

A AVALIAÇÃO PSICOLÓGICA NO MODELO DO PSICODRAMA MORENIANO

Joana Barroso Coutinho & Sofia Veiga

(Instituto da Droga e da Toxicod dependência & Instituto Politécnico do Porto)

Contextualizando o modelo proposto por J.L. Moreno no universo das psicoterapias, as autoras propõem-se reflectir acerca das potencialidades e particularidades do Modelo de Psicodrama Moreniano no processo de Avaliação Psicológica.

Após breve descrição do *setting* psicodramático reflectir-se-á sobre o processo de avaliação psicológica que ocorre em cada uma das três fases de uma sessão de psicodrama, tal como durante todo o processo terapêutico. Durante o aquecimento, tal como no início do processo terapêutico, ele propõe-se avaliar o estado psicológico do grupo em si mesmo (sociodrama), do casal, da família, ou do grupo com vista à emergência de um protagonista. Neste momento a tarefa avaliativa procura fundamentalmente obter o diagnóstico e preparar a acção que pode circunscrever-se ao momento da sessão ou prolongar-se a várias sessões. Na dramatização, são as sistemáticas avaliações efectuadas pelo director que lhe permitem equacionar hipóteses terapêuticas que imediatamente testa a partir das intervenções que propõe, numa dinâmica que se repete. Na fase final da sessão, tal como no término do processo terapêutico, a avaliação surge uma vez mais. De forma explícita, protagonistas e demais intervenientes, partilham o vivido, o pensado e o sentido durante a sessão ou percurso terapêutico.

Simultaneamente, as autoras propõem-se apresentar as principais técnicas utilizadas pelo director de psicodrama no processo de avaliação-intervenção numa sessão e/ou num processo psicodramático.

Contextualização

Jacob Levy Moreno nasceu na Roménia, havendo dúvidas em relação à data concreta do seu nascimento. Alguns autores referem ter nascido a 06 de Maio de 1889 (Gonçalves *et al.*, 1988) e outros a 19 de Maio de 1892 (Soeiro, 1991). Oriundo de uma família religiosa, este aspecto terá marcado de forma premente a vida e a obra do autor. Homem de grande visão, fortemente influenciado por uma religião positiva, pela Sociologia e pelas principais correntes filosóficas da época (Kant, Hegel, Nietzsche...), o seu legado foi além do mero desenvolvimento de um sistema filosófico inteligível, tendo mesmo criado métodos de tratamento psicoterapêutico, de investigação sociológica e de treino.

Contemporâneo de Sigmund Freud, licenciou-se em Medicina em 1917 pela Universidade de Viena. Num breve diálogo que conta ter mantido com o pai da Psicanálise, num momento da sua formação académica, Moreno insinua a Freud que este analisa os sonhos dos seus pacientes, enquanto ele lhes dá coragem para sonhar de novo; Freud analisa-os e despedaça-os, enquanto ele fá-los representar os seus papéis conflituais e os ajuda a reunir os pedaços de novo.

Actualmente Moreno é conhecido essencialmente como o criador do Psicodrama, do Sociodrama e da Sociometria. Psicodrama, que é considerada uma terapia individual realizada em grupo, sendo que este grupo pode ser constituído pela Unidade Funcional e demais elemen-

tos em processo terapêutico, ou por um único protagonista acompanhado pelo director e um conjunto de egos-auxiliares. No Sociodrama, o sujeito é o próprio grupo, podendo ser definido como um método profundo de acção para a abordagem de relações intergrupais e de ideologias colectivas (Moreno, 1946., *in* Fox, 1987). A essência da Sociometria repousa no pressuposto de que os grupos têm uma vida interna própria e dinâmica, que pode ser compreendida pelo exame das escolhas que os seus membros efectuam entre si, num dado momento (Fox, 1987, p. 18).

Subjacentes ao trabalho do autor podemos encontrar os seguintes princípios estruturantes: as ênfases na encenação, na acção e na relação; o valor da realidade subjectiva; a premissa de um encontro vivo no aqui e agora entre as pessoas. Para Moreno, o objectivo do psicodrama era instituir um espaço terapêutico que usasse a vida como modelo e onde fossem integrados os princípios universais do tempo, do espaço, da realidade e do cosmos.

O homem vive no tempo – passado, presente e futuro – podendo vivenciar uma patologia relacionada com alguma destas etapas. Moreno, integrando estas três dimensões do tempo no psicodrama, dá particular ênfase ao momento presente, ao encontro no aqui-e-agora. Centrando-se na acção, o psicodrama introduz a ideia de uma psicoterapia do espaço. O protagonista é convidado a descrever e a concretizar no palco, as características físicas e espaciais a que determinada cena deve ser reportada; as suas dimensões, os objectos nela existentes, a distância e o relacionamento entre eles. Este procedimento permite não só que o sujeito se vá posicionando mentalmente na situação apresentada – real ou imaginária –, como facilita o seu aquecimento interno. A realidade pode ser vivida com sofrimento pelo protagonista e mudar esta realidade pode ser extremamente ameaçador e difícil. No espaço psicodramático o sujeito pode, contudo, simular a realidade e experienciar outras formas de lidar com a mesma, sem o risco de uma consequência negativa séria. Para Moreno, o ser humano é um ser cósmico, não se limitando a ser um homem social ou um homem individual. No cosmos psicodramático, livre da prisão dos factos e da realidade, tudo é passível de mudança, podendo o protagonista encarnar qualquer ser imaginário ou real, não sendo tal visto como uma forma de regressão, mas como um envolvimento criativo e espontâneo.

A espontaneidade, conceito tão caro a Moreno, actua no presente, no aqui e agora, e “conduz o indivíduo a uma resposta adequada para uma situação nova ou a uma resposta nova para uma situação antiga” (Moreno, 1934, *cit. in* Fox, 1987, p. 85). Podendo ser treinada, a espontaneidade é a capacidade que a pessoa tem de agir e reagir com coerência e sem rigidez aos acontecimentos; é uma prontidão do sujeito para responder de acordo com a situação em causa. O indivíduo espontâneo e flexível sabe avaliar, está atento às alternativas e representa o papel com desembaraço.

A Prática Psicodramática

A prática psicodramática inscreve-se no trinómio Etapas – Instrumentos – Contextos.

As Etapas

A sessão de psicodrama processa-se segundo três fases sequenciais: aquecimento, dramatização e comentários. Chama-se aquecimento à primeira fase da sessão, pois é durante a discussão inicial que se criam as tensões que vão permitir a dramatização. O director convida

o protagonista a ir para o palco, procurando que nele reconstitua todo o contexto da sua vivência, tornando-a mais perceptível. Ali o protagonista exprime-se na acção e não só pelas palavras; os factos são mostrados e não narrados. O corpo tem aí a supremacia. O enredo dramático passado à acção não é, obviamente, o acontecimento em si, mas a transformação analógica do tempo. “O *como se* da dramatização, não é o acontecimento. É o *acontecimento* agora e é disso que o grupo fala no comentário final” (Dias, 1993, p. 37).

Este comentário corresponde à terceira e última fase de uma sessão de Psicodrama. A palavra é primeiramente dada ao protagonista, permitindo-se que este expresse como se sentiu, o que pensou... De seguida, é convidado em silêncio a ouvir os comentários do grupo e do(s) ego(s)-auxiliar(es). “Este procedimento técnico, *favorece a integração* e sobretudo *inibe o confronto* no contexto grupal e *as consequências projectivas* e disruptivas daí advenientes” (Dias, 1993, p. 41). No comentário psicodramático, cada elemento do grupo deve focalizar-se no protagonista e nos sentimentos que este e a dramatização despertam em si, transformando esta fase fundamentalmente numa partilha de vivências e sentires. Os comentários deverão ser expressos num ambiente de tolerância e centrar-se no “aqui e agora”, isto é, no que pôde observar-se durante a dramatização, deixando ao protagonista a liberdade de os traduzir para a vida real (Abreu, 1992). O director terminará a sessão com um comentário síntese, revelador de uma experiência terapêutica, que aponte alternativas tendo em conta a linha de coerência vivencial do indivíduo.

Os Instrumentos

Cinco são os instrumentos do Psicodrama: o protagonista – elemento que, durante o aquecimento, sobressai do grupo pela pertinência das vivências que traz à discussão; o director – produtor, terapeuta e analista social; os egos-auxiliares – extensões do director, quando exploram e guiam, e extensões do protagonista, quando representam as *personae* reais ou imaginárias do seu drama vital; o auditório – formado pelos elementos do grupo que se mantêm sentados aquando da dramatização, testemunhando as situações dramatizadas, ampliando-as com as suas próprias emoções, que partilham com o protagonista; o palco – espaço vivo, multidimensional e flexível onde se desenrola a acção.

Contextos

Numa sessão de psicodrama podemos identificar e delimitar três contextos: o Social – constituído pela realidade social tal como ela é, a partir da qual emergem os conteúdos a trabalhar na sessão; o Grupal – constituído pela realidade do grupo, num espaço e tempo próprios; o Dramático – constituído pela realidade dramática, do “como se” da relação, do espaço e do tempo.

As Técnicas

A acção terapêutica do psicodrama resulta, em grande parte, da dança entre protagonista e egos auxiliares, comandada pelo director e possibilitada por técnicas que poderão e deverão ser mobilizadas em momentos e circunstâncias específicas, entre as quais destacamos: a Inver-

uma apreciação da dramatização também centrada no seu sentir. Fazendo a ponte com os comentários dos egos-auxiliares, o director deverá abordar os diferentes momentos da sessão, focalizando-se na dramatização e no protagonista, sem nunca esquecer o grupo. Deverá ainda assumir-se como um elemento protector e contentor. O seu comentário, avaliando a dinâmica da sessão e após integrar os elementos recolhidos durante a mesma, reflectirá o seu sentir e a sua análise da função terapêutica da sessão para o protagonista e demais grupo.

A Avaliação Psicológica no Processo de Intervenção Psicodramática

A avaliação psicológica ao longo do processo de intervenção psicodramática está intimamente relacionada com os momentos de entrada na terapia, seu desenvolvimento e conclusão do percurso terapêutico.

Antes de se entrar em qualquer psicoterapia é fundamental perceber-se se o indivíduo reúne condições psicológicas adequadas para a realização de uma intervenção desta índole. De seguida, dever-se-á aferir, dadas as características e problemáticas do indivíduo, qual o modelo mais adequado para si. A terapia psicodramática privilegia o acolhimento, no mesmo grupo, de indivíduos de tipologias diversas (depressiva, histérica, obsessiva, paranóide), com problemáticas variadas, sendo que as questões relacionais encontram aqui a sua maior expressão. Consoante a avaliação da problemática e das características dos sujeitos (indivíduos incapazes de cumprir regras ou personalidades da vida pública), a intervenção psicodramática poderá também ser feita individualmente. Quando se decide integrar um indivíduo num grupo, há que atender à sua idade, sexo, tipologia, entre outras características. Num grupo de Psicodrama valoriza-se a heterogeneidade; contudo algumas condições devem ser acauteladas, designadamente a não convivência no grupo de indivíduos em estádios de desenvolvimento muito diferentes ou que mantenham relações pessoais e sociais fora do *setting* psicodramático que se revelem incompatíveis com a permanência no grupo.

No momento da integração de um elemento no grupo – já constituído ou em formação – o director deve estar particularmente atento à dinâmica criada após a entrada do mesmo, tanto do ponto de vista desse indivíduo como do próprio grupo. Sendo os grupos de Psicodrama habitualmente abertos, a chegada de um novo elemento obriga a uma reorganização interna do próprio grupo. O director deverá avaliar as novas dinâmicas relacionais criadas de forma a oferecer um contexto promotor de mudança para todos.

No decorrer do processo terapêutico, unidade funcional e grupo vão acompanhando o processo de crescimento de cada um dos indivíduos, que se traduz desejavelmente numa cada vez maior capacidade para lidar de forma satisfatória e criativa com as questões ou problemáticas que estiveram na origem da sua entrada ou que entretanto, através da vivência grupal, tornaram-se perceptíveis e susceptíveis de intervenção. Este caminho individual reflecte-se numa progressiva capacidade de exposição e de comunicação, de colocação no papel do outro, de relativização das problemáticas, de projecção no futuro, bem como na aquisição gradual de um manancial de estratégias e emoções para lidar com situações novas e antigas. Focalizando no indivíduo, o director não deve descurar as dinâmicas relacionais geradas pelo grupo, sendo que por vezes, quando se apercebe de um conflito interpessoal latente ou manifesto, deve trabalhar a relação dos elementos do grupo entre si, nomeadamente ao nível da confiança e da coesão grupal, para posteriormente voltar a centrar-se no indivíduo.

A viagem terapêutica de cada elemento termina quando a Unidade Funcional, o grupo e o próprio indivíduo consideram que este está capaz de sentir e agir, com espontaneidade, as situações e os problemas do quotidiano. O momento da saída vai sendo devidamente preparado. Neste período, o director pode mobilizar um conjunto de técnicas, muitas delas emanadas da Sociometria, que permitem avaliar o estado actual do indivíduo. Como exemplo, é pedido ao indivíduo que se coloque num contínuo de 0-10 quanto à forma como se sente em relação à problemática que o trouxe ao Psicodrama ou em relação a outras problemáticas que entretanto emergiram. Este teste sociométrico permite ainda que o indivíduo avalie o seu estado actual pela perspectiva do grupo e da Unidade Funcional. É deste jogo avaliativo que se equaciona a sua permanência ou saída da psicoterapia.

Um caso... algumas cenas

Maria é uma mulher de 33 anos, funcionária pública, casada e mãe de dois filhos. Entra no grupo por indicação médica para trabalhar questões de índole relacional. Ao longo do processo terapêutico foi sendo perceptível que Maria tem, desde sempre, dificuldade nos movimentos de separação-individuação em relação aos outros mais significativos, o que lhe vinha causando alguns problemas na relação conjugal e no seu dia-a-dia.

Nas primeiras sessões, assume uma postura mais passiva como que a apreender a dinâmica do próprio espaço. Subiu ao palco ao fim da quarta sessão, após um aquecimento em que se expôs, falando de si e dos seus. Falou-nos da relação fusional com os seus pais, da educação conservadora recebida e do modo como estes aspectos têm influenciado a criação da sua própria identidade familiar. No palco é convidada a construir a escultura da sua família. Utilizando os egos e os elementos do auditório, Maria mostra-nos uma família fusional, onde estão presentes os seus três sub-sistemas familiares. Do seu lado direito colocou os pais, do seu lado esquerdo o marido e, entre ambos, os filhos. Fazendo inicialmente um solilóquio, diz que se sente bem perto das pessoas de quem gosta. Invertendo posteriormente com cada um destes sub-sistemas, torna-se visível o agrado dos pais pela proximidade com a filha e a família desta "Gostamos muito de ti. Uma família deve estar sempre unida!"; já o marido, diz sentir-se desconfortável naquela família alargada "Gosto muito da nossa família, mas incomoda-me a presença constantes dos teus pais em nossa casa". Seguidamente é-lhe sugerido que transforme esta escultura na família do seu desejo. Nada muda, evidenciando assim o seu desejo de manutenção da sua dinâmica familiar.

Semanas depois chega ao grupo bastante ansiosa, solicitando a palavra. Narra a situação ocorrida no dia anterior, em que o marido se aborrece significativamente quando ela lhe comunica que os seus pais os acompanharão nas próximas férias. Chamada ao palco, e depois de lhe ser pedido que recrie o cenário, é-lhe proposto que refaça o diálogo ocorrido. Através de várias inversões de papel foi possível ao auditório e à Unidade Funcional aperceberem-se não só do conteúdo e forma da conversa, como do vivido emocional. Neste curto diálogo fica patente o desagrado do marido relativamente à relação de dependência que a protagonista estabelece com os pais bem como o desagrado relativamente ao parco investimento afectivo que a mesma faz na relação de ambos. Durante a conversa, foi notória a escalada de agressividade, que terminou com um ultimato lançado pelo marido "Ou vão os teus pais ou vou eu!". Perante isto o director monta nova cena. Entregando panos à protagonista, diz-lhe apenas que os mesmos simbolizam

alternativas de resposta ao problema em mãos. A protagonista, pegando em três dos panos, identifica e verbaliza três caminhos possíveis – manter a proposta inicial que inclui a ida dos pais, ir de férias apenas com a família nuclear, ou não ir de férias. Colocando-se em cima de cada um dos panos, efectua pequenos solilóquios, por solicitação do director que pretendeu aceder a aspectos não ditos do decorrer da acção. Em alta voz exterioriza o que sente em relação a cada uma destas opções. Finalmente, é-lhe solicitado que entre as diferentes alternativas, escolha apenas uma. Maria, no palco, opta por ir de férias com a família nuclear. Nos comentários, partilha que embora esta opção seja a melhor para a saúde do seu casamento, o seu desejo era poder continuar a desfrutar da companhia dos pais nas férias, apesar de se sentir muito bem na companhia do marido e dos filhos. O grupo, na partilha vivencial que fez com a protagonista, também considerou que esta era a melhor opção para o seu casamento. No seu comentário, o director devolveu à protagonista que qualquer que seja a opção que tome, o amor e a disponibilidade para com os pais não ficará posto em causa, pelo que eventualmente, o mesmo acontecerá por parte dos pais em relação a ela. Propõe-lhe ainda que pense se, subjacente a esta necessidade de envolver os pais na sua dinâmica familiar, haverá alguma dificuldade em estar sozinha com o marido e com os filhos. Na sessão seguinte, Maria está mais calma satisfeita com a opção que tomou, e com o impacto desta na dinâmica familiar.

Maria volta, mais tarde, a dramatizar, desta vez devido a dificuldades sentidas na relação com os pais. Se o relacionamento com o marido se apresenta de facto melhor, a relação com os pais tem-lhe suscitado alguns sentimentos de culpa, provocados por pequenos comentários ou chantagens subterrâneas feitos por estes. Apresentando um humor depressivo, Maria é convidada novamente a subir ao palco. No aqui-e-agora, foi-lhe pedido que representasse em estátua a sua relação actual com os progenitores. Maria colocou-se de joelhos, cabeça baixa, tendo sobre as suas costas a pressão dos braços de seus pais. Foi visível a opressão e a falta de espaço que actualmente sente nesta relação. De seguida, sugeriu-se-lhe que construísse uma nova estátua, que simbolizasse a relação do seu desejo. Nesta, Maria coloca-se de pé, frente a seus pais, trocando olhares cúmplices. No solilóquio, diz sentir-se bem nesta nova relação, já que embora próxima, consegue manter a distância necessária à sua individualidade pessoal e familiar; acrescenta ainda que o olhar dos pais lhe transmite apoio e segurança. Por fim, o director, auxiliado pelos egos-auxiliares, propõe-lhe que, colocando-se na estátua real, caminhe até à ideal, verbalizando o que deverá ocorrer, na realidade, para que esta possa assumir o lugar da outra. Neste percurso, Maria toma consciência que a mudança deverá acima de tudo partir de si. Se os pais a oprimem é porque também permite que o façam. Para isso terá de ser mais assertiva, mais confiante, mais autónoma e mais clara na definição de limites.

Discussão do caso em termos de avaliação psicológica

Maria chegou ao grupo visivelmente dependente das suas dinâmicas familiares e sem desejo evidente de mudança. Nunca estava em causa o amor sentido pelo marido e os filhos. A questão centrava-se na relação de dependência que mantinha com seus pais e nos diferentes graus de autonomia do casal relativamente às suas famílias de origem.

As especificidades do *setting* terapêutico, o contexto e as vivências grupais, as dramatizações a que assistiu e principalmente as que foi protagonista permitiram-lhe visualizar e sentir a sua problemática de uma perspectiva diferente.

No palco, Maria foi testando alternativas e adquirindo novas formas de sentir, pensar e agir. O espaço permitiu-lhe exprimir sentimentos, colocar-se no lugar do outro, avaliar alternativas, efectuar escolhas, antecipar as consequências dessas mesmas escolhas, projectar-se no futuro... focalizando-se em si e nos seus recursos internos de mudança. O tempo permitiu-lhe solidificar as vivências e ganhar confiança.

No auditório, Maria pôde aceder a outras realidades, outras perspectivas, outras formas de pensar, sentir e gerir situações de vida. Este pôr em comum, ajudou-a a relativizar as suas questões e vivências e a flexibilizar os seus afectos e posições.

Maria cresceu ao longo de todo o processo terapêutico. Sentia-se interiormente mais forte, mais competente, mais transparente consigo própria, mais espontânea. Tinha encontrado o seu lugar no seio familiar! Tinha construído a sua identidade enquanto filha, mulher e mãe! Tinha redefinido os subsistemas! Estava mais capaz de gerir os seus afectos! Estava capaz de olhar a realidade também pela perspectiva do outro.

A isto Moreno chamou Encontro Téliico!

*Um encontro de dois: olho a olho, face a face.
E quando estiveres perto, arrancarei teus olhos
E colocá-los-ei no lugar dos meus,
E tu arrancarás meus olhos
E colocá-los-ás no lugar dos teus,
Então eu ver-te-ei com teus olhos
E tu ver-me-ás com os meus.*

(Moreno)

Referências

- Abreu, J. M. (1992). *O Modelo do Psicodrama Moreniano*. Coimbra: Ed. Psiquiatria Clínica.
- Dias, C. A. (1993). *Palcos do Imaginário: Textos Psicodramáticos*. Lisboa: Fenda.
- Fox, J. (2002). *O Essencial de Moreno. Textos sobre Psicodrama, Terapia de Grupo e Espontaneidade*. São Paulo: Agora (originalmente publicado em 1987).
- Gonçalves, C.; Wolff, J. & Almegas, W. (1988). *Lições de Psicodrama: Introdução ao Pensamento de J. L. Moreno (7ª ed.)*. São Paulo: Ágora.
- Moreno, J. (1983). *Fundamentos de Psicodrama*. 2ª edição, São Paulo: Summus (originalmente publicado em 1959).
- Moreno, J. (1997). *Psicodrama*. São Paulo: Cultrix (originalmente publicado em 1946).
- Soeiro, A. (1991). *Psicodrama e Psicoterapia*. Lisboa: Escher.