-no-510.pdf/view>. Acesso em: 14 nov. 2024.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Resolução nº 001/2009**. Dispõe sobre a obrigatoriedade do registro documental decorrente da prestação de serviços psicológicos. Conselho Federal de Psicologia: Brasília, 30 mar. 2009. Disponível em: <https://transparencia.cfp.org.br/wp-content/uploads/sites/15/2016/12/resolucao2009-01.pdf> Acesso em: 14 nov. 2024.

CORIA, Clara. **Labirintos do êxito: ilusões, paixões e fantasmas femininos**. Rio de Janeiro: Rosa dos Tempos, 1997.

FONSECA FILHO, José de Souza. **Psicodrama da loucura: correlacoes entre Buber e Moreno**. São Paulo: Ágora, 1980.

HAN, Byung-Chul. **Psicopolítica**. O neoliberalismo e as novas técnicas de poder. Belo Horizonte: Editora Áyiné, 2018.

LIMA, N. B. S. O processo de Cura no Psicodrama Bipessoal; **Revista Brasileira de Psicodrama**, São Paulo, v. 1 Diretoria de Divulgação e Comunicação da FEBRAP, 1990.

MALAQUIAS, Maria. Cecília. (org.). **Psicodrama e relações étnico-raciais**. Diálogos e reflexões. São Paulo: Ágora, 2020. *E-book*.

MERENGUÉ, Devanir. Corpos tatuados, relações voláteis: sentidos contemporâneos para o conceito de conserva cultural. **Revista Brasileira De Psicodrama**, [s. l.], v. 17, n. 1, p. 105-114, 2009. Disponível em: <https://www.revbraspsicodrama.org.br/rbp/article/view/86>_Acesso em: 13 nov. 2024.

MORENO, Jacob. Levy. **Psicodrama**. São Paulo: Cultrix, 1975.

NASCIMENTO, Cecilia Vieira do nascimento; OLIVEIRA, Bernardo. J. O Sexo Feminino em campanha pela emancipação da mulher. **Cad. Pagu**, [s. l.], v. 2.p. 429-457, 2007. versão *online*, disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0104-83332007000200017>. Acesso em: 13 nov. 2024.

NAFFAH NETO, A. **Psicodrama: Descolonizando o imaginário**. São Paulo: Plexus, 1997.

PERAZZO, Sergio. O mito da cadeira vazia. **Revista Brasileira de Psicodrama**, [s. l.], v. 26, n. 1, p. 102-107, 2018. Disponível em: <https://www.revbraspsicodrama.org.br/rbp/article/view/54>. Acesso em: 14 abr. 2024.

REICH, Wilhelm. **Psicologia de massas do Fascismo**. São Paulo: Martins Fontes, 2001.

SILVA, Daniela Aparecida Cardoso. A Afetividade, criatividade, comunidade e ancestralidade. Caminhos para a descolonização de subjetividades negras. *In*: NERY, Maria da Penha; EUTRÓPIO, Anna. Cláudia.; VOMERO, Laura. de Souza. Zingra (org.). **Sexualidade, corpos e poder**. Desobediências criadoras. São Paulo: Ágora, 2024. p. 75-90.

VIEIRA, Érico Douglas. O psicodrama e a pós-modernidade: espontaneidade como via de resistência aos poderes vigentes. **Revista Brasileira de Psicodrama**, v. 25, n. 1, p. 59-67, 2017.

VIEIRA, Érico Douglas. Possibilidades psicodramáticas de resistência ao fascismo contemporâneo. *In*: MERENGUÉ, D.; DEDOMENICO, A. M. (org.). **Por uma vida espontânea e criadora**: psicodrama e política. São Paulo: Ágora, 2020. p.19-36.

VOMERO, Laura de Souza Zingra; NERY, Maria. da Penha. Uterodrama: Descolonizando corpo e menstruação. **Revista Brasileira de Psicodrama**, [s. l.], v. 31, p. 1-10, 2023. Disponível em: <https://www.revbraspsicodrama.org.br/rbp/article/view/597>. Acesso em: 13 nov. 2024.

VOMERO, L. Conserva corporal - Via de acesso para a (des)colonização do inconsciente. *In*: NERY, M. P.; EUTRÓPIO, A. C.; VOMERO, L. de S. Z (org.). **Sexualidade, corpos e poder**: desobediências criadoras. São Paulo: Ágora, 2024. p. 33-61.

ZENDRON Cecília; SEMINOTTI Nédio Antonio. Papéis sociais femininos e as conservas culturais em relação ao dinheiro: cartografia de uma oficina temática de Psicodrama. **Revista Brasileira de Psicodrama**, [s. l.], v. 19, n.1, p. 103-113, 2011. Disponível em: <https://www.revbraspsicodrama.org.br/rbp/article/view/159> .Acesso em: 14 nov. 2024.

WEIL, Pierre; LELOUP, Jean-Yves; CREMA, Roberto. **Normose**. A patologia da normalidade. Petrópolis: Vozes, 2014.