

O tempo no espaço... o espaço no tempo: realidade(s) avaliativa(s) no cosmos psicodramático

Joana Barroso Coutinho* & Sofia Veiga**

Resumo

O presente trabalho procura reflectir acerca das potencialidades e particularidades do Modelo do Psicodrama Moreniano na Avaliação Psicológica que ocorre nas diferentes fases de uma sessão (avaliação transversal), bem como durante todo o processo terapêutico (avaliação longitudinal). As autoras propõem-se ainda perspectivar a avaliação no Psicodrama como o exercício que permite ao director mobilizar-se e mobilizar o grupo, dispondo-os para a acção. Os movimentos de avaliação-acção inerentes à psicoterapia psicodramática permitem que o indivíduo coloque os seus conflitos e jogue os seus papéis num campo mais relaxado e readeque as percepções e representações da sua realidade interna e externa.

A avaliação na *Praxis* Psicodramática

Inerente a qualquer intervenção psicológica há sempre movimentos de avaliação-acção nas suas fases de planeamento, processo e resultados. No psicodrama também os momentos acima referenciados encontram a sua expressão nas três etapas de uma sessão, bem como nos três momentos do processo de intervenção psicodramática.

O tempo no espaço ... avaliação transversal

Numa sessão de psicodrama, a avaliação está presente na fase do aquecimento (avaliação do emergente grupal), da dramatização (avaliação das hipóteses terapêuticas) e dos comentários (avaliação da repercussão grupal).

No aquecimento psicodramático, a avaliação emerge através da exploração das vivências grupais e individuais. O director – produtor, terapêuta e analista social – procura perceber o emergente grupal e encontrar o protagonista da sessão, tendo em conta a veracidade da temática e a ressonância afectiva que esta tem para o mesmo e demais elementos do grupo. Tal exploração poderá ocorrer através de um diálogo que o director mantém com os elementos do grupo, bem como através do recurso a técnicas de visualização e jogos colectivos especificamente seleccionados para o efeito. Neste primeiro momento de avaliação-acção – porque se trata de pesquisar para intervir – o director após estimar o estado do grupo, escolhe o protagonista, focaliza-se nele, investigando em maior profundidade o problema por este apresentado com vista ao aquecimento emocional necessário ao trabalho dramático. É importante que esta exploração e selecção sejam feitas respeitando o desejo de envolvimento do protagonista. A fase do aquecimento é particularmente relevante, já que, da sua

* Psicóloga, Técnica Superior do Instituto da Droga e da Toxicodependência, Sócia Didacta da SPP.

** Psicóloga, Assistente da Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico do Porto, Sócia Efectiva da SPP.

qualidade, resulta a escolha acertada deste e a fluidez com que a dramatização decorre. O director, através de uma escuta empática e de uma sintonia afectiva, deverá avaliar a veracidade do sentir do sujeito – características da personalidade, designadamente as histriónicas, podem conduzir-nos a um falso protagonista – bem como a pertinência das vivências trazidas à discussão.

Na dramatização, momento por excelência do Psicodrama Moreniano, 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. No palco – espaço vivo, multidimensional e flexível onde se desenrola a acção – o protagonista é convidado a descrever o tempo e o espaço a que determinada cena deve ser reportada e a jogar os seus papéis conflituais. Podendo o sujeito vivenciar uma patologia relacionada com o momento presente, passado ou futuro, a dramatização permite transportar, ao aqui-e-agora, estas três dimensões do tempo. A dramatização possibilita, ainda, trazer àquele tempo as dimensões do seu espaço, os objectos e pessoas nele existentes, a distância e o relacionamento entre eles. Este procedimento possibilita que, no cosmos psicodramático, livre da prisão dos factos e da realidade, o sujeito se vá posicionando mentalmente na situação apresentada – real ou imaginária – facilitando o seu aquecimento interno.

O manejo terapêutico do psicodrama traduz-se, em grande parte, na dança entre protagonista e egos auxiliares, orientada pelo director e possibilitada pelas técnicas que poderão e deverão ser mobilizadas em momentos e circunstâncias específicas. Uma técnica favorecem mais a expressão do sentir, como o duplo; outras a manifestação do pensar, como o solilóquio; outras possibilitam a demonstração do agir, como o espelho. Como se percebe, o director tem de ser criativo e espontâneo para conseguir, no aqui-e-agora da sessão, desenvolver ciclos constantes de avaliação-acção. Os panos, as vendas, os sacos, os bancos ... poderão auxiliá-lo neste processo de exploração-intervenção ao permitir recriar o cenário ou representar simbolicamente uma ideia, um conceito, um objecto ou pessoa ausente.

A dramatização aspira ao desenvolvimento da espontaneidade do protagonista e mesmo do próprio grupo. Podendo ser treinada, faz com que o(s) indivíduo(s) aja(m) e reaja(m) com prontidão, coerência e sem rigidez aos acontecimentos. O sujeito espontâneo e flexível sabe avaliar, está atento às alternativas e representa os seus papéis com desembaraço. A espontaneidade permite-lhe reconciliar o seu tempo e o seu espaço no cosmos da sua realidade.

Na dramatização os factos são preferencialmente mostrados e não narrados. A sua avaliação deverá integrar a análise dos conteúdos verbais e não-verbais, sendo que aos últimos deverá ser dada particular atenção. A posição, a postura, a distância a que se coloca o protagonista relativamente a objectos e pessoas, são aspectos muito interessantes de analisar, na medida em que também revelam a realidade vivencial e psicológica do sujeito, mesmo quando o discurso consciente ocorre noutro sentido. Quando, por exemplo, se pede ao protagonista que represente o seu átomo social utilizando elementos do auditório, a forma como dispõe no palco os outros significativos dá informação relevante do modo como se relacionam entre si. Nesta dinâmica, também é importante o discurso verbal, já que o protagonista, ocupando o seu lugar ou invertendo com os outros personagens, pode exprimir o que por eles sente bem como o que pensa que eles sentem por si. Este jogo de troca de papéis permite aclarar as

suas interações habituais e o modo como são jogados, assumidos e integrados os papéis. A mobilização de algumas técnicas por parte do Director, nomeadamente a interpolação de resistências, permite ainda evidenciar a flexibilidade e a adequação das respostas do protagonista. Este pode aperceber-se do jogo das acções e reacções estereotipadas que mantém e do seu contributo para que as mesmas rigidifiquem. No campo relaxado do contexto dramático, porque as defesas do “si-mesmo” diminuem, o protagonista pode treinar a sua espontaneidade e aperceber-se de quanto ela lhe pode ser útil para encontrar alternativas – dilatando papéis pouco desenvolvidos, eliminando ou transformando os “pseudo-papéis”... – às situações geradoras de sofrimento interno. A visualização destes aspectos pelo auditório e pelo director são elementos para a partilha vivencial que ajudará o protagonista a conhecer-se melhor.

Note-se que o enredo dramático passado à acção não é 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). Assim sendo, na dramatização não é avaliada a veracidade do acontecimento em si, mas antes a repercussão que esse acontecimento tem para o sentir do sujeito, ou seja, importa-nos mais perceber como este sente os seus conflitos e a relação com os outros, do que perceber se aquilo que representa corresponde à realidade factual.

Na fase dos comentários, última da sessão, procura-se fazer a avaliação e a síntese das etapas anteriores, com destaque para o vivido na dramatização. O comentário psicodramático deve ser fundamentalmente uma partilha do sentir, expresso verbal ou não verbalmente.

O protagonista, após comentar a sua dramatização, é convidado a ouvir, em silêncio, 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). O auditório testemunha as situações dramatizadas e amplia-as com as suas próprias emoções e vivências, já que ao mesmo tempo que o protagonista dramatiza no palco, cada um dos demais elementos do grupo poderá ser protagonista no seu palco interior. Esta partilha poderá ser terapêutica para si e para o outro, facilitando a abertura de novas perspectivas ou novas alternativas para o futuro. Nesta troca reside uma das riquezas das terapias de grupo, ao permitir que todos os seus elementos possam ser numa sessão terapeutas e protagonistas. Os comentários deverão ser expressos num ambiente de tolerância, deixando ao protagonista a liberdade de os traduzir para a vida real (Abreu, 1992). Os comentários do auditório podem ainda fornecer elementos de avaliação para o director perspectivar futuras sessões, com outros protagonistas, uma vez que reflectem outros sentires, vivências e conflitos.

Fazendo a ponte com os comentários dos egos-auxiliares profissionais, o director encerra a sessão, integrando os conteúdos e a dinâmica da mesma. O seu comentário reflecte o seu sentir e a avaliação da função terapêutica desta, tanto para o protagonista como demais elementos do grupo, levantando alternativas tendo em conta a linha de coerência vivencial do indivíduo e do grupo.

O espaço no tempo... avaliação longitudinal

A avaliação do processo de intervenção psicodramática está intimamente relacionada com os momentos de entrada na terapia (avaliação diagnóstica), seu desenvolvimento (avaliação psicossociodramática) e conclusão do percurso terapêutico (avaliação psicossociométrica).

Antes de dar início a qualquer psicoterapia é fundamental perceber 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 sujeito, se o modelo tem vantagens para si. A terapia psicodramática privilegia o acolhimento, no mesmo grupo, de indivíduos com características diversas, nomeadamente com tipologias e problemáticas variadas, pois acredita-se que esta diversidade enriquece o crescimento interno, flexibiliza as respostas e estimula a multiplicidade de papéis. Apesar de num grupo de Psicodrama se valorizar a heterogeneidade, algumas condições devem ser acauteladas, designadamente a não convivência naquele contexto 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 de psicodrama – já constituído ou em formação – o director deve estar particularmente atento à dinâmica gerada, 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 que estes se reorganizem internamente. O director tem de avaliar as novas dinâmicas relacionais emergentes de forma a oferecer um contexto contenedor e 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 progressiva capacidade em 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. Esta caminhada individual reflecte-se numa crescente capacidade de exposição e de comunicação, de colocação no papel do outro, de relativização das problemáticas, de integração e harmonização dos papéis e/ou enriquecimento do seu repertório, 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 descuidar as dinâmicas relacionais geradas pelo grupo, sendo que, quando confrontado com um conflito interpessoal latente ou manifesto, deve trabalhar a relação entre todos os elementos, 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 consideram que este está capaz de sentir, pensar e agir, com criatividade e espontaneidade, as situações e os problemas do quotidiano. A alta terapêutica vai sendo equacionada na fase final do processo, podendo o momento da saída ser visualizado em dramatizações específicas, nas quais se podem entrecruzar técnicas psicossociométricas

que permitem avaliar a percepção do sujeito sobre si, do seu ponto de vista e do ponto de vista do outro.

A avaliação psicológica no Psicodrama não deverá ser um fim em si mesmo, nem servir o propósito de uma não acção, mas deverá ter sempre subjacentes movimentos transformadores. Os movimentos de avaliação-acção inerentes à psicoterapia psicodramática permitem que, numa sessão ou na viagem terapêutica, o indivíduo coloque os seus conflitos e jogue os seus papéis num campo mais relaxado e readeque as percepções e representações da sua realidade interna e externa.

Um percurso... alguns momentos

Rita é uma mulher de 28 anos, bancária, casada há um ano. Entra no grupo para trabalhar questões de índole relacional, particularmente dificuldades nos movimentos de separação-individação em relação à família de origem, que lhe vêm causando conflitos na relação conjugal e no seu dia-a-dia.

Nas primeiras sessões, assume uma postura defensiva como que a apreender a dinâmica do espaço e a conhecer o grupo. Na sétima sessão, durante a fase do aquecimento fala de si e das dificuldades na relação com marido. Este, nas suas palavras, considera que Rita nada mudou em si após ter casado, principalmente no que diz respeito à dinâmica relacional com os seus pais. Rita reconhece que a forte ligação que sempre estabeleceu com estes, a que atribui ao facto de ser filha única, tem vindo a perturbar a criação da sua própria identidade familiar e conjugal. Subiu ao palco onde é convidada, sem especificar mais, a construir a escultura da sua família. Utilizando os egos-auxiliares e os elementos do auditório, Rita constrói uma estátua, formando um círculo, onde coloca os seus dois sub-sistemas familiares: do seu lado direito o marido, do esquerdo o pai e à sua frente a mãe. Ocupando o seu lugar, faz um solilóquio em que expressa o seu bem-estar naquela família. Invertendo de seguida com cada um dos elementos, Rita torna visível o agrado dos pais pela proximidade com a filha e o com o marido; já no papel deste, diz sentir-se desconfortável pela presença e influência constante dos sogros nas suas vidas, permitidas e incentivadas pela mulher. Após ser-lhe sugerido que transforme a escultura na família do seu desejo, Rita mantém a estátua inalterada evidenciando aparentemente o desejo de manutenção desta dinâmica familiar. É montada nova cena, na qual lhe é solicitada a estátua do seu sentir actual, que represente o seu conflito presente. “Diga o que sente”, solicita-lhe o director. “ Só... dividida... pressionada... insegura”, refere a protagonista, cabisbaixa. É-lhe então pedida uma escultura que simbolize como gostaria de se sentir. Colocando-se relaxada e sorridente, Rita diz: “Estou bem, sinto-me feliz no meu casamento... estamos bem com os meus pais”. Ambas as esculturas – o sentir actual e o sentir ideal – são representadas em espelho pelos egos-auxiliares, de forma a ampliar as emoções da protagonista. Visualizando-se nos egos, é convidada a escolher qual das duas Ritas gostaria de assumir. Colocando-se na estátua que representa o seu sentir ideal, a protagonista é interpelada pelo ego - que se manteve a representar o seu sentir actual – a reflectir como foi possível, no *como se* da dramatização, esta transformação e este novo sentir. No diálogo construído entre ambos, Rita centra a mudança no exterior. Ao marido cabem as principais mudanças, nomeadamente aceitar e compreender a grande cumplicidade existente entre ela e os pais. Na fase da partilha, auditório e unidade funcional focalizam os seus comentários

na falta de consciência revelada pela protagonista enquanto elemento activo neste processo de mudança, fazendo depender do outro o seu bem-estar.

Semanas depois chega ao grupo bastante ansiosa. Partilha uma situação ocorrida no dia anterior, em que o marido se aborrece significativamente quando esta lhe comunica que os seus pais os acompanharão num fim-se-semana, inicialmente programado para os dois. Refere o desagrado do marido pela recorrente falta de partilha nas tomadas de decisão e pelo parco investimento na relação de casal. Manifestamente incomodada com a situação, é chamada ao palco sendo-lhe proposto que imagine um tempo e um espaço, para conversar com o marido. Através de várias inversões de papel foi possível perceber-se o conteúdo, a forma da conversa e o vivido emocional. Neste curto diálogo, pautado por uma escalada de agressividade, fica clara a rigidez das posturas e a saturação do marido face à resistência de Rita em efectuar mudanças efectivas. O director dirige uma nova cena na qual Rita conversa com uma amiga que hipoteticamente está a vivenciar um conflito idêntico. Neste faz de conta, Rita pensa com a amiga na situação e nas alternativas possíveis para a resolução do problema. Consegue sugerir-lhe mais tempo a dois, maior partilha, estabelecimento de limites e fronteiras em relação à família de origem. Na partilha efectuada, o auditório evidencia que, no palco, Rita foi capaz de perspectivar alternativas. Reforçando este aspecto, o director encoraja a protagonista a traduzir as sugestões que deu à amiga para o seu quotidiano. Propõe-lhe ainda que reflecta sobre os sentimentos – medo, angústia, perda... – que poderão estar subjacentes a esta dificuldade em harmonizar os seus papéis de mulher e de filha. No início da sessão seguinte, Rita conta que decidiram manter o fim-se-semana a dois e que esta decisão aproximou o casal durante a semana. Todavia, sente que ainda gere com dificuldade os afectos subjacentes a todo este processo, nomeadamente a culpabilidade por “afastar e afastar-se” dos seus pais.

Rita volta, mais tarde, a dramatizar. Enquanto que na relação conjugal parece encontrar-se melhor, na relação com os pais os sentimentos de culpa e de opressão estão cada vez mais presentes. O director – procurando perceber do que fala a protagonista quando refere culpabilidade, sensações de opressão e de falta de espaço – coloca-a no palco a conversar com os pais. Apoiado por dois egos auxiliares, que representam os progenitores, pede-lhes que a confrontem com a falta de apoio e acompanhamento que têm caracterizado os últimos tempos. Rita foi tentando, no diálogo, fazer-lhes notar que por vezes se sente chantageada e que gostava que estes a apoiassem mais, designadamente dando-lhe mais espaço ao casal. No entanto, os vários momentos de silêncio por si realizados, aos quais o director tentou aceder através de solilóquios, deixaram transparecer evidentes sentimentos de culpa. Nas inversões de papel, o pai mostra-se compreensivo e manifesta-lhe o seu apoio, o mesmo não acontecendo com a mãe, que considera injustas as suas palavras.

Numa nova cena, é-lhe pedido que caminhe no palco e vá pensando alto na sua vida. À medida que vai andando, fala do papel marcante da mãe, relativamente à qual sempre teve dificuldade de afirmação e é ambivalente no sentir; refere a importância de ser uma pessoa mais auto-confiante nos seus diferentes papéis, mais autónoma relativamente à sua família de origem e mais assertiva na definição de limites; reconhece também que não poderá esperar que as mudanças partam apenas do exterior, devendo implicar-se activamente neste processo. O ego-auxiliar foi efectuando desdobramentos do eu para facilitar a expressão do pensar e do sentir da protagonista. Nos comentários, o grupo

focaliza-se nas questões da auto-estima e da auto-afirmação. A unidade funcional valoriza a necessidade de Rita aceitar as mudanças internas e externas, de ser capaz de reformular os velhos papéis e integrar os novos desafios que se lhe colocam.

Alguns momentos... de avaliação

Rita, para além de reunir as condições formais para iniciar uma psicoterapia de grupo de cariz psicodramático (não é uma figura pública, não apresenta uma psicopatologia em fase aguda, encontra-se motivada para iniciar uma mudança interna...), beneficiaria claramente deste contexto, já que as questões relacionais que a trouxeram à psicoterapia são comuns à maior parte dos indivíduos.

Rita vivenciava dificuldades concretas no relacionamento conjugal, associadas à ligação de dependência que mantinha com seus pais e aos diferentes graus de autonomia do casal relativamente às famílias de origem. Para perceber e avaliar as dinâmicas relacionais instaladas, o director foi estabelecendo diálogos exploratórios, propondo cenas e mobilizando técnicas específicas que permitiram aceder ao pensar e ao sentir da protagonista.

As dramatizações propostas (a escultura da família actual e ideal, as estátuas do sentir presente e desejado, o diálogo com os pais, a conversa com a amiga, entre outras) e a mobilização das técnicas em momentos específicos (solilóquios, inversão de papéis, desdobramentos do eu, interpolação de resistências, espelho) permitiram que a protagonista – grupo e unidade funcional - aumentasse o conhecimento sobre si própria, percebesse as actuais dinâmicas interaccionais (relação fusional com a família de origem, rigidificação do padrão comunicacional com o marido, ambivalência afectiva e relacional com a mãe) e perspectivasse as mudanças internas necessárias a uma vivência mais harmoniosa dos seus papéis. No palco, Rita foi testando alternativas e adquirindo novas formas de sentir, pensar e agir. O espaço e o tempo do cosmos psicodramático facilitaram-lhe a expressão de sentimentos, a colocação no lugar do outro, a flexibilização das posturas, a gestão dos afectos, a avaliação de alternativas, a tomada de decisão e a capacidade de projecção no futuro. Também a observação das dramatizações dos outros e a partilha das vivências grupais permitiram-lhe aceder a outras perspectivas de avaliar e compreender o seu problema.

No final do processo terapêutico, Rita sentia-se interiormente mais forte, mais confiante, mais espontânea. Havia redefinido os seus papéis de filha e de mulher! Os limites dos seus subsistemas encontravam-se agora mais claros!

O psicodrama ajudou Rita a reconciliar o seu tempo e o seu espaço no cosmos da sua realidade conjugal e familiar.

Bibliografia

Abreu, J., O Modelo do Psicodrama Moreniano, Coimbra: Ed. Psiquiatria Clínica, 1992 (1989).

Dias, C., Palcos do Imaginário: Textos Psicodramáticos, Lisboa: Fenda, 1993.

Fox, J., O Essencial de Moreno. Textos sobre Psicodrama, Terapia de Grupo e Espontaneidade, São Paulo: Ágora, 2002 (1987).

Gonçalves, C.; Wolff, J. & Almemas, W., Lições de Psicodrama: Introdução ao Pensamento de J. L. Moreno. 7ª edição, São Paulo: Ágora, 1988.

Moreno, J., Psicodrama, São Paulo: Cultrix, 1997 (1946).

Moreno, J., Psicodrama e Psicoterapia de Grupo, São Paulo: Mestre Jou, 1974 (1959).

Moreno, J., Fundamentos de Psicodrama, 2ª edição, São Paulo: Summus, 1983 (1959).

Soeiro, A., Psicodrama e Psicoterapia. Lisboa: Escher, 1991 (1976).