

JOSÉ TEIXEIRA DE SOUSA

40 ANOS – O PSICODRAMA COMO FORMA DE VIDA



ÍNDICE

APRESENTAÇÃO | 9

João Teixeira de Sousa

AQUECIMENTO | 15

Alfredo Correia Soeiro

TESTEMUINHOS: José Teixeira de Sousa: 40 Anos de Psicodrama | 19

A APLICAÇÃO DO PSICODRAMA AO LONGO DE 40 ANOS | 57

1. Psicodrama em grupo | 59

José Luís Pio Abreu

2. Psicodrama público | 63

Alfredo Correia Soeiro

3. Psicodrama e terapia de casal | 65

João Teixeira De Sousa

4. Psicodrama individual | 69

José Luís Mesquita

5. Psicodrama e sexologia | 73

Gabriela Moita

A QUADRATURA DO CÍRCULO: A Sala de Psicodrama da Rua dos Bragas | 75

António Roma Torres

40 ANOS, 40 FOTOGRAFIAS | 83

3. PSICODRAMA E TERAPIA DE CASAL

Considerável seria já a maturação moreniana quanto à importância do encontro e do grupo, da ação e criação, quando a experiência no caso “Bárbara e Jorge” terá decididamente iluminado Moreno relativamente ao valor terapêutico da dramatização. Este caso foi muitas vezes apresentado por Moreno, que o cunharia como um dos “berços” do psicodrama.

Sabemos que o médico experimentou, primeiro apenas com Barbara, a encenação de cenas dramáticas com intencionalidade terapêutica. Contudo, naquela circunstância, visava o conflito do casal e a transformação da dinâmica conjugal, pelo que rapidamente se decidiria pela dramatização de cenas com o próprio casal. Este berço do psicodrama foi um sociodrama de casal, modalidade em que o foco das sessões incide no vínculo do casal e se trabalham papéis que ambos partilham ou que manifestamente interferem na vivência conjugal.

Certamente que o diretor Moreno tinha uma hipótese terapêutica para as dificuldades que lhe foram apresentadas por Jorge. Tal como no modelo que viria a sistematizar a partir desta experiência, testou-as através da dramatização. Estas ajudam, em primeira instância, a clarificar/diagnosticar as dificuldades atuais do casal. Por outro lado, se bem sucedida, a ação dramática ilumina o casal relativamente às vias alternativas adequadas ao momento e que são igualmente testadas em palco.

Já antes deste sociodrama, Moreno tentara aquecer o público de Viena para um debate democrático (e psicodramático) sobre o futuro da Austria. Não é possível discernir completamente as suas verdadeiras intenções, até pela enigmática escolha do dia (1º de abril – dia das mentiras!), mas é certo que tentou mobilizar a plateia a assumir a sua co-responsabilidade no destino coletivo do país. Antes deste episódio, já o seu génio criativo levava o médico a convocar familiares e membros da comunidade no sentido de explorar situações psicológicas difíceis dos seus doentes: uma abordagem de bases sistémicas e que foi precursora da terapia familiar e comunitária, a que chamou de teatro recíproco (Marineau, 1989).

Os momentos supra-mencionados representam algumas das raízes do psicodrama e refletem bem a importância que o modelo dedica aos conflitos vinculares e ao social. Na matriz moreniana, o sofrimento ou a doença psíquica não são produto de uma lógica meramente intrapsíquica. Daí que a lente psicodramática seja particularmente relevante para a compreensão das problemáticas sistémicas como a do casal.

Terá sido apenas o acaso que levou Moreno a testar o novo método de acção com um casal? O modelo do psicodrama não se resume a uma metodologia de intervenção ou a um conjunto de técnicas. Funda-se numa filosofia e preconiza uma teoria do desenvolvimento que explica a noção de que, para sobreviver, o ser humano depende totalmente dos outros com quem se vincula através de papéis. Logo, o desenvolvimento psicológico e identitário depende das relações que cada um estabelece ao longo da vida e, entre estas, as relações românticas e as de conjugalidade são das mais valorizadas e idealizadas.

Nas últimas décadas assistimos a grandes mudanças com a emergência de uma multiplicidade de novas formas de organização social do casal e da família. Psicodramaticamente, estas traduzirão uma tentativa de, pelo menos alguns subgrupos ou pessoas, testarem alternativas que se adequem às suas necessidades. Também é verdade que se desmoronaram tabus, preconceitos e alguns estereótipos com impacto na vivência da conjugalidade. Ainda assim, a cada momento, a estrutura social vigente estabelece um quadro organizador das relações de casal, com papéis e finalidades mais ou menos definidas: uma arquitetura cultural poderosa, com fundações profundas que inevitavelmente condiciona as vivências, escolhas e as leituras possíveis das circunstâncias.

Em psicodrama chamamos a isto conserva cultural. Moreno (1947) descreveu-a como um produto acabado de uma criação e identificou-a como a maior das barreiras ao desenvolvimento de respostas espontâneas. A própria noção de que a realização e a felicidade dependem da criação e manutenção de vínculos conjugais e românticos duradouros consubstanciar-se-à como uma conserva cultural. As relações de casal, tal como a vida, não se podem fixar, ou conservar. Pelo contrário, estão em permanente mudança, o que exige aos elementos do casal flexibilidade perante a novidade. Acresce que nas relações de intimidade se manifestam necessidades aparentemente contraditórias, tantas vezes paradoxais, que têm a ver com a própria complexidade da natureza humana. Assim, num quadro indelevelmente marcado pela ambivalência, estas relações desenvolvem-se, evoluem, mas dificilmente ficam imunes a crises.

Em muitos casos, estas crises são marcadas por mágoas e hostilidades. A este propósito, Soeiro (1991) adverte que a terapia do casal talvez seja a modalidade mais diretiva de psicodrama, por estarem em causa situações

avançadas de agressividade, que implicam intervenções mais frequentes do diretor e um rápido manejo das técnicas. Como tal, o aquecimento pode ser rápido, tanto que, identificado que está o protagonista, não há necessidade de aquecimento inespecífico.

O número de sessões pode ser estipuladas com o casal, após avaliação numa primeira consulta e podem ter uma duração aproximada de 90 minutos. Nestas podem suceder-se vários momentos de dramatização e comentários, e o diretor pode recorrer a vários jogos ou estratégias manualizadas que têm sido, em todo o caso, difundidas na formação da S.P.P., nomeadamente pelo José Teixeira de Sousa e Gabriela Moita. Apenas a título de exemplo, uma dessas estratégias passa por propor ao casal que represente em palco a sua história através de estátuas (passado, presente e futuro) – um exercício de avaliação/diagnóstico, com grande potencial de expressão afetiva e que permite a exteriorização dos posicionamentos relativos dos elementos do casal, bem como a exploração das expectativas de futuro.

Tradicionalmente, a equipa terapêutica é composta por diretor e egos-auxiliares, na mesma proporção do casal, em número e género. Há ainda assim inovações, como por exemplo a equipa terapêutica ser composta por dois psicodramatistas – ver artigo de Sara Oliveira e José Teixeira de Sousa (2014). Noutros casos, o terapeuta de casal/diretor de psicodrama maneja psicodramaticamente as problemáticas apresentadas pelo casal sem recorrer à formação de uma equipa com ego-auxiliar, circunstância que implica o recurso constante a objetos intermediários.

Os terapeutas de casal sabem que se irão deparar, muitas vezes, com sistemas conjugais que reagem estereotipada e repetitivamente aos desafios. Em algumas dessas circunstâncias, a comunicação que os elementos do casal mantêm é disso mesmo sintoma. Nesta conjuntura, o método psicodramático pode ser particularmente útil. Isto porque as crises, se encaradas saudavel ou espontaneamente, são também uma grande oportunidade para rever compromissos, testar novamente a realidade e possivelmente reformular as expectativas.

Não foi objeto deste texto a descrever pormenorizadamente a forma como a metodologia psicodramática se aplica à terapia de casal. A opção foi a de salientar uma visão psicodramática das problemáticas do casal e como o modelo, ancorado no contexto dramático, favorece uma comunicação nova, não exclusivamente verbal e que mais facilmente interrompe a tradicional via comunicacional, eventualmente conflitiva. As técnicas psicodramáticas, se cuidadosamente aplicadas, representam a via adequada para a externalização e expressão de sentimentos e emoções. Neste contexto, livre de comprometimento, são ensaiadas soluções que conduzem à novidade e a uma nova coerência no sistema do casal. Se assim for,

os momentos de crise, mesmo que dolorosos, representam a oportunidade necessária ao renascimento individual ou do conjunto.

JOÃO TEIXEIRA DE SOUSA

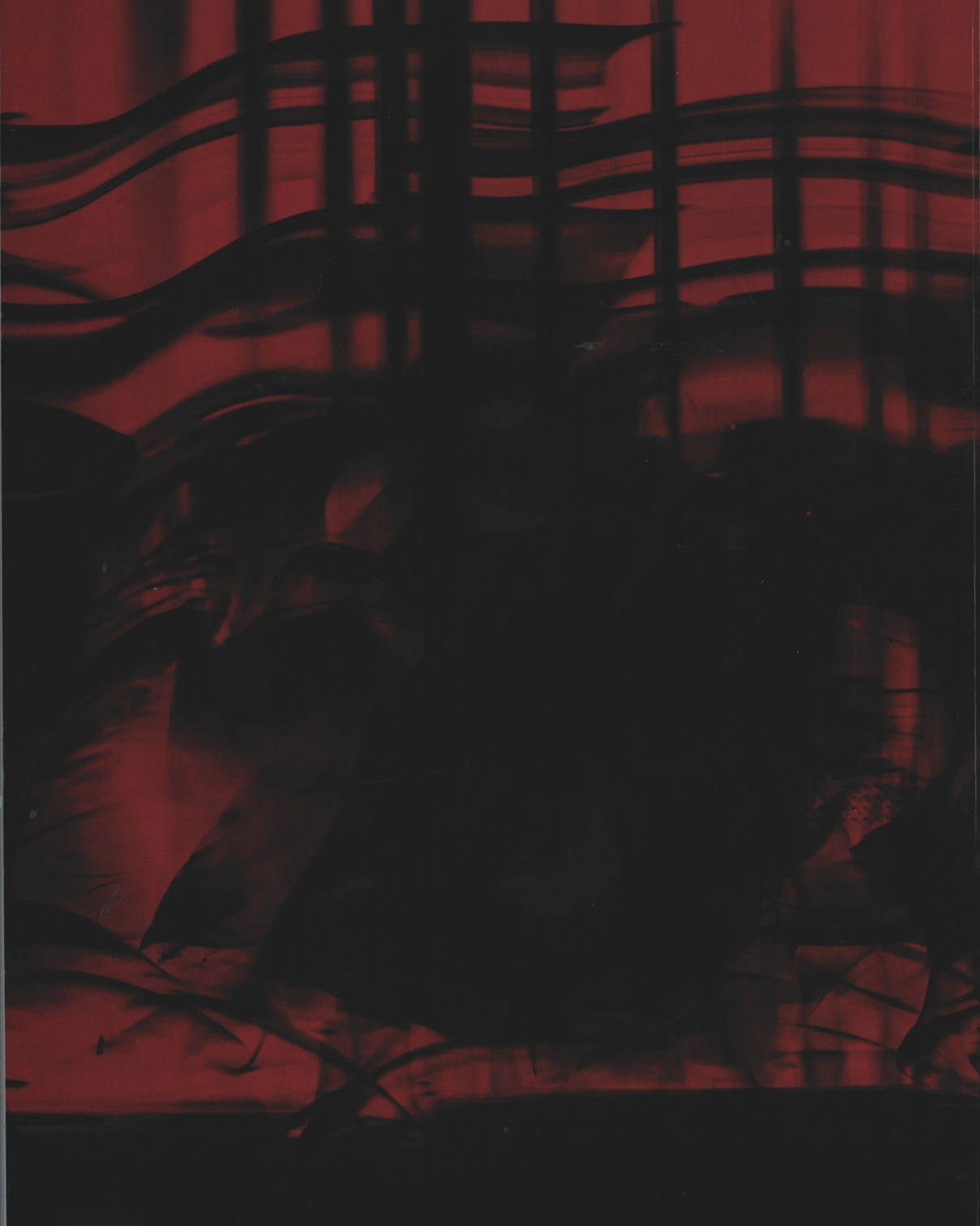
Psicólogo

Sócio-didata da S. P. P.

Ego-Auxiliar de José Teixeira de Sousa

Bibliografia

- Marineau, R.F. (1989). Jacob Levy Moreno 1889-1974. São Paulo: Editora Ágora.
- Moreno, J.L. (1989). Psychodrama: First Volume (1947), Beacon House, N.Y.: trad. Port. Psicodrama, Cultrix.
- Oliveira, S. e Sousa, J.T. (2014). A propósito de um caso clínico: Utilização do psicodrama em problemáticas de casal. Revista da Sociedade Portuguesa de Psicodrama (7). Pág. 39-45. Porto: Edições Afrontamento.
- Soeiro, A.C. (1991). Psicodrama e Psicoterapia. Lisboa: Escher.



ISBN 978-972-36-2046-7
9 781234 1567897