



**LOCUS PARTNER RH CONSULTORIA DESENVOLVIMENTO E PRESTAÇÃO DE  
SERVIÇOS LTDA  
PATRÍCIA DE SOUZA PEREIRA BEZ FONTANA**

**A DANÇA DO VENTRE COMO UM MODELO DE INTERVENÇÃO BASEADO NO  
MÉTODO PSICODRAMÁTICO**

TUBARÃO  
2014

**PATRÍCIA DE SOUZA PEREIRA BEZ FONTANA**

**A DANÇA DO VENTRE COMO UM MODELO DE INTERVENÇÃO BASEADO NO  
MÉTODO PSICODRAMÁTICO**

Projeto de Conclusão de Curso apresentado à  
Instituição Locus Partner RH Consultoria  
Desenvolvimento e Prestação de Serviço LTDA,  
como requisito parcial à obtenção do título de  
Psicodramatista/foco psicoterapêutico nível I.

Orientadora: Prof<sup>a</sup> Viviane Almeida, Msc.

TUBARÃO  
2014

Dedico este Trabalho de Conclusão de Curso ao meu amado esposo Valfrido, essencial em minha vida. Sou grata pela confiança, paciência, atenção e amor que me proporciona incondicionalmente.

## AGRADECIMENTOS

Primeiramente quero agradecer ao meu esposo, que em todos os momentos estava presente para me apoiar e me ajudar no que fosse preciso. Por acreditar em minhas decisões e estar sempre presente, independente do que ocorresse. Pelo carinho, amor e atenção. Por me acompanhar desde o início e, em todos os momentos, estar ao meu lado. Obrigada amor, por estar sempre presente, pela força e paciência quando estive angustiada, nervosa, ansiosa e com medo. Gratidão eterna! A tua presença foi, e continuará sendo, muito importante. Eu te amo!

Um agradecimento especial para minha Mestre e professora de Dança do Ventre, Yasmin Meera, sua sabedoria e seu amor por esta arte, pela vida e seu trabalho dedicado com as mulheres, foram minha inspiração para esta pesquisa. Obrigada por me acolher e me ensinar o valor de ser mulher e a arte de dançar e deixar o corpo expressar as emoções. Gratidão eterna minha amada!

Agradeço a Deus, por me permitir vivenciar momentos inesquecíveis e únicos nesta caminhada durante a formação em Psicodrama pela Locus Partner. Pela minha saúde e dedicação, por conseguir enfrentar barreiras e ultrapassar meus limites mesmo em momentos que pensei em desistir.

À minha grande amiga e sócia Jamile Ladislau, pelo apoio, compreensão nos momentos de nervosismo, por participar do meu grupo terapêutico e me ajudar com este trabalho tão especial para mim. Obrigada amada, por estar ao meu lado.

Agradeço também a minha professora, Mestre e orientadora Viviane Almeida, pelo seu conhecimento, apoio, confiança, paciência, dedicação em todas as supervisões e o carinho com que aceitou me orientar quando fui convidá-la. Foi graças a você que conheci o Psicodrama, amor à primeira vista, me espelho muito em você como profissional. Minha sincera admiração e respeito.

Agradeço a Mestre Márcia Bernardes pela confiança e orientações, por suas instruções, por sua preocupação e compreensão. Você é uma referência importante na minha construção profissional e, principalmente, no Psicodrama. Com você aprendi a ser confiante nas minhas intervenções.

Aos membros da minha banca, por terem aceitado o convite da Locus Partner. Meus sinceros agradecimentos. Espero que aprovelem e se encantem com este trabalho!

Em especial, agradeço a todas as mulheres que participaram desta pesquisa, pela entrega em cada encontro, pela disponibilidade de tempo, pelo respeito, pelo carinho, pela amizade construída, gratidão, gratidão, gratidão. Obrigada pela confiança!

Agradeço também ao Jean Carlos, colaborador da instituição *Locus Partner*, pela atenção em sempre responder meus e-mails desesperados pedindo uma orientação à escola, pedindo livros, me atendendo fora de horário para eu poder comprar ou pedir livros emprestados à instituição. Parabéns pelo seu trabalho e dedicação. Obrigada!

Por fim, agradeço com louvor a instituição formadora *Locus Partner*. Esta instituição me proporcionou conhecimento fundamental para minha qualificação enquanto profissional. Muito obrigada!

O homem tem medo de sua espontaneidade. Seus antepassados da selva temiam o fogo: temeram o fogo até que aprenderam a acendê-lo. Do mesmo modo, o homem temerá viver apelando à sua espontaneidade até que aprenda a provocá-la e a educá-la.

Jacob Levy Moreno

## RESUMO

A presente pesquisa tem por objetivo geral investigar a dança do ventre como um modelo de intervenção psicoterapêutico baseado no método do Psicodrama de Grupo. Os objetivos específicos são os que seguem: Investigar a utilização da dança do ventre no psicodrama de grupo como promotora da consciência corporal; descrever a vivência psicoterapêutica que a dança do ventre no Psicodrama de grupo pode proporcionar; possibilitar o autoconhecimento que a dança do ventre no psicodrama de grupo pode oferecer e permitir a expressão da criatividade e espontaneidade através do psicodrama de grupo e o recurso da dança do ventre. Esta é uma pesquisa de campo e pesquisa-ação, tendo como instrumento a intervenção do Psicodrama de grupo. A pesquisa conta com a amostra de um grupo de dez mulheres participantes. Em análise da apresentação da dança do ventre como um modelo de intervenção baseado no método psicodramático, são observadas as dificuldades do início do trabalho, o compartilhar das vivências e o fortalecimento do grupo. Propicia-se um espaço terapêutico confiável, ético e não ameaçador, gerando assim um ambiente de ajuda recíproca para que possam dramatizar, compartilhar e vivenciar experiências de vida. Sendo assim, a utilização das técnicas e recursos psicodramáticos possibilita o rompimento de algumas crenças culturais, bem como a modificação de determinadas crenças, estereótipos e compreensões de situações da vida de cada mulher. O atendimento em grupo buscou favorecer a autoestima, a autoconfiança, a capacidade de expressar sentimentos através dos movimentos e alguns elementos que compõem a dança do ventre, favorecendo uma intervenção psicodramática de forma saudável para o corpo, mente e alma.

Palavras-chaves: Psicodrama. Psicodrama de grupo. Dança do Ventre.

## ABSTRACT

This research has as a general goal to investigate belly dance as a model psychotherapeutic intervention based on the Psychodrama in Group method. The specific goals are as follows: to investigate the use of belly dance in group psychodrama as a promoter of body awareness; to describe the psychotherapeutic experience that the belly dance can provide in group psychodrama; to enable the self-awareness that the belly dance in group psychodrama can offer and allow the expression of creativity and spontaneity through the group psychodrama and the belly dance. This is a field research and an action research that uses as instrument the psychodrama group intervention. The research has as sample a group of ten women. About the belly dance presentation as an intervention model based on the psychodramatic method, it was possible to observe the difficulties of the beginning, the sharing of experiences and the strengthening of the group. By promoting a therapeutic reliable, ethical and non-threatening space, it's possible to create an environment of mutual help that enables people to dramatize, share and be part of life experiences. Thus, the use of psychodramatic techniques and resources allows the rupture of some cultural customs, as well as the modification of some beliefs, stereotypes and understandings about some situations each woman goes through her life. The group assistance tried to help with the self-esteem, self-confidence and the ability to express feelings through the movements and some elements from the belly dance, which favors a psychodramatic intervention that is healthy for the body, mind and soul.

Keywords: Psychodrama. Group psychodrama. Belly dance.

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO</b> .....	<b>10</b>
1.1 PROBLEMA DE PESQUISA.....	11
1.2 OBJETIVOS.....	12
<b>1.2.1 Objetivo geral</b> .....	<b>12</b>
<b>1.2.2 Objetivos específicos</b> .....	<b>12</b>
1.3 JUSTIFICATIVA .....	12
<b>2 MARCO TEÓRICO</b> .....	<b>14</b>
2.1 PSICODRAMA .....	14
<b>2.1.1 História da vida de Jacob Levy Moreno: o Pai do Psicodrama.</b> .....	<b>14</b>
<b>2.1.2 Eis a Socionomia</b> .....	<b>17</b>
2.1.2.1 Sociometria.....	19
2.1.2.2 Sociodinâmica .....	22
2.1.2.3 Sociatria.....	20
<b>2.1.3 Principais Teorias da Socionomia</b> .....	<b>20</b>
2.2 MATRIZ DE IDENTIDADE .....	25
2.3 TEORIA DOS PAPEIS .....	26
2.4 PSICODRAMA DE GRUPO.....	31
<b>2.4.1 Psicodrama de grupo</b> .....	<b>31</b>
<b>2.4.2 Etapas do Psicodrama de grupo</b> .....	<b>35</b>
<b>2.4.3 Instrumentos do Psicodrama de grupo</b> .....	<b>37</b>
<b>2.4.4. Técnicas clássicas do Psicodrama de grupo</b> .....	<b>40</b>
<b>2.4.5 Outros domínios de técnicas psicodramáticas</b> .....	<b>44</b>
2.5 DANÇA DO VENTRE .....	46
<b>2.5.1 Origem da Dança do ventre</b> .....	<b>47</b>
<b>2.5.2 Movimentos básicos da Dança do Ventre</b> .....	<b>49</b>
<b>2.5.3 Elementos e roupas típicas da Dança do Ventre</b> .....	<b>51</b>
<b>2.5.4. Dança do ventre e seus benefícios</b> .....	<b>56</b>
<b>3 MÉTODO</b> .....	<b>58</b>
3.1 NATUREZA E TIPO DE PESQUISA.....	58
3.2 POPULAÇÃO/ AMOSTRA.....	59
3.3 PROCEDIMENTOS DE COLETA DE DADOS .....	60
3.4 PROCEDIMENTOS DE ANÁLISE DE DADOS .....	61

<b>4 APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS DADOS.....</b>	<b>62</b>
4.1 CARACTERIZAÇÃO DAS PARTICIPANTES DO PSICODRAMA DE GRUPO	62
4.2 DESCRIÇÃO DOS ENCONTROS .....	63
4.2.1 1º Encontro (08/10/13).....	63
4.2.2 2º Encontro (15/10/13).....	67
4.2.3 3º Encontro (22/10/13) .....	74
4.2.4 4º Encontro (29/10/13) .....	84
4.2.5 5º Encontro (05/11/13) .....	89
4.2.6 6º Encontro (12/11/13) .....	94
4.2.7 7º Encontro (19/11/13) .....	100
<b>5 CONCLUSÃO .....</b>	<b>108</b>
<b>REFERÊNCIA.....</b>	<b>111</b>
<b>APÊNDICE.....</b>	<b>113</b>
<b>APÊNDICE A - Termo de consentimento livre e esclarecido.....</b>	<b>114</b>

## 1 INTRODUÇÃO

Para o médico Jacob Levy Moreno, o homem é um sujeito social, concebido através de suas relações interpessoais e os seus recursos inatos são baseados na espontaneidade, criatividade e sensibilidade. Para estudar a inter-relação do homem, Moreno criou a Socionomia (Latim *sociu*: companheiro, grupo e do grego *nomos*: regra, lei), estudo das leis que regem o grupo e o social. Estruturando esta teoria em três contextos: Sociodinâmica, Sociometria e a Sociatria. (GONÇALVES et al, 1988).

A Sociodinâmica estuda o funcionamento/dinâmica das relações interpessoais e tem como método de estudo o *role-playing* (ou jogo de papéis) que permite o sujeito a agir de forma criativa e espontânea a qualquer novo papel a ser desenvolvido na vida. A Sociometria tem por objetivo medir as relações dos sujeitos, utilizando como recurso o teste Sociométrico, que permite quantificar as relações analisadas, construindo um Sociograma, síntese gráfica das escolhas efetuadas pelos indivíduos. Já a Sociatria estabelece a terapêutica das relações sociais e possui como métodos a Psicoterapia de Grupo, o Psicodrama e o Sociodrama, uma divisão clássica, que na prática o trabalho do psicodramatista, diretor (terapeuta) é definido como Psicodrama, nomenclatura mais utilizada.

O Psicodrama é o tratamento do indivíduo e do grupo através da ação dramática. Na psicoterapia de grupo, o psicodrama foca no tratamento das relações interpessoais de um indivíduo, sendo terapêutico para todo o grupo. Já no Sociodrama, as pessoas estão reunidas com objetivos comuns e o protagonista (paciente) é sempre o grupo. (GONÇALVES et al, 1988).

O psicodrama de grupo, como uma modalidade do psicodrama, foi criado por Moreno para tratar o sujeito na sociedade, onde a dinâmica desse grupo, é fundamental para proporcionar um clima terapêutico e assim, o entrosamento dos mesmos. (DIAS, 1987).

Moreno (1978), afirma que na terapia interpessoal, em especial na forma psicodramática, o paciente é levado a expressar como se sente no aqui e agora através de palavras, gestos e movimentos.

De acordo com Cukier (2002, p. 186), o método psicodramático é praticamente ilimitado em sua utilização. Neste aspecto, a dança do ventre poderia ser utilizada como um modelo de intervenção baseada no método do Psicodrama?

A Dança foi considerada principal meio de comunicação nas civilizações antigas através dos rituais, oferendas, celebrações de casamentos, nascimentos, funerais, entre outros, utilizando uma linguagem corporal onde expressavam a cultura, sentimentos e emoções. (TADRA, et al., 2009).

Existem vários tipos de dança, dependendo de cada cultura ou tipo de trabalho que se deseja realizar. Nesta pesquisa a dança do ventre será compreendida como um trabalho terapêutico processual em grupo, baseados no método do psicodrama.

Sendo uma das danças mais antigas já existentes, a dança do ventre, ao longo dos séculos, sofreu muita transformação por culturas diferentes de várias partes do mundo. Quanto a sua origem há controvérsias e muitas suposições, existem relatos de que esta dança tem relação com rituais da fertilidade e nascimento, onde os movimentos feitos com o ventre ajudavam as mulheres na hora do parto. A dança do ventre também era utilizada em rituais para agradecer as cheias do Rio Nilo, a fertilidade da mulher e da terra, a fartura de água e alimentos.

Os rituais oferecidos nas cerimônias dedicadas às deusas no Antigo Egito são considerados por muitos estudiosos da dança do ventre como a mais provável origem, podendo dizer que é neste local onde se encontram a forma mais primitiva e sua maior preservação. Ao dançar o ventre, retratam-se um dos simbolismos mais prováveis desta dança, os mistérios do ciclo da vida. Com diversos enfoques, ela pode ser sensual, espiritual, artística, comercial e terapêutica. Tem como objetivo comunicar a celebração da vida através do ventre associada à fertilidade, à gestação e ao sagrado feminino. (KAHA, 2011).

A partir disso, os objetivos desta pesquisa visam promover a consciência corporal, através da dança do ventre baseada no método psicodramático, proporcionando uma vivência terapêutica, permitindo a expressão da espontaneidade, criatividade e autoconhecimento.

## 1.1 PROBLEMA DE PESQUISA

A dança do ventre pode ser investigada como um modelo de intervenção psicoterapêutico baseado no método do Psicodrama de Grupo?

## 1.2 OBJETIVOS

### 1.2.1 Objetivo geral

Investigar a dança do ventre como um modelo de intervenção psicoterapêutico baseado no método do Psicodrama de Grupo.

### 1.2.2 Objetivos específicos

- Investigar utilização da dança do ventre no psicodrama de grupo como promotora da consciência corporal.
- Descrever a vivência psicoterapêutica que a dança do ventre, no Psicodrama de grupo, pode proporcionar.
- Possibilitar o autoconhecimento que a dança do ventre, no Psicodrama de grupo, pode oferecer;
- Permitir a expressão da criatividade e espontaneidade através do psicodrama de grupo e o recurso da dança do ventre;

## 1.3 JUSTIFICATIVA

O contato corporal com outros sujeitos, através de um abraço, compartilhar, aperto de mão ou outras ações, são importantes para o trabalho psicodramático. (CUKIER, 2002).

Neste sentido também se pode pensar no contato corporal do sujeito consigo mesmo. A consciência corporal através da dança permite o sujeito observar o corpo, deixando este corpo, em movimento, expressar de forma espontânea os sentimentos, sensações, histórias e conseqüentemente, podendo ser criativo para encontrar novas soluções.

A espontaneidade é liberada com mais facilidade quando entra em contato com a espontaneidade do outro. Um ato instantâneo, podendo chegar a uma

expansão máxima, cósmica entre o homem e o divino, liberados através do aquecimento<sup>1</sup>. (FONSECA FILHO, 2008).

Segundo o autor Almeida (1991, p.26), Moreno afirmou que a “espontaneidade incentiva a criatividade” e que “o homem cósmico é o da cosmogonia cabalística”, onde o homem e Deus se unem, realizam e se tornam uma religião.

Com base nas reflexões acima, faz-se importante identificar como a dança do ventre pode ser considerada um modelo de intervenção baseado no método psicodramático, proporcionando consciência corporal, espontaneidade, criatividade, autoconhecimento e uma vivência terapêutica.

O presente trabalho surgiu após a pesquisadora vivenciar experiências em grupo de mulheres que praticavam dança do ventre. Estas, ao realizarem os movimentos e utilizarem elementos e trajes característicos desta dança, expressavam emoções, conflitos e vivências pessoais. E, por não haver uma proposta através de um método terapêutico, essas mulheres não trabalhavam as questões pessoais que surgiam no decorrer das aulas de dança. Foi então que a pesquisadora identificou um fenômeno a ser investigado e proposto através do método do psicodrama de grupo.

Ao utilizar os movimentos e elementos da dança do ventre como modelo de intervenção, com base no método do Psicodrama, através das técnicas, elementos e instrumentos, acreditou-se ser possível trabalhar tais questões.

A presente pesquisa visa a titulação de psicodramatista e tem como relevância uma proposta de um modelo de intervenção baseado na teoria psicodramática e seus métodos. A pesquisadora desconhece registros na biblioteca brasileira de psicodrama que utilizem a dança do ventre como um modelo de intervenção baseado no método psicodramático, com objetivo de promover a consciência corporal e proporcionar uma vivência terapêutica a um grupo de mulheres.

A pesquisa torna-se relevante para o Psicodrama por permitir novas possibilidades existenciais, vivenciais de ação e transformação de forma terapêutica à luz do psicodrama, obtendo assim, mais um campo a ser explorado pelos

---

<sup>1</sup> Aquecimento é a preparação do grupo para a dramatização, é o momento que se dá a escolha do protagonista (Gonçalves, Wolff, Almeida, 1998).

psicodramatistas, um modelo de intervenção que segue a linha do pensamento de Moreno.

Também será interessante para a instituição formadora de psicodramatistas, *Locus Partner RH*, para servir como mais uma ferramenta aos acadêmicos desta formação, instigando a ousadia, criatividade e desafios, como desejava Moreno.

A pesquisa será de extrema importância para a formação da pesquisadora que trabalha com dança e poderá expandir os conhecimentos da formação como psicodramatista para novos projetos através da dança do ventre e o método psicodrama.

Este trabalho é de extrema relevância para as mulheres, pois oferece oportunidade de usufruir da dança do ventre e principalmente olhar para terapia de grupo com maior segurança, menos ansios e receios, de forma espontânea e criativa, livres de quaisquer estereótipos, preconceitos, tabus e conhecendo assim a Dançadrama do Ventre, um novo modelo de intervenção psicodramático.

O Termo Dançadrama do Ventre foi designado pela pesquisadora para definir um modelo de intervenção baseado no método psicodramático, promovendo uma consciência corporal e proporcionando uma vivência terapêutica aos sujeitos participantes através da dança do ventre.

## **2 MARCO TEÓRICO**

### **2.1 PSICODRAMA**

Primeiramente, será apresentada uma breve história sobre a vida de Jacob Levy Moreno. Em seguida, apresentar-se-á a teoria da Socionomia, a matriz de identidade, a teoria dos papéis e, por fim, uma das modalidades mais importantes do Psicodrama, o Psicodrama de Grupo com as técnicas, etapas e instrumentos.

#### **2.1.1 História da vida de Jacob Levy Moreno: o Pai do Psicodrama.**

Ao estudar a vida e obra de Jacob Levy Moreno, entra-se em contato com os primórdios do Psicodrama e a teoria da Socionomia.

O registro oficial de seu nascimento foi assinado por amigos da família e membros da comunidade onde morava, sendo às quatro horas da tarde no dia 18 de maio do ano de 1889, na cidade de Bucareste. Era de família judaica, originária da península Ibérica, radiada na Romênia. Filho primogênito de Moreno Nissim Levy e Paulina, os quais tiveram mais cinco filhos. (MARINEAU, 1992).

Diz a lenda que Moreno nasceu em um navio não identificado no mar negro no dia 20 de maio de 1892. Esta data teve muitos significados para Moreno, como ele mesmo chamava de verdade poética e psicodramática. (MARINEAU, 1992). Para Moreno, o fato de nascer em um navio sem bandeira era ser considerado um “cidadão do mundo”. (ALMEIDA, 1991).

Jacob, quando criança, teve uma doença chamada raquitismo. Sua mãe Paulina, preocupada, ao conversar com uma cigana em um pátio onde estava com Moreno, recebe a receita de que o Sol seria a cura para a doença do menino. A cigana ainda profetisa apontando o dedo para a criança dizendo: “Chegará gente de todo o mundo para vê-lo. Ele será um homem sábio e bondoso”. (MARINEAU, 1992, p.29). Assim inseriu na mente da mãe Paulina, que seu filho Jacob Levy Moreno era especial.

Moreno cresceu sendo cuidado e admirado pela mãe, acreditando ser especial. Quando criança, Jacob Levy Moreno gostava de brincar de ser Deus, era seu brinquedo favorito. Foi então que aos quatro anos e meio, ao brincar com as crianças dos vizinhos, representou seu papel de Deus, uma das primeiras vezes que experimentou a improvisação. Este acontecimento de brincar de Deus, Moreno guardou na lembrança e relatou em uma autobiografia:

Quando eu tinha quatro anos e meio, meus pais viviam numa casa perto do rio Danúbio. Certo domingo, eles tinham saído de casa [...] deixando-me sozinho no porão com as crianças dos vizinhos. [...] As crianças disseram: ‘Vamos brincar’. Uma criança me perguntou: ‘Dê que?’ ‘Eu sei’, disse eu, ‘vamos brincar de Deus com seus anjos’. As crianças perguntaram: ‘Mas quem é Deus?’. Retruquei: ‘Eu sou Deus e vocês são meus anjos’. As crianças concordaram. Todos declararam: ‘Precisamos primeiro construir o céu’. Levamos as cadeiras de todos os cômodos da casa para o porão, pusemos em cima de uma mesa grande [...]. Daí, todas as crianças me ajudaram trepar nelas, até eu alcançasse a última e nela sentasse. [...]. De repente, ouvi uma criança me perguntar: ‘Por que você não voa? Estiquei meus braços para tentar. Um segundo depois cai e me vi no chão, com o braço direito quebrado. (MORENO, 1946 apud MARINEAU, 1992, p.30).

Aos cinco anos Jacob foi com sua família para Viena e lá estudou filosofia e medicina. No ano de 1908, Moreno brincava com crianças, explorando a imaginação, contando histórias, utilizando jogos, um apelo à espontaneidade, foi então que criou o teatro para crianças. (MARINEAU, 1992). Jogos de improviso com crianças na praça de Viena foi um marco na história de Moreno. Seu manejo com técnicas grupais é uma provável origem a psicoterapia de grupo, sociometria e psicodrama. (FONSECA FILHO, 2008).

Em 1909, Moreno entra para universidade e junto com Chaim Kellmer, estudante de filosofia, fundaram um culto chamado “a religião do encontro”. Viviam nas ruas à maneira dos pobres e dividiam o pouco que tinham. Tempos depois, se juntaram com mais amigos e fundaram “A casa do Encontro”, uma comunidade para imigrantes e refugiados. Essa casa foi fechada no início da guerra e o grupo de amigos seguiu caminhos distintos. (MARINEAU, 1989, p.42).

Em 1913, Moreno começa a visitar a casa das prostitutas, acompanhado de dois amigos, sendo um médico; especialista em doenças venéreas e um editor de jornal. As visitas não tinham objetivos de analisar nem reformar as mulheres, mas desenvolver o respeito, dignidade a estas que se encontravam perdidas, sem direitos e proteção. Foi com esse grupo que Moreno diz ver o indivíduo como agente terapêutico para o outro. Também foi através deste grupo com mulheres, que se cristaliza a idéia de terapia de grupo. (MARINEAU, 1989).

Em 1914-1915, pública anonimamente Convite ao Encontro, uma obra onde publicou as três “brochuras”, que contêm poemas, ensaios, textos filosóficos. Porém foi publicado na segunda brochura o poema considerado um marco na teoria de Moreno.

Moreno trabalhou no campo de refugiados da Áustria e Hungria. Porém, foi no campo austríaco que se desenvolve a sociometria. Foi durante a guerra que se interessou por literatura. Em 05 de fevereiro de 1917, Moreno obteve o Título de médico.

Em 1921, fundou o Teatro Vienense da Espontaneidade considerado a base das idéias da Psicoterapia de Grupo e do Psicodrama. Neste mesmo ano, houve a primeira sessão de psicodrama oficial, no dia 01 de Abril de 1921. Moreno viu este momento de sua vida no teatro como uma transição da fase religiosa para a científica. A proposta de Moreno com o teatro da espontaneidade criou curiosidade e muitas dúvidas no público. (GONÇALVES et al 1988). O fato de a platéia acreditar

que nada tinha de espontâneo, mas sim ensaios das cenas, perde a credibilidade do teatro da espontaneidade, vendo-se Moreno obrigado a mudar o nome teatro da Espontaneidade para teatro Terapêutico que tempos depois transformou no Psicodrama. (FONSECA FILHO, 2008).

Em 1927, já nos Estados Unidos da América, faz sua primeira sessão de psicodrama fora da Europa. Em 1929, registra sua ligação com o teatro apresentando-se no Carnegie Hall e Civic Repertory Theatre. Em 1931, introduz o termo Psicoterapia de Grupo. Em 1936, constrói o Teatro de Psicodrama, onde eram realizadas formações de profissionais e sessões de psicodrama público, este teatro funcionou até 1982. (GONÇALVES et al, 1988).

Entre 1941 e 1942, o irmão William foi muito importante na vida de Moreno. Este ajudou Moreno a fundar o Instituto de Sociometria, em Nova York, porém, Moreno precisava de uma mulher ao seu lado. Foi aí que conheceu Florence Bridge, uma jovem com quem se casou e teve uma filha chamada Regina, porém, não foi feliz neste casamento, não viviam no mesmo mundo. Moreno precisava de uma musa que o inspirasse. Foi então que em 1941 conheceu Celine Zerka Toeman, uma parceria que desejava, tornando-se sócia e companheira de Moreno, a qual contribuiu imensamente nas suas idéias. Moreno separou-se de Florence em 1948, casando-se em 1949 com Zerka. Moreno e Zerka tiveram um filho chamado Jonathan em 1952 e decidiram criá-lo de acordo com os princípios do sociometria e do psicodrama. A musa Zerka foi parceira em todas as publicações, workshops, conferências e não foi apenas uma inspiração na vida de Moreno, foi co-instrutora, co-terapeuta, organizadora e administradora em tempo integral de suas obras. (MARINEAU, 1989).

Moreno faleceu aos 85 anos, em 1974 no dia 14 de maio na cidade de Beacon em Nova York. Jacob Levy Moreno solicitou que na sepultura dele fossem gravadas as palavras que seguem: “Aqui jaz aquele que abriu as portas da Psiquiatria à alegria”. (GONÇALVES et al,1988, p. 17).

### **2.1.2 Eis a Socionomia**

Socionomia vem do latim *sociu*: companheiro, grupo e do grego *nomos*: regras, lei, pode-se dizer que é o estudo das leis que regem o grupo e o social. Moreno estruturou esta teoria em três grupos: Sociometria, Sociodinâmica e

Sociatria. (GONÇALVES et al, 1988). Estes três grandes grupos serão apresentados a seguir.

### 2.1.2.1 Sociometria

A Sociometria tem como objetivo medir e estudar as relações sociais dentro de um determinado grupo. O método utilizado é o *teste Sociométrico*, ampliação criteriosa que permite quantificar as relações estudadas. A avaliação deste teste é realizada através do *Sociograma*, uma síntese gráfica das congruências e incongruências na escolha dos indivíduos. (GONÇALVES et al, 1988).

A finalidade da Sociometria é avaliar a tele<sup>2</sup>, transferência<sup>3</sup> e o conhecimento intrapessoal de um determinado grupo constituído, seja terapêutico ou não. Torna-se necessário um cuidado ao aplicar a Sociometria para não provocar ansiedade e deixar questões mal resolvidas entre as relações do grupo. Pois, ser escolhido ou não, pode criar expectativas nos indivíduos, gerar uma experiência negativa, ocasionando sentimentos de rejeição, angústia, ou não aceitação pelo outro. Quem aplica, precisa estar atento às questões mencionadas, caso estas ocorram, é necessário que haja conhecimento para mediar possíveis conflitos. Nesse sentido Bustos confirma:

[...] seu uso pode ser de suma utilidade em grupos terapêuticos e de formação. Permite a objetivação das estruturas e redes de vínculos. Creio ser de particular utilidade a avaliação do teste objetivo e do perceptual, o que permite, por comparação, chegar a uma avaliação do índice télico transferencial do grupo e a uma aproximação do conhecimento "intra". Sua aplicação deve ser feita com cuidado, já que desperta fortes ansiedades persecutórias, devido ao fato de nossa cultura super valorizar a aceitação como sinônimo de sucesso e temer as escolhas negativas. Especialmente nos grupos terapêuticos, a leitura subjacente das escolhas grupais costuma ser compreendida como "mi querem ou não me querem", independentemente do critério específico que se esteja usando para o teste [...]. (BUSTOS, 1999, p.50).

O método da Sociometria, chamado de teste sociométrico, tem por objetivo investigar como e porque cada elemento do grupo efetivamente escolhe e é

---

<sup>2</sup> Capacidade humana de comunicar afetos à distância, considerada a unidade mais simples de afeto transmitida entre os indivíduos (MENEGAZZO et al., 1995).

<sup>3</sup> Refere-se ao embotamento do fator tele, é considerada uma patologia da tele (GONÇALVES e. al., 1988).

escolhido para compor uma rede de relações, avaliando a percepção de cada um em relação às escolhas. Portanto, o teste sociométrico é apresentado por Moreno como um instrumento que busca a verdadeira natureza dos vínculos no aqui e agora, dos grupos. (KAUFMAN, 1998).

#### 2.1.2.2 Sociodinâmica

A Sociodinâmica estuda o funcionamento/dinâmica das relações interpessoais. Tem como método o *role-playing* (ou jogo de papéis) que auxilia o sujeito a desenvolver e vivenciar outros papéis no contexto dramático. Estes são recursos muito utilizados no treinamento do papel profissional como, por exemplo: médico, psicólogo, terapeuta e no papel de pai e mãe. (GONÇALVES et al, 1988).

#### 2.1.2.3 Sociatria

Compõe a terapêutica das relações sociais. Os métodos empregados são: Psicoterapia de grupo, Psicodrama e Sociodrama. Moreno calculava que ao serem utilizados estes métodos, seria possível o tratamento para alcançar a cura de um social mais amplo. (GONÇALVES et al, 1988)

Fonseca Filho (2008, p. 26), reafirma dizendo que a sociatria é a “ciência para a cura dos sistemas sociais”, que propõe a cura da humanidade, não apenas de um pequeno grupo.

Moreno em seu livro Psicodrama, descreve que:

Sociatria é sociometria aplicada. As psicoterapias de grupo são subcampos da sociatria, assim como esta abrange também a aplicação dos conhecimentos sociométricos a grupos “a uma certa distância”, a relações intergrupais e à humanidade como unidade total. (MORENO 1978, p. 374).

A Psicoterapia de grupo, solidificada por Moreno, prioriza o tratamento das relações interpessoais introduzidas na dinâmica de um grupo. (GONÇALVES et al, 1988).

Segundo Bustos (1999, p.54), o terapeuta de grupo com uma “ideologia psicodramática deve dispor-se continuamente a estar envolvido com a ação”, estando assim, preparado para distanciar-se a uma posição de observador.

Psicodrama é o tratamento do indivíduo e do grupo através da ação dramática. Existe a modalidade de Psicodrama de Grupo, onde o protagonista pode

ser um indivíduo dentro do grupo ou o próprio grupo ser o protagonista. (GONÇALVES et al, 1988). Também entendido como “terapia grupal profunda”, o psicodrama “explora a verdade por meio de métodos dramáticos”, definido como “método que penetra a alma através da ação, causando assim, uma catarse de ação”. (MORENO, 1976 apud CUKIER, 2002, p. 222).

Bustos (2005), afirma que Moreno nos convida a compreender o significado de ação no psicodrama. Porém, Moreno não definiu o conceito de ação e sim o sentido da ação e o valor terapêutico que esta possui, podendo ser uma ação espontânea e livre, que permite o indivíduo recuperar suas condições para uma vida criativa. A ação espontânea é interação por meio de papéis. E para isso, se faz necessário ativar a sensibilidade, a captação de ritmo e o movimento dos sentimentos do outro, indispensável para ação. (GONÇALVES et al, 1988).

Em Psicodrama o sentido de ação é denominado o conjunto de ações, movimentos, gestos e palavras que protagonistas e egos-auxiliares representam no contexto dramático através da chamada “ação dramática”. Esta última é entendida como o desenvolvimento de um conflito dramático (implica na oposição dos objetivos do protagonista e antagonista) em uma representação dramática. Sem conflito dramático não há ação dramática. (MENEGAZZO et al, 1995).

O Sociodrama, deriva de *socius*, que significa o sócio, indivíduo, o outro e *drama* que significa ação. Neste sentido sociodrama significa “ação em benefício de outro indivíduo” (MORENO, 1978, p. 411). É “um tipo especial de terapia onde o protagonista é sempre o grupo”. (GONÇALVES et al, 1988, p. 43).

### **2.1.3 Principais Teorias da Socionomia**

Dentro da teoria socionômica encontram-se a visão moreniana do homem como agente espontâneo. Assim como as definições de espontaneidade, criatividade, conserva cultural, tele, empatia, transferência e encontro. Teorias fundamentais para entender a filosofia do Psicodrama criado por Moreno. A seguir, será apresentada cada uma destas definições.

- **O homem como agente espontâneo**

Na visão de Moreno, o homem é considerado um agente espontâneo, criativo e sensível. Pois, ao nascer, a criança já traz consigo fatores favoráveis ao seu desenvolvimento. O fato de nascer não é visto como um acontecimento traumático, mas sim como um ato espontâneo, natural e criativo.

O homem já nasce espontâneo e criativo e desenvolve-se ao longo das suas interações e relações com o meio. Entretanto essa condição inata ao homem pode perder-se por conta do ambiente e meio social em que vive, devido às conservas culturais<sup>4</sup>. É possível o resgate desta espontaneidade e criatividade através da renovação das relações sociais e afetivas, da transformação do meio onde o homem está inserido entendido por Moreno como a revolução criadora. (GONÇALVES et al, 1988).

- **Espontaneidade/Fator E**

É a “capacidade de dar resposta adequada a situações novas ou uma nova resposta a situação antiga”. (MARINEAU, 1992, p.167). O sujeito tem a capacidade de criar e manter sua espontaneidade. Moreno afirmava que as crianças que não são estragadas pelas convenções ou conservas culturais, são exemplos de espontaneidade. (ibid.).

A espontaneidade é natural do homem, este é livre quando age espontaneamente, neste sentido ele encontra sua essência, e desta forma, é capaz de buscar respostas adequadas para transformar uma determinada situação.

Quando recupera sua liberdade ou luta por ela, o homem reafirma sua essência, o que é próprio de sua natureza, ou seja, a *espontaneidade*. A possibilidade de modificar uma dada situação ou de estabelecer uma nova situação implica em *criar*: produzir, a partir de algo que já é dado, alguma coisa nova. A *criatividade* é indissociável da *espontaneidade*. A *espontaneidade* é um fator que permite ao potencial criativo atualizar-se e manifestar-se. (GONÇALVES et al, 1988, p. 47).

---

<sup>4</sup> expressão utilizada para a “cristalização de uma ação criadora em um produto que passará a integrar o acervo cultural de uma determinada sociedade (MENEGAZZO et al, 1995, p. 62)

Os autores acima citados, ainda descrevem que, ao criar-se uma nova resposta, inédita ou renovadora, é possível transformar as situações preestabelecidas. Também relatam sobre a proposta de Moreno, onde a espontaneidade significa estar presente na situação e é considerada uma adequação do homem a si mesmo para haver a transformação de aspectos insatisfatórios da vida.

Segundo Bustos (1999, p.54) ser espontâneo significa “sermos nós mesmos”, respeitando as circunstâncias e estilos de vida que se manifestam em nossa conduta.

- **Criatividade**

Fundamental na teoria Psicodramática, a criatividade permite que o indivíduo encontre novas formas de ser, de desempenhar papéis e de criar vínculos. É vista como possibilidade humana de produzir tesouros culturais, permitir um enriquecimento de si e das relações. (MENEGAZZO et al, 1995).

O processo de criação, ou ato criador, pode tornar-se cristalizado em uma cultura, formando uma conserva cultural. Para a manifestação da criatividade, torna-se necessário que as conservas culturais sejam somente o ponto inicial para ação criativa, caso contrário, estas podem tornar-se obstáculos. (GONÇALVES et al, 1988).

A espontaneidade e criatividade são diferentes, embora indissociáveis. Tendo em vista que um indivíduo pode ter alto grau de espontaneidade e não ser criativo, e outro ser criativo e não espontâneo. (CUKIER, 2002).

- **Conserva cultural**

Cultura dentro de uma sociedade é soma das conservas culturais que asseguram a sobrevivência para a educação dos membros de uma sociedade. A Conserva Cultural é uma expressão utilizada para a “cristalização de uma ação criadora em um produto que passará a integrar o acervo cultural de uma determinada sociedade”. (MENEGAZZO et al, 1995, p. 62).

Neste sentido, Conservas Culturais são objetos materiais, como por exemplo, obras de arte, comportamentos, hábitos, costumes, que se manifestam

sempre de uma mesma forma, em uma determinada cultura. (GONÇALVES et al, 1988).

Marineau descreve a conserva cultural como:

Produto acabado de um esforço criativo. Por exemplo: um livro, uma peça de teatro, uma sinfonia. Moreno dedicou grande esforço em livrar-se das conservas culturais, especialmente no campo do teatro. Via as conservas culturais como barreiras para a criatividade, e esperava substituí-las por novas e espontâneas formas de comportamento. (MARINEAU, 1992, p.166).

Menegazzo et.al (1995), descreve ainda que um papel é uma conserva cultural até o momento que a pessoa se apropria e o desenvolve de acordo com o processo criativo e espontâneo individual. Portanto, pode-se dizer que a Conserva Cultural é necessária e faz parte da vida do ser humano. É um ponto de partida para gerar a espontaneidade e criatividade, assim como transformações na vida do sujeito.

- **Fator tele:**

Enquanto definição, a Tele é um processo emotivo delineado no tempo e espaço em que uma ou mais pessoas podem comunicar-se. Uma experiência de um ato real e não fictício. Tele é considerado principal fator na determinação de um lugar do sujeito no grupo. (MORENO, 1978).

Neste sentido o autor Marineua descreve que:

[...] tele é o fator responsável pelo grau de realidade das configurações sociais, na medida em que se desviam das probabilidades. Gordon Allport define tele como visão no interior, capacidade de apreciar e sentir a construção factual de outra pessoa. Em termos operacionais, tele pode ser visto como comunicação imediata, não verbal (por exemplo, os fatores não verbalizados que aproximam dois estranhos numa multidão); ou laços inconscientes de natureza recíproca (por exemplo, num psicodrama, um homem escolher outro participante para desempenhar o papel de sua mãe e esta "saber" que ele iria escolhê-la). Tele é um fator essencial no trabalho de grupo, pois em última instância permite às pessoas se darem conta da dinâmica de sua identificação e transferência. (MARINEAU, 1992, p. 169).

A Tele também é considerada como a capacidade de perceber objetivamente o que acontece nas relações dos sujeitos, uma percepção interna entre duas pessoas, é a empatia acontecendo em duas direções. (GONÇALVES et al, 1988).

- **Empatia**

Considera-se a empatia como um fragmento tético, porém Tele não é a mesma coisa que empatia, mas sim uma via de mão dupla na relação com o outro. (FONSECA FILHO, 2008).

A empatia é a captação, através da sensibilidade, na relação com outra pessoa. Seria uma forma de inversão de papéis, tendência para que um se coloque no lugar do outro e sinta o que este outro está sentindo em determinada situação e circunstância. (GONÇALVES et al, 1988).

- **Transferência**

Segundo o autor Gonçalves et. al (1988), a transferência equivale à ausência de Tele. Já a presença da transferência é entendida como uma patologia da Tele e surge devido às relações conflituosas do indivíduo. O autor supracitado descreve um exemplo sobre Tele e transferência:

[...] A pode ter uma percepção de B, que corresponde à realidade. Nesse caso está utilizando sua *tele – sensibilidade*. Por sua vez, B pode estar incapacitado para a relação *tética* (relação em que há percepção mútua e profunda), por estar fazendo transferências massivas sobre A. Nesse tipo de relacionamento, não há *encontro* possível. (GONÇALVES et al, 1988, p.50).

Fonseca Filho (2008) relata que, no sentido moreniano, a transferência é considerada uma patologia da Tele e que não permite um verdadeiro encontro.

Transferência é entendida como um “ramo psicopatológico da Tele e empatia”, Tele é “conceito social e opera no plano social; transferência e empatia são conceitos psicológicos, operam no plano individual”. (MORENO,1972 apud CUKIER, 2002, p. 324).

- **Encontro**

Este é definido por Jacob Levy Moreno (1978), como sendo mais que uma relação interpessoal. Significa que dois ou mais indivíduos se encontram, não apenas para se defrontarem entre si, mas para viver experiências mútuas. Foi aí que

Moreno publicou o poema (brochura) Convite ao Encontro, considerado um marco em sua vida, tornando-se o “lema” do psicodrama:

[...] Um encontro de dois: olhos nos olhos, face a face, e quando você estiver perto arrancarei seus olhos e os colocarei no lugar dos meus; arrancarei meus olhos e os colocarei no lugar dos seus; então verei você com seus olhos e você me verá com os meus olhos [...]. (MARINEAU, 1992, p. 59).

A convocação de Moreno é uma solicitação para a sensibilidade com relação ao próximo. É o convite para a uma vivência simultânea bi-empática, télica, é um apelo para a espontaneidade e assim ocorrer a experiência do encontro descrito no poema de Moreno. (GONÇALVES et al, 1988).

Segundo o autor Menegazzo et, al; (1995), o encontro descrito por Moreno não é algo programado. O encontro moreniano acontece no momento, aqui e agora, sem planejar. Para que este encontro aconteça é preciso superar estereótipos técnicos, culturais e científicos, dando lugar ao desenvolvimento da liberdade, criatividade e espontaneidade para haver a verdadeira integração do homem com os demais homens. (MENEGAZZO et al, 1995).

## 2.2 MATRIZ DE IDENTIDADE

Antes mesmo de nascer e depois do nascimento, a criança vive em um universo indiferenciado. Moreno (1978) chamou este processo de Matriz de identidade, uma teoria de desenvolvimento fundamental do psicodrama que compreende de forma científica o ser humano desde o nascimento. Considerada o Locus de onde surgem o eu, as ramificações e os papéis. A matriz de identidade é o universo total do bebê no momento do nascimento e neste momento não existe diferenciação entre o interno e externo, pessoas e objetos, meio e psique, tudo é uma coisa única.

Matriz de identidade é o locus nascendi (lugar de nascimento), onde a criança está inserida desde o nascer, relaciona-se com pessoas e objetos em um determinado ambiente familiar, social, denominado por Jacob Levy Moreno como o primeiro universo. (GONÇALVES et al, 1988, p. 60).

A matriz de identidade é considerada o primeiro processo de aprendizagem emocional da criança, dividida em cinco fases de desenvolvimento.

Na *primeira*, o outro é formalmente parte da criança, completa e espontânea criatividade; na *segunda*, a criança estranha parte de si e concentra atenção no outro; já a *terceira* consiste em separar a outra parte da continuação da experiência e deixar de fora todas as outras partes, inserindo ela mesma; na *quarta* fase, a criança situa-se ativamente e representa o papel do outro; na *quinta* completa-se a inversão efetiva dos papéis. (MORENO, 1978).

A Matriz é o lugar de origem de quem somos e possibilita uma compreensão dinâmica do ser humano. Ela é considerada como grupo, pois é constituída por várias pessoas do relacionamento familiar e social de um sujeito. (FONSECA FILHO, 2010).

Fonseca Filho (2008) relata sobre um esquema de desenvolvimento humano descrito por Moreno, através de dez estágios: Indiferenciação; Simbiose; Reconhecimento do Eu; Reconhecimento do Tu; Relações “em corredor”; Pré-inversão; Triangulação; Circularização; Inversão de papéis e Encontro.

Ainda, de acordo com o autor supracitado, a capacidade de inversão de papéis, a capacidade télica de se colocar no lugar do outro no Encontro, pode ser considerada o momento ideal de saúde do ser humano, e a incapacidade seria uma maneira doentia, a doença. A fase de inversão de papéis pode servir para “medir” o nível de saúde-doença de um indivíduo.

### 2.3 TEORIA DOS PAPEIS

A teoria dos papéis teve origem no teatro europeu, uma tradição repleta de longas histórias do qual Moreno desenvolveu a direção terapêutica e social no ano de 1920, nos Estados Unidos. (MORENO, 1978).

O termo papel, do inglês *role*, tem origem em uma palavra que adentrou no francês e no inglês medieval, que significa rótula. Várias partes de representações teatrais eram escritas em “rolo” e lidas aos autores para decorarem seus papéis em cena. Ao surgir o teatro moderno, as partes dos personagens passaram a ser lidas em rolos ou fascículos de papel, sendo denominada cada parte de uma cena como papel ou *role*. Estas teorias que o conceito de papel pressupõe, inter-relação e ação, se tornam importantes para maior compreensão das técnicas e teorias terapêuticas, pois levam o conceito de papel para todas as partes da vida,

desde o nascimento, das relações individuais e sociais do sujeito. (GONÇALVES et al, 1988).

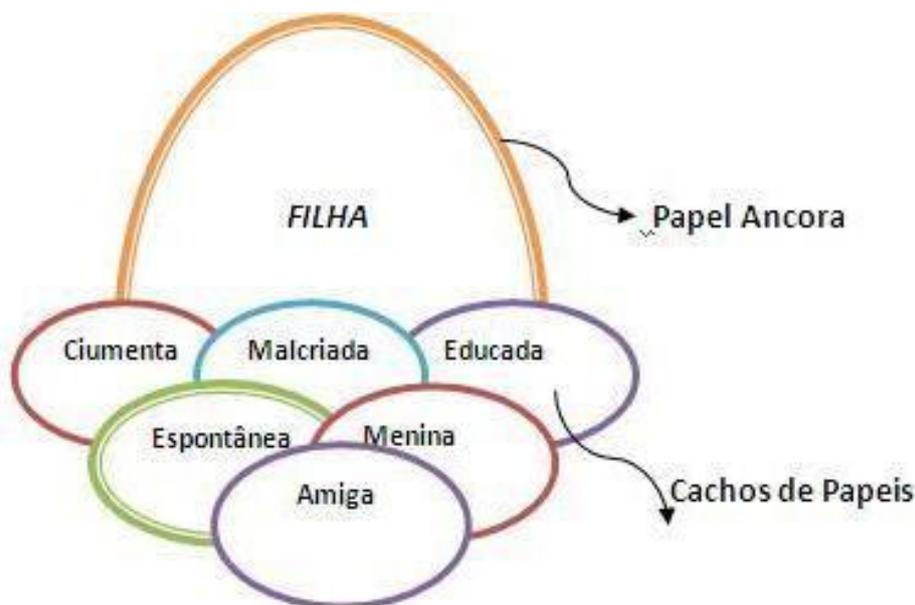
O autor acima mencionado ainda destaca duas definições sobre o termo papel assimiladas pelo Psicodrama. Uma é compreendida como unidade de representação teatral e ação, e a outra, as funções sociais do sujeito. No teatro os atores interpretam papéis diante de um público, através de um conjunto de ações e atitudes que vão sendo reconhecidas pelo público, por meio de características observáveis de cada personagem. Porém, na vida real as pessoas assumem papéis de acordo com a realidade social e econômica onde se encontra, possuem funções determinadas pela sociedade. Assim existem os papéis profissionais, determinados pela classe social, papéis afetivos, familiares, entre outros.

Os papéis começam a surgir na matriz de identidade. Moreno denominou três fases da matriz para o desenvolvimento dos papéis na vida de uma pessoa, que constitui o primeiro universo de uma criança.

A primeira é a Matriz de identidade total indiferenciada, a fase do duplo. Neste momento não existe ainda uma inter-relação do sujeito, mas existe a relação, uma resposta que o indivíduo recebe de outro, ego-auxiliar (mãe, por exemplo). A criança nesta fase não diferencia objetos de pessoas, o real do imaginário. Sendo assim, denomina-se também que cada criança vive o papel psicossomático (primeiros papéis anteriores do ego) de acordo com as atitudes, satisfações, na forma que os papéis são vivenciados, desenvolvidos, a criança vai aglomerando papéis na vida, os cachos de papéis. (GONÇALVES et al, 1988).

Os papéis são exercidos a partir de cachos de papéis que são conglomerados (sub-papéis) e dos papéis âncoras. Conforme podemos observar no Ilustração (Figura 1).

Figura 1 – Cachos de papéis conglomerados.



Fonte: adaptado de Moreno (1978)

Na Matriz de Realidade Total, fase do espelho, a criança começa a imitar ações que observa do outro. Porém, ainda não é capaz de representar e desempenhar papéis sem confundir ou distinguir o que é real ou imaginário. Através do desenvolvimento psicomotor, da inteligência e dos fatores espontaneidade e Tele, inaugura-se a etapa do Segundo Universo da criança. A imaginação fica delimitada, porém, não perde sua função.

Por último, a Matriz da Brecha entre fantasia e realidade, fase da inversão de papéis. É neste momento que as crianças passam a representar e inverter papéis com o outro. Adquire-se a capacidade de desempenhar um ou outro tipo de papel, exercendo a espontaneidade e a criatividade, adequando suas ações com os próprios papéis.

No entanto, existem outros tipos de papéis que acrescentam possibilidades de interação entre si: Psicossomáticos, Psicodramáticos, Papel Complementar e Papel Sócio Cultural.

O Psicossomático é o que surge na primeira fase da matriz, são as necessidades básicas de uma criança, comer, chorar, dormir, fazer as necessidades fisiológicas nas fraldas.

O papel Psicodramático no Psicodrama são personificações de situações imaginárias irreais ou reais. Situações reais: brincar se der médico, professor; Situações irreais: brincar de ser Deus; ou um papel de atuação, brincar de ser aluno,

estudioso, caprichoso, educado, etc. Também pode ser chamado de papel psicológico, pois corresponde uma dimensão individual da vida psíquica do indivíduo, ou seja, as relações e interações sociais que compõem um conjunto de unidade de ação (GONÇALVES et al, 1988).

Os papéis complementares na ação de um determinado grupo que assiste ao drama, também se veem representados, e o protagonista, neste sentido reproduz aspectos seus e do próprio grupo.

Sobre os papéis complementares Gonçalves et.al., destaca que:

[...] todos os papéis são complementares. *São unidades de ação* realizadas em um ambiente humano ou na expectativa de inter-relação. [...] O modo de ser, a identidade de um indivíduo decorre dos papéis que complementa ao longo de sua existência e de suas experiências, com as respostas obtidas na interação social, por papéis que complementam os seus. [...] até os papéis psicossomáticos são já complementados pelos papéis de nutriz e de ego - auxiliar. (GONÇALVES et al, 1988, p. 74).

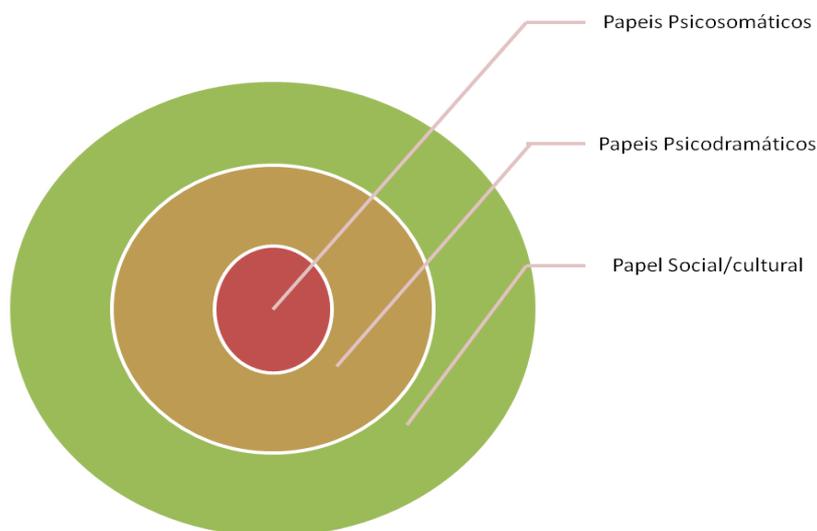
No entanto os papéis sociais e culturais são aqueles assumidos socioculturalmente pelo indivíduo, tais como mãe, pai, filho, tio, avô, neta, mulher, homem, que são papéis reais.

Moreno afirma que a teoria dos papéis não pode ser limitada aos papéis sociais, precisa, no entanto, incluir as três dimensões; o papel psicossomático, psicodramático e social:

[...] como a matriz da identidade é, no momento de nascer, o universo inteiro do bebê, não há diferenciação entre o interno e o externo, entre objetos e pessoas, entre psique e meio; a existência é una e total. [...] os papéis psicossomáticos, no decurso de suas transações, ajudam a criança pequena a experimentar aquilo a que chamamos de "corpo"; [...] os papéis psicodramáticos ajudam a experimentar o que designamos por "psique"; e que os papéis sociais contribuem para se produzir o que denominamos "sociedade. (MORENO, 1978, p. 26).

Moreno destaca ainda que o corpo, psique e sociedade, são considerados partes intermediárias do eu total. A teoria de papéis começa no nascimento e segue durante toda a vida da pessoa, juntamente com a sociedade. E que podemos compreender melhor a partir do esquema construído abaixo: (FIGURA 2).

Figura 2 – Dimensões dos papéis desenvolvidos.



Fonte: adaptado de Moreno (1978)

De acordo com a espontaneidade ou grau de liberdade, o desenvolvimento de outro papel passa por fases distintas, como: *Role-taking*; *role-playng* e *role-creating*.

O *role-taking* consiste em imitar outro papel, através dos modelos observáveis e tomar o papel do outro, ou seja, assumir este papel. (GONÇALVES et al, 1988). Neste sentido, o autor Fonseca Filho (2008), descreve que *role-taking* corresponde a assumir um papel incluindo o aprendizado que o papel adotado promove.

*Role-playng* é explorar as possibilidades de uma representação de um papel, é o jogar o papel (GONÇALVES et al, 1988). Também é interpretado por Cukier (1992), sendo a expressão intérprete de papéis, (*role-player*) tradução de uma palavra alemã chamada *rollenspieler*, que foi utilizada por Moreno inicialmente. É um representar e desempenhar plenamente um determinado papel. (FONSECA FILHO, 2008).

E o *role-creating*, é a forma criativa e espontânea de desempenhar um determinado papel. (GONÇALVES et al, 1988). Uma possibilidade de criar, inventar e contribuir para a prática de um determinado papel (FONSECA FILHO, 2008).

Todo papel é uma fusão de elementos privados e coletivos. Um papel compõe-se de duas partes: o seu denominador coletivo e o seu diferencial individual. Pode ser útil distinguir entre *adoção de papéis* (*role-taking*), que é a adoção de

um papel acabado e plenamente estabelecido, o qual não permite variação alguma ao indivíduo, grau nenhum de liberdade; a *representação de papéis (role playing)*, que permite ao indivíduo um certo grau de liberdade; e *criação de papéis (role – creating)*, que permite ao indivíduo um alto grau de liberdade como, por exemplo, no caso do *ator espontaneidade*. (MORENO, 1978, p. 113).

Fonseca Filho (2008) destaca ainda que papéis na teoria moreniana são “unidades culturais de conduta”, onde o homem sofre por não conseguir desempenhar todos os papéis que possui, causando sentimento de angústia. O autor ainda relata que todo papel é uma “resposta ao outro”, não existindo papel sem um “contrapapel”. (FONSECA FILHO, 2008, p. 39). Representar o papel de outro não é algo em si acabado, existe um processo, etapas, fases de desenvolvimento que caminham juntas.

Bustos (1999), relata as palavras de Moreno dizendo que primeiro aparece o papel, e a partir dele, inicia-se a organização do eu, como por exemplo, papel de filho e, como papel complementar, a mãe. O autor descreve ainda que é a partir do papel que começa-se a configurar uma estrutura binária de ator, que se encarrega de estabelecer vínculos, chamada de *inter*. O observador, que possui funções como regular impulsos, qualificar valores e condutas internalizados, selecionar papéis apropriados para cada situação da vida, o qual chamou de *intra*. Ambos, *inter* e *intra*, configuram unidade dinâmica para o desempenho na vida adulta de uma pessoa. O acesso ao *intra* acontece a partir de um vínculo. Na teoria moreniana, o psicodrama revela o *intra* desde a transformação em *inter*, até a intervenção pelos egos-auxiliares.

## 2.4 PSICODRAMA DE GRUPO

### 2.4.1 Psicodrama de grupo

O Psicodrama de grupo foi designado por Moreno a fim de tratar o indivíduo dentro de uma sociedade. No grupo, um sujeito pode ser utilizado como instrumento de diagnóstico e agente terapêutico para com outro sujeito. (MORENO 1978).

Segundo Datner (2006), os grupos são entidades vivas que se movimentam, comunicam, agem, avançam ou recuam, expressam um momento e

reconhecê-los torna-se extremamente importante para um planejamento e conhecimento das relações.

Psicodrama de Grupo é a forma mais abrangente de psicodrama sugerida por Moreno. Caracteriza-se por uma psicoterapia de grupo, a presença de um terapeuta, ego – auxiliares e do grupo em si. Existe sempre um protagonista que apreende no momento terapêutico todos os afetos e necessidades do grupo. O protagonista pode ser uma pessoa ou todo um grupo. O psicodrama de grupo pode ser feito em pequenos grupos de 4 a 6 pessoas, onde o foco é mais individual e de menor intensidade na dinâmica grupal; em grupos maiores de 7 a 10 pessoas, onde a dinâmica do grupo se torna mais intensa e a atenção fica menos centrada no individual; e em grandes grupos, acima de 20 pessoas, denomina-se como psicodrama público. (DIAS, 1987).

Na prática psicodramática existem três contextos do psicodrama: grupal, social e dramático. O contexto grupal constitui a realidade grupal tal como ela é, tempo cronológico, tempo previamente estabelecido e espaço concreto, que pode ser escolhido, delimitado; o contexto social, levando em conta a cultura, classe econômica e política de uma determinada sociedade, constitui a realidade como verdadeiramente é, respeitando o tempo e espaço da comunidade; e, por último, o contexto dramático que constitui a realidade dramática no “como se” pelo tempo fenomenológico, subjetivo, espaço fenomenológico, virtual, situado sobre o espaço concreto. (GONÇALVES et al, 1988).

Um trabalho que inicia em um contexto social, reúne pessoas que estão motivadas por diferentes buscas, algumas se interessam pelo tema e outras estão curiosas para conhecer a proposta de trabalho. O pesquisador realiza aquecimentos para criar um vínculo entre os participantes e assim, construir o contexto grupal. Logo após, vem a etapa seguinte que é o contexto dramático, onde o conhecimento surge na ação vinda dos atores e da platéia. O autor ainda destaca que é na ação dramática que se trabalha num contexto de “realidade suplementar, em que a vida é (re)vivida no “como se”, por meio das personagens em cena”. (MOTTA, 2011, p. 86). Referente ao termo “como se”, este é entendido como se fosse realidade que ocorre somente no cenário dramático em um psicodrama de grupo. (MENEGAZZO et al, 1995).

Sendo assim, a psicoterapia de grupo é um método de investigação das relações, ações e comunicação do sujeito em um grupo, tendo como princípio a

interação terapêutica, a concepção do co-consciente e co-inconsciente, assim como o princípio do encontro. (MENEGAZZO et al, 1995).

O autor Fonseca Filho (2008) fala sobre a evolução dos grupos baseada no desenvolvimento da matriz de identidade, sendo estas divididas em quatro fases básicas:

1. **Fase da indiferenciação:** as pessoas não se conhecem, encontram-se ansiosas e temem a vida em grupo.
2. **Fase de reconhecimento grupal:** as pessoas começam a perceber-se dentro do grupo e também a perceber os outros neste mesmo grupo.
3. **Fase de triangulação:** Aparecem os triângulos dentro de um grupo, incluindo, muitas vezes, o terapeuta. Nesta fase é comum gerar ciúmes e competição entre as pessoas envolvidas na relação triangular grupal.
4. **Fase de circularização e inversão de papéis:** neste momento o *eu – eles*, dá lugar ao *eu – nós*. Aparece uma identidade grupal, um círculo télico do grupo.

Fonseca Filho (2010) relata ainda que não existem grupos iguais, sendo um diferente do outro, onde eles nascem, vivem e morrem, registram vivências positivas ou traumáticas. As fases acima descritas não acontecem de forma linear, mas sim em um movimento espiral, com progressos e regressos naturais e constantes.

Segundo Datner (2006), uma boa leitura de um grupo é fundamental para um bom planejamento e entendimento de sua evolução. Nesse sentido, o autor descreve sobre as quatro fases de interação e integração progressivas de um grupo, baseadas na visão de Moreno:

1. **Fase da Amorfa:** há um sentimento de estranhamento grupal, onde ninguém se conhece. Cada um está voltado para si e não para o outro.
2. **Fase de reconhecimento recíproco:** esta é uma fase de confusão, nesta fase três fenômenos se manifestam: aceitação, indiferença e não aceitação.
3. **Fase de ação:** esta fase é denominada também como fase da organização da rede de relações do grupo. A possibilidade da construção de subgrupos é mais presente, o grupo também se sente fortalecido para cooperar.
4. **Fase das relações mútuas:** esta é a fase da produção, onde o grupo determina objetivos comuns, caminha em uma mesma direção, possui sentimento de reciprocidade que permeia as relações.

Fonseca Filho (2010) descreve que o psicodrama realizado em grupo semanalmente é considerado uma psicoterapia processual de grupo. Bustos (1999) destaca que o psicodrama aplicado em processo se torna diferente de uma demonstração pública ou terapêutica. Quem trabalha com psicodrama de grupo precisa estar atento aos perigos que este pode proporcionar, pois os psicodramatistas utilizam frequentemente a ação espontânea como dinâmica clássica. O terapeuta de um grupo deve estar envolvido sempre com a ação, bem como deve estar preparado para distanciar-se dela e tornar-se um observador do grupo, com compromisso no que está fazendo, cuidando para não causar danos às pessoas.

Nesse sentido, a ética no psicodrama é vista como um compromisso imediato com a realidade. A ética e a moral são produtos de uma sociedade e cada época possui um modelo de organização positiva ou negativa em uma sociedade. (BUSTOS, 1999).

Em uma psicoterapia ou psicodrama de grupo se faz necessária a ética, o vínculo e uma definição de um contrato para que sejam estabelecidas regras. Os profissionais estão comprometidos de forma concreta com o paciente e de maneira formal com o Código de Ética da categoria de psicólogos. A ética é histórica e ancora-se na cultura, evolui simultaneamente com a história do grupo e da sociedade. Em relação ao sigilo, Weil (2002, p.85) descreve que Moreno vai além, quer levar os indivíduos “à condição de entenderem aos poucos que a terapia funciona exatamente na medida em que todos se comprometem com o trabalho”, não significa apenas a questão do segredo em si, mas sim que cada um é terapeuta do companheiro de um grupo.

Dias (1987) apresenta a importância do contrato ao formar-se um grupo, pois implica em um acordo de alguns elementos básicos para que o processo terapêutico ocorra, como: definição de horários, frequência, local dos encontros, honorários, objetivo e tipo de sessão, seja ela grupal ou individual, ficando estabelecido o tipo de relação entre terapeuta e cliente. O sigilo também é fundamental, os participantes precisam estar conscientes da necessidade de manter sigilo sobre o que ocorre dentro do grupo, pois só assim pode-se criar um clima de confiança mútua, onde as pessoas sintam-se à vontade para expor suas questões.

Referente à entrada de um novo participante em um grupo terapêutico, torna-se necessário o anúncio antecipado, pois neste momento é que surgem

fantasias e temores em relação a novos integrantes. Porém, é importante estabelecer a interação dos membros do grupo na própria sessão. (BUSTOS, 2005).

Bustos (1999, p. 35), destaca Moreno quando este dizia que, se voltasse a nascer, o faria como grupo, e que o grupo “produz palavra, a quem se converterá na característica central e diferencial da raça humana”. A estrutura dramática possui começo, meio e fim, e através das técnicas pode-se chegar à catarse de integração, que é pôr para fora sentimentos contidos, causar *insights*, não necessariamente uma descarga de emoções, mais sim, privilegiar uma elaboração da situação gerando mudanças. As técnicas dramáticas constituem um lugar dinâmico no drama grupal, pois o grupo proporciona variedades de técnicas a serem utilizadas de forma espontânea. (ibid., p. 35).

O psicodrama de grupo é uma das modalidades do psicodrama mais eficientes e possibilita que o indivíduo lide com os conflitos perante um público, com relações próximas com as da vida real. O psicodrama de grupo é como um grau de aquecimento rápido, onde o grupo funciona como uma caixa de ressonância dos afetos presentes. Porém, a terapia de grupo não é indicada para qualquer pessoa, pois “clientes com algum grau de zonas de psiquismo caótico e indiferenciado, tipo psicóticos ou *borderlines* têm dificuldade de entrosamento grupal”, (DIAS, 1987, p. 91, grifo do autor) e isso acaba exigindo maior habilidade e experiência do terapeuta, precisando estar preparado, pois as vivências são intensas.

O autor supracitado descreve ainda que a dinâmica de um grupo é fundamental para o clima terapêutico. O início de uma terapia em grupo é uma fase importante para um psicodramatista, é um momento carregado de ansiedade, medo, vontade, curiosidade.

#### **2.4.2 Etapas do Psicodrama de grupo**

A seguir serão apresentadas as etapas do Psicodrama de Grupo. Estas etapas são distintas, porém, é uma sequência da outra, possui começo, meio e fim em uma sessão psicodramática.

- **Aquecimento:**

Aquecimento é a preparação do grupo para a dramatização, é o momento que se dá a escolha do protagonista. (GONÇALVES et al, 1988). Existem duas classificações para o aquecimento: o aquecimento inespecífico e específico.

Aquecimento inespecífico é muito utilizado para se fazer emergir o protagonista em um determinado grupo, visando situar o paciente na sessão, fazendo este focar a atenção em si. Favorece um movimentar-se livre, sem metas determinadas, situando-se no espaço da sala de trabalho possibilitando um reconectar-se consigo, podendo o aquecimento ser realizado em movimento do corpo ou de forma verbal. O aquecimento específico faz parte do processo em que o terapeuta, ou diretor, já possui um protagonista e resolveu qual técnica utilizar para ação dramática. As consignas são precisas, tendo em vista a preparação do protagonista para a dramatização. (CUKIER, 1992).

A dramatização só pode acontecer de forma eficaz, proveitosa e espontânea se o aquecimento for concretizado e efetivo, pois este favorece a proximidade das pessoas de um determinado grupo para a ação dramática (GONÇALVES et al, 1988).

No entanto, toda ação espontânea precisa de um preparo anterior, (aquecimento), mesmo que seja breve, para prevenir atos impulsivos ou fracasso da dramatização, (BUSTOS, 2005).

- **Dramatização:**

Nesta etapa é que ocorre a ação dramática, onde o protagonista aquecido representa no contexto dramático as figuras de seu mundo interior, projetando o conflito em cena. Também é aqui nesta etapa que o ego-auxiliar tem a função importante de ajudar o protagonista a ter uma percepção dos aspectos presentes na ação dramática, elucidando, encaminhando ou resolvendo o conflito presente no aqui agora. (GONÇALVES et al, 1988).

Marineau (1992) chama também a dramatização de representação, uma parte do psicodrama representado no palco, seguida de um compartilhar. Segundo Motta (2011) é através dos personagens em cena que a platéia e atores, por meio da ressonância gerada pela ação dramática, contam e recontam suas histórias, assim como reinventam o caminho e a maneira de andar na vida.

- **Sharing ou compartilhar:**

O momento do *Sharing*, ou compartilhamento, é a participação do grupo de forma terapêutica. Nesta etapa cada membro do grupo expressa em uma primeira ocasião o que tocou e emocionou na dramatização da história do protagonista, os sentimentos e semelhanças dos conflitos. Em seguida, outros comentários são realizados com relação à dramatização, porém o diretor precisa evitar comentários críticos do público. O protagonista se expôs e no momento do compartilhar é hora de cada elemento do grupo fazer o mesmo, se expor também (GONÇALVES; et al, 1988).

### 2.4.3 Instrumentos do Psicodrama de grupo

A seguir destacam-se os cinco instrumentos do Psicodrama de grupo ordenados por Moreno como: palco, protagonista (paciente), diretor (terapeuta), ego-auxiliar e o público.

- **Palco ou Cenário:**

Este é o local onde ocorre a ação dramática de acordo com as necessidades terapêuticas do paciente ou grupo. Uma linha imaginária, por exemplo, pode ser traçada para representar uma parede; uma almofada pode representar uma mesa ou uma pessoa. É necessário adotar as mesmas convenções do protagonista em relação ao espaço que está sendo projetado e utilizado na cena. (GONÇALVES et al, 1988).

De acordo com Marineau (1992, p. 168), é a “porção do teatro em que o protagonista fica e dramatiza uma situação particular”, é designado para as sessões psicodramáticas. O autor também destaca que existiram diversos modelos de palco, porém, os mais utilizados por Moreno eram de níveis diferentes e vários graus de envolvimento.

Moreno refere-se ao palco como um instrumento que proporciona ao protagonista um espaço vivencial da realidade da vida, “o espaço cênico é uma extensão da vida para além dos testes de realidade da própria vida”. (MORENO, 1978, p. 17).

- **Protagonista:**

A origem do nome protagonista vem do grego: *proto* (primeiro, principal) e *agonistes* (lutador, competidor). Nome este que se refere à pessoa que emerge para uma ação dramática, que simboliza sentimentos comuns, que permeiam um determinado grupo que este participa. (GONÇALVES et al, 1988).

A seleção de um protagonista ocorre durante um aquecimento, que faz parte do processo de uma sessão psicodramática de grupo. O protagonista selecionado desempenha o papel principal na cena dramática. (MARINEAU, 1992).

Na visão de Bustos (2005), a experiência de estar no papel de protagonista permite que a pessoa mergulhe em várias de suas próprias cenas temidas, conflitantes e entrar nas cenas de outros protagonistas presentes no grupo.

- **Diretor:**

No psicodrama, o líder, terapeuta, coordenador é denominado diretor. Este fica encarregado pelo grupo, conduzindo a sessão, seguindo as etapas e utilizando as técnicas psicodramáticas. (MARINEAU, 1992).

É o terapeuta que coordena a sessão, no entanto este possui três funções: o de diretor de cena, o de terapeuta e o de analista social. Como diretor de cena, promove o aquecimento para a ação dramática, acentuando a tele-sensibilidade do grupo. Como terapeuta, fica atento ao protagonista e os sentimentos ocorridos na inter-relação. Já como analista social, comenta, junto com os egos-auxiliares no momento do compartilhamento, sua compreensão do momento vivenciado na cena. (GONÇALVES et al, 1988).

Moreno destaca ainda que:

O diretor psicodramático deve ver todos os membros do público e, assim, estabelecer, se não mais, pelo menos uma ilusão de comunicação direta com eles; e é de igual valor terapêutico que cada espectador esteja apto a ver o diretor. Um hábil diretor psicodramático deve criar sempre uma ilusão de comunicação, deixando seus olhos percorrerem cada membro do público. (MORENO, 1978, p. 383).

O papel de diretor é de um maestro que conduz o ritmo de toda a produção, o aquecimento geral, a produção das cenas, as articulações, a teoria, o método, as técnicas, os temas, os assuntos, reunindo, assim, funções de produtor, ego - auxiliar, líder de grupo e terapeuta. (BUSTOS, 2005).

- **Ego - auxiliar:**

Ego - auxiliar é todo o sujeito que, ao contracenar com um protagonista, “joga o papel de pessoas de sua relação ou de figuras de seu mundo interno”. (DIAS, 1987, p.91). Qualquer pessoa do grupo pode assumir o papel de ego – auxiliar. O ego - auxiliar tem como foco a proximidade com o protagonista, desenvolvendo a Tele, como destaca Bustos (2005, p. 208):

O papel de ego-auxiliar tem no seu bojo a proximidade com o protagonista, integrado à alma da cena, e o manejo de sua “qualidade dramática”, indispensável para o aquecimento da cena de sua produção e para a atuação dos papéis complementares do protagonista. [...] No exercício desse papel se apreende e desenvolve a tele, a produção dos papéis complementares, o tom emocional das falas e o desempenhar do ator terapêutico.

O ego-auxiliar é um integrante de um determinado grupo, co-terapeuta, participante, que desempenha o papel no psicodrama de uma pessoa. Através da Tele o protagonista escolhe o seu ego, um fenômeno muito importante para o ego-auxiliar representar uma cena em um papel ativo. (MARINEAU, 1992). Tem como funções ser ator, auxiliar do protagonista e observador social. Como ator, representa papéis da vida do protagonista e das inter-relações deste. Na função de terapeuta, interage em cena com o protagonista e facilita a catarse e é observador social porque observa as inter-relações reproduzidas em cena. (GONÇALVES et al, 1988).

- **Público:**

O público é o “conjunto dos demais participantes da sessão psicodramática”. Logo após a dramatização, vem o momento do compartilhamento do público para com o protagonista. É nesta fase dos comentários que o público, ao compartilhar e comentar, se faz importante para ajudar o protagonista a funcionar

como uma “caixa de ressonância” ou “tornando-se ele mesmo protagonista coletivo”. (GONÇALVES et al, 1988, p. 101).

Moreno descreve sobre uma dupla finalidade do público:

Pode servir para ajudar o paciente ou, sendo ele próprio ajudado pelo sujeito no palco, converte-se então em paciente. Quando ajuda o paciente, é um sólido painel de opinião pública. Suas respostas e comentários são tão extemporâneos quanto os do paciente e podem variar desde o riso ao violento protesto. Quando mais isolado estiver o paciente, por exemplo, porque o seu drama no palco é formado por delírios e alucinações, mais importante se torna para ele a presença de um público disposto a aceitá-lo e compreendê-lo. Quando o público é ajudado pelo sujeito, assim se tornando o próprio sujeito, a situação inverte-se. O público vê-se a si mesmo, isto é, um de seus síndromes coletivos é retratado no palco. (MORENO, 1978, p. 19).

O autor supracitado destaca ainda que todos estes instrumentos são essenciais para causar o efeito da catarse mental, e que o diretor psicodramatista precisa estabelecer uma comunicação visual com todo o público, levando o espectador a uma visão do diretor para que haja um valor terapêutico, uma interação dos membros do grupo com o diretor, do diretor para com o grupo e do grupo para com cada membro deste.

#### **2.4.4. Técnicas clássicas do Psicodrama de grupo**

Abaixo serão apresentadas algumas técnicas clássicas psicodramáticas utilizadas no Psicodrama de grupo.

- **Apresentação do átomo social:**

O átomo social é uma representação das relações sociais ou familiares de uma pessoa, seja do passado, presente, distante ou não, que pode ser representado em termos gráficos. (MARINEAU, 1992).

Segundo Santos (1998), a apresentação do átomo social é uma forma específica de auto apresentação, e que a noção elementar do átomo social na teoria de Moreno está ligada às relações afetivas de uma pessoa e à situação que esta se encontra no grupo.

Nesta mesma linha de pensamento do autor acima citado, Gonçalves et.al (1988) descreve o átomo social como uma auto apresentação específica, onde por escolha do próprio sujeito ou à pedido do terapeuta, o protagonista apresenta as

pessoas que são significativas na vida deste. O autor ainda descreve que para Moreno, a pessoa representa a si mesmo e aos outros da relação e como as vê, não como elas realmente são. Esta técnica é muito utilizada em diagnósticos ou em entrevistas iniciais.

- **Espelho:**

O espelho é uma das técnicas que mais favorecem o insight. (CUKIER, 1992). O protagonista pode visualizar o próprio comportamento na forma de espelho através de um ego-auxiliar, que o representa no cenário. Esta técnica do espelho poder ser utilizada de duas maneiras: uma no contexto dramático, onde o ego-auxiliar entra em cena e faz um espelho do comportamento do protagonista, que assiste e percebe a si mesmo, frente a frente. Ou de outra maneira, o diretor retira o protagonista da cena e fica ao seu lado, observando o desempenho do ego-auxiliar. Facilita ao protagonista visualizar suas ações através de outra pessoa e distanciá-lo da cena, proporcionando uma consciência das atitudes e conflitos expostos. Desta forma, o protagonista pode dar-se conta sobre suas atitudes perante um determinado conflito e de forma espontânea e criativa, modificá-los. (GONÇALVES et al, 1988).

- **Duplo:**

É uma pessoa que desempenha o papel ou um aspecto do papel do protagonista, pois este muitas vezes necessita de uma pessoa que substitua o protagonista. (MARINEAU, 1992, p. 166). Cria um espaço reflexivo e tem por finalidade ajudar o protagonista a se aproximar de si mesmo. (BUSTOS, 1999).

O duplo baseia-se no primeiro estágio da Matriz de Identidade, podendo ser utilizada com qualquer protagonista e em qualquer momento de uma sessão de terapia. (GONÇALVES et al, 1988). Esta técnica só é utilizada quando o protagonista possui dificuldade de falar o que está sentindo. O diretor terapeuta adota a mesma postura, comportamento, gestos do paciente e expressa os sentimentos e emoções que captou do paciente na sessão. (GONÇALVES, 1998).

- **Solilóquio:**

No solilóquio o protagonista diz em voz alta o que está pensando no momento. (MARINEAU, 1992). É uma técnica simples de ser utilizada, pois apenas se pede para que o paciente pense em voz alta. É como se ele tivesse um alto falante na cabeça, muito útil para as pessoas que estão se atendo em dizer algo. Nesse sentido o que é expresso no solilóquio, são dicas valiosas para o terapeuta poder seguir a dramatização, pois pode explorar mais cena e trazer a tona sentimentos do paciente. (CUKIER, 1992).

O solilóquio é uma técnica verbal onde o protagonista pode expressar sentimentos e pensamentos ocultos. Neste momento o diretor age como mediador, facilitando ao protagonista a compreensão do solilóquio. (GONÇALVES et al, 1988).

- **Inversão de papéis:**

A inversão, ou troca de papéis, é o motor que propulsiona o Psicodrama. É uma das técnicas clássicas mais utilizadas nas clínicas psicológicas, proporcionando a vivência no papel do outro, o emergir de dados sobre o próprio papel, pois sem este distanciamento não seria possível. (CUKIER, 1992).

Segundo Gonçalves (1998, p. 21):

Na técnica de inversão os clientes fazem os papéis de seus antagonistas. Cada um desempenha o papel do outro tal como percebe, diante do outro. [...] Para o fundador do psicodrama, cada um vê o outro com seus próprios olhos e com os olhos do outro. [...] a vivência psicodramática permite, nessa situação, que haja uma intuição a respeito do ser do outro.

O protagonista adquire perspectiva e um olhar para uma determinada situação através do olhar ou ponto de vista de outra pessoa. Desta forma, a inversão de papéis é vista como a técnica mais importante do psicodrama e sociodrama, pois permite que cada um entenda o mundo interno de outra pessoa. (MARINEAU, 1992).

- **Concretização:**

A concretização é uma representação de objetos, entidades abstratas, conflitos, angústias, emoções, partes corporais, doenças orgânicas, através de imagens, do movimento e da fala. Estes são representados pelo o próprio paciente/protagonista ou ego-auxiliar. (GONÇALVES et al, 1988).

Permite ao protagonista interagir e exaltar sentimentos, receios, medos, fantasias, angústias, como se fosse um personagem representado por um ego-auxiliar. (BUSTOS, 1999).

Cukier (1992) destaca que se trata de uma técnica importante, pois quando bem administrada, proporciona e acelera a catarse de integração, caso contrário pode acabar produzindo apenas uma descarga física sem nenhum valor terapêutico.

- **Interpolação de resistência:**

A nomenclatura Interpolação de resistência é utilizada para instituir vários processos técnicos que têm por objetivo comum contradizer disposições conscientes e rigorosas do protagonista. Permite ao cliente ter acesso a novos aspectos de maneira flexível nos relacionamentos. (GONÇALVES et al, 1988).

- **Realidade suplementar:**

Realidade suplementar é o nome que se dá ao fato do sujeito poder dramatizar o não acontecido, tem a intenção de desvelar, avaliar, conhecer, dentro de um processo psicoterápico, significados dessa realidade para o protagonista (GONÇALVES et al, 1988).

- **Maximização**

A maximização consiste em fixar atenção aos sentimentos ou movimentos do protagonista e exaltar nele próprio estes aspectos, como por exemplo, pedindo-lhe para que seja a própria tristeza, a raiva, favorecendo a catarse de integração. (BUSTOS, 1999).

#### 2.4.5. Outros domínios de técnicas psicodramáticas

Neste tópico serão apresentadas outras técnicas utilizadas no Psicodrama, algumas denominadas por Moreno e outras denominadas por autores que deram continuidade à teoria.

- **Trabalho com imagens**

Esta técnica é utilizada de diferentes formas. Pode ser uma “síntese ou um espelho a distância”, proporcionando *insights* intelectuais. (BERMUDEZ, 1984 apud CUKIER, 1992, p. 67). Porém, a autora Cukier (1992), afirma que gosta de utilizar após a construção de uma imagem, a troca de lugar do protagonista com a imagem que este criou para vivenciar a emoção, sentimentos e conflitos, sendo possível o manejo de várias das técnicas clássicas do psicodrama, como: duplo, espelho, inversão de papéis e solilóquio.

- **Auto apresentação**

A auto apresentação consiste em sugerir que cada integrante de um grupo se apresente e ao mesmo tempo também possam apresentar pessoas das relações significativas da sua vida. É uma técnica considerada simples quando utilizada em um processo de aquecimento grupal, que facilita a apresentação de um ou de cada pessoa do grupo. (MENEGAZZO, et. al. 1995). Também é utilizada em entrevistas de um psicodrama individual ou psicodrama grupal ao entrar um novo integrante no grupo. (SANTOS, 1998).

O paciente que se propõe ao trabalho desta técnica apresenta-se ao grupo falando de si através de representação dos papéis significativos da vida, tais como: papel profissional, familiar, sejam estes papéis do presente, passado ou futuro (GONÇALVES et al, 1988).

- **Projeção do futuro**

Segundo Cukier (1992), esta técnica busca investigar o futuro próximo, ou distante, dentro de um contexto de vida da pessoa, permitindo visualizar as expectativas, repetições do passado e compreender comportamentos presentes.

Moreno destaca nesse método o paciente idealizando seu futuro através de emoções, sentimentos, expectativas. O homem sente necessidade de imaginar-se em um futuro, entretanto, sente dificuldade ao projetá-lo na medida em que vai envelhecendo. Na juventude esta projeção do futuro ocorre com muito mais energia, pois “fazer projeções para o futuro é continuar fantasiando e acreditando na possibilidade de realizar sonhos”. (MORENO, 1966 apud CRELIER, 1998, p. 69).

- **Jogo do dominador – dominado**

Este jogo trata-se de propor ao paciente um confronto que proporciona um debate entre posições opostas. Pode ser qualquer cisão significativa dentro da personalidade do sujeito. (CUKIER, 1992).

- **Entrevista/Reportagem**

Esta técnica é muito utilizada para diagnosticar e compreender terapeuticamente as questões trazidas pelo paciente e contextualizar a ação dramática para preparação das cenas. É praticada através de um diálogo entre diretor, protagonista e/ou ego- auxiliar. (MENEGAZZO et al, 1995).

- **A Dança e Psicomúsica**

O domínio de ritmos, a dança e a música, necessitam de método para explorar a espontaneidade. A experimentação com os estados de espontaneidade, aquecimento preparatório e movimento do corpo no espaço, são exemplos deste método. Não há um processo verbal, o corpo faz o aquecimento preparatório para dançar e conseqüentemente surge um diálogo. O terapeuta da dança foi dividido em duas classes: “o ator-dançarino que dança para curar-se – autocatarse – e o ator-dançarino que dança para representar um grupo de espectadores, os quais co-experimentam com ele o desempenho da dança – catarse coletiva”. (MORENO, 1978, p. 273).

Valongo (1998), relata que Moreno propôs um trabalho para músicos e pessoas comuns, o qual denominou psicomúsica, uma técnica de domínio psicodramático, com o intuito de desenvolver a espontaneidade de músicos. O autor destaca ainda que um dos aspectos pontuados por Moreno sobre esta técnica é sobre a questão corporal. É fundamental considerar o próprio corpo indispensável em uma vivência musical. O corpo pode ser usado como instrumento e o instrumento utilizado como uma extensão do próprio organismo. Ainda dentro da psicomúsica, a improvisação é outro fator importante que leva ao aprimoramento da espontaneidade.

## 2.5 DANÇA DO VENTRE

A dança, de forma geral, independente do estilo e cultura, é a única que dispensa materiais e ferramentas, dependendo somente do corpo. Por conta disso é considerada a mais antiga que o ser humano leva dentro de si desde tempos imemoriais. Mesmo antes de polir a pedra, construir abrigo, produzir utensílios, instrumentos e armas, o homem batia os pés e as mãos ritmicamente para aquecer e comunicar-se. A dança possui registros nos papiros feitos nas pirâmides do Egito, onde eram realizados cultos e cerimônias aos deuses e deusas da mitologia egípcia, como relata Portinari (1989, p.20):

No Egito, bem como em outras antigas civilizações, a dança tinha um caráter sagrado. Sua invenção era atribuída a Bes, um deus-anão originário da Núbia, que usava pele de leopardo, protegia contra a feitiçaria e favorecia um parto rápido. Mas a patrona da dança era Hathor, deusa-mãe representada por uma vaca que carregava o disco solar entre os chifres. As duas figuras são vistas em papiros e em desenhos no interior das pirâmides associadas com a palavra *hbij* significando ao mesmo tempo dançar e estar contente.

A dança é uma das atividades onde o homem se encontra por inteiro no corpo, espírito e coração. A dança é um esporte completo, é uma meditação, uma forma de conhecimento. (GARAUDY, 1980). Ela é uma das mais antigas artes praticadas pelo homem. Ao compreender a história e acontecimentos marcantes de uma dança, pode-se conhecer e usufruir desta arte de dançar e entender a cultura presente. A arte suporta críticas e resiste ao tempo, comunica concepções de coisas que não poderiam ser expressas de outra forma, “porque é uma linguagem codificada por símbolos”. A dança do ventre conhecida como uma arte milenar e

ancestral, segue esse mesmo processo, um diálogo que transmite idéias sob diversas formas de movimentos. (KAHA, 2011, p. 61).

Nos próximos tópicos será apresentada uma breve história sobre a dança do ventre, considerada por muitos estudiosos como uma dança feminina, com benefícios para a saúde do corpo e alma de quem deseja dançar. Uma história repleta de mitos, mistérios, controvérsias, porém, muito interessante e encantadora.

### **2.5.1 Origem da Dança do ventre**

A verdadeira origem desta dança é incerta, duvidosa e as literaturas são escassas, existindo poucos registros e documentos com informações confiáveis, gerando assim, muitas interpretações e significados. Porém, a origem mais conhecida e aceita por muitos estudiosos e historiadores é que a dança do ventre surgiu no Egito, através de rituais, cultos religiosos, onde as mulheres dançavam e veneravam as deusas. Esta dança, descrita em alguns registros, não era uma dança ensinada em escolas, mas sim transmitida de geração a geração como um patrimônio cultural, que se espalhou pelo mundo através dos ocidentais ganhando características distintas, assim como suas definições. Sua característica hoje é cultural, artística e profissional. Possui técnicas e significados da cultura árabe, formando bailarinas e professoras especialistas no assunto. A dança do ventre, etimologicamente, é uma tradução do inglês americano Bellydance, ou Racks El Sharqi, que em árabe significa Dança do Leste. Tem origem egípcia, porém, poderia ter surgido por diversos locais ao mesmo tempo e levadas para várias partes do mundo antigo por grupos diferentes, entre eles os ciganos, nômades da Arábia ou da Península do Sinai. Esta dança também está relacionada à fertilidade e às contrações do parto. (KAHA, 2011).

Apesar de alguns autores não concordarem que a dança do ventre tenha ligação com o matriarcado, Kaha (2011) relata que a mesma surgiu por volta de 7.000 (sete mil) anos e possui uma relação com o matriarcado por conta dos cultos à Deusa-Mãe, onde a mulher era considerada uma deusa porque era ela quem gerava a vida. E por pressão do patriarcado, a dança do ventre se tornou, em alguns lugares, uma forma de entretenimento para os homens, perdendo o sentido conhecido como original, o culto aos ciclos da vida, à fertilidade e ao sagrado feminino. A dança do ventre é uma arte que possui figuras, formas, sequências de

passos e movimentos com batidas de quadril, que são chamados de shimmies, sendo uma dança sensual e ao mesmo tempo elegantemente delicada. Possui passos do ballet clássico, lentos e muitas vezes caóticos, acontecem ao som da música egípcia, turca, grega e árabe. São muitos os estilos, variações desta dança por conta de sua longa história e evolução.

As sacerdotisas realizavam danças chamadas sagradas no antigo Egito. Elas praticavam os movimentos e sabiam sobre a arte de expressar sentimentos através do corpo com a música. Dançar é permitir soltar as tensões, é relaxar, uma abertura para sentimentos. (MORO, 2004).

Ainda no Egito, pode-se dizer que se encontra a forma mais primitiva e de maior preservação desta dança. Ao longo do tempo movimentos do ballet clássico foram inseridos pelos ocidentais, tornando os movimentos mais delicados, precisos e fazendo desta dança uma arte para ser apreciada e valorizada por todo o mundo. A dança foi considerada principal meio de comunicação nas civilizações antigas através dos rituais, oferendas, celebrações de casamentos, nascimentos, funerais, entre outros, uma linguagem corporal onde expressavam a cultura, sentimentos e emoções. (MOHAMED, 1995).

Ao dançar o ventre, retrata-se o simbolismo dos mistérios do ciclo da vida. Com diversos enfoques, esta dança pode ser sensual, espiritual, artística, comercial, terapêutica. Com objetivo de comunicar a celebração da vida através do ventre ligada à fertilidade, gestação e ao sagrado feminino, a dança do ventre constitui uma forma de comunicação interior, um encontro consigo mesmo, uma dança repleta de magia. (MEERA, 2013).

A dança do ventre possibilita ao sujeito discernir, através dos movimentos corporais aprendidos, o que este corpo está querendo transmitir. Através do equilíbrio e consciência corporal que esta dança exige e proporciona para quem exercita, torna-se possível a conscientização desses sentimentos e a transformação de atitudes na vida, controlando as emoções, ao invés de “sepultá-las no corpo”, como descreve Kaha (2011, p.70):

A Dança do Ventre oferece um meio mais produtivo de enxergar as dificuldades, pois durante as aulas se aprende, através da linguagem corporal, que emoções, como a ansiedade e a raiva, e sentimentos como a tristeza, não se instalam em nós sem que tenhamos o controle sobre eles – se estivermos conscientes. A maneira como raciocinamos e nos movimentamos pode transformar o que sentimos.

Ainda segundo a autora supracitada, esta dança é um catalisador de emoções e energias, causando grande efeito psicológico que proporciona uma comunicação corporal através dos movimentos.

### **2.5.2 Movimentos básicos da Dança do Ventre**

Toda dança possui diferentes gêneros artísticos, cada qual sua técnica que inclui um repertório de passos e formas de utilizá-las. Neste tópico serão apresentados alguns movimentos básicos da dança do ventre. Porém, é importante destacar que não estarão expostos todos os movimentos desta dança, nem as variações desses movimentos. O objetivo é apresentar os movimentos que foram selecionados para trabalhar terapeuticamente com as participantes do grupo desta pesquisa. Não é função desta pesquisa descrever cada movimento da dança do ventre, articulações e funções da musculatura corporal, mas sim, oferecer uma breve noção de quais movimentos foram utilizados.

- **Posição básica:**

É considerada um dos passos mais tradicionais desta dança, com os pés paralelos, uma perna fica como base enquanto a outra vai para a posição oriental. Este movimento pode ser feito parado ou com deslocamento espacial. O movimento é realizado no acento musical, quando o quadril se eleva e o pé toca o chão simultaneamente. O pé da frente apóia-se na ponta ou meia ponta dos pés, deixando o peso na base de trás. É uma das posições mais conhecidas desta modalidade de dança. Os movimentos do corpo são realizados em torno de um eixo, o centro do corpo. (KAHA, 2011).

- **Movimento de braços:**

Os braços são considerados a moldura do corpo, responsáveis pelo acabamento em toda a dança. Os braços podem muitas vezes caracterizar o estilo dentro do universo desta dança: os braços mais baixos, próximos à região do umbigo, caracterizam uma dança egípcia, popular e oriental, enquanto os braços

mais altos, próximos à linha do busto, são típicos de uma dança já influenciada por outras técnicas mais ocidentalizadas. (SUHEIL, 2012[?]).

- **Movimento de mãos:**

Na dança do ventre as mãos são a essência da delicadeza nos movimentos. Os dedos ficam fechados e o polegar colado ao dedo indicador. Para que as mãos sejam delicadas elas necessitam de um grande empenho dos músculos dos dedos, do pulso e do antebraço. Elas devem trabalhar calmamente e com naturalidade. Movimentos aleatórios involuntários não caracterizam esta dança, mas sim vícios técnicos de uma época em que a dança não possuía a limpeza técnica dos dias atuais:

- *Ondulação de mãos*: movimento horizontal executado pela mão;
- *Ondulação de mãos mista*: quando a ondulação de mãos é realizada uma vez com a palma da mão para baixo e outra com a palma da mão virada para cima;
- *Rotação interna*: com o movimento iniciando-se no pulso, a mão agrega a Ondulação uma rotação de 360° virando para dentro (sentido anti-horário);
- *Rotação externa*: com o movimento iniciando-se no pulso, a mão agrega a ondulação uma rotação de 360° virando para fora (sentido horário). (SUHEIL, 2012 [?]).

- **Shimmies:**

Segundo Kaha (2011), a estrutura da manifestação do shimmie da dança do ventre tem como base as articulações dos joelhos. Como um exercício aeróbico, trabalha a respiração, elimina excesso de líquido do corpo, toxinas e até gorduras, pois as vibrações dos *shimmies* são exercícios corporais. Também pode ser considerada como uma forma de harmonizar corpo e mente, fortalece os músculos do abdômen e da pelve. (MOHAMED, 1998).

- **Básico egípcio:**

Um dos passos mais tradicionais desta dança, o básico egípcio tecnicamente é composto por uma elevação do quadril com duas quedas deste. Na posição oriental ou posição básica, o quadril que trabalha é o oposto da base que sustenta o corpo. É uma elevação e queda do quadril oposto, apoiando-se na ponta do pé no chão. (SUHEIL, 2012, [?]).

### **2.5.3 Elementos e roupas típicas da Dança do Ventre**

A seguir serão destacados, de acordo com Meera (2013), alguns significados dos elementos utilizados na dança do ventre, bem como os trajes típicos usados em cada um.

- **VÉU**

O véu tem muitos significados culturais no Oriente. É parte da rotina de todos os homens e mulheres por diversos motivos, tais como a necessidade de protegê-los das extremas condições climáticas, a questão da religiosidade ou apenas como enfeite (FIGURA 3).

Figura 3 – Representação do véu e roupa típica dança do ventre.



Foto: Próclis Fotografias. 2012. Bailarina Patrícia Fontana.

- **ESPADA**

Existem muitas histórias associadas à origem da dança com a Espada (FIGURA 4), uma delas conta que as filhas dos comerciantes dançavam graciosamente pelas ruas exibindo a espada e equilibrando-a com intuito de atrair um bom casamento. Símbolo de poder, a espada merece respeito, pois é capaz de trazer à consciência uma cura profunda, cortar amarras e reestabelecer o equilíbrio.

Figura 4 – Dança com a espada.



Foto: Próclis Fotografias. 2012. Bailarina Patrícia Fontana.

- **JARRO**

Nas festas do povo a bailarina interpreta, com alegria, movimentos associados às tarefas do dia. A Dança do Jarro retrata a rotina das mulheres que caminham de sua tenda até o oásis ou às margens do Nilo para buscar água. As músicas são alegres e geralmente falam desse elemento vital. Nos rituais, a dança do jarro (FIGURA 5) era realizada após os nascimentos para trazer abundância e outras bênçãos à criança. A foto a seguir representa a roupa típica da dança com o jarro.

Figura 5 – Dança com o Jarro.

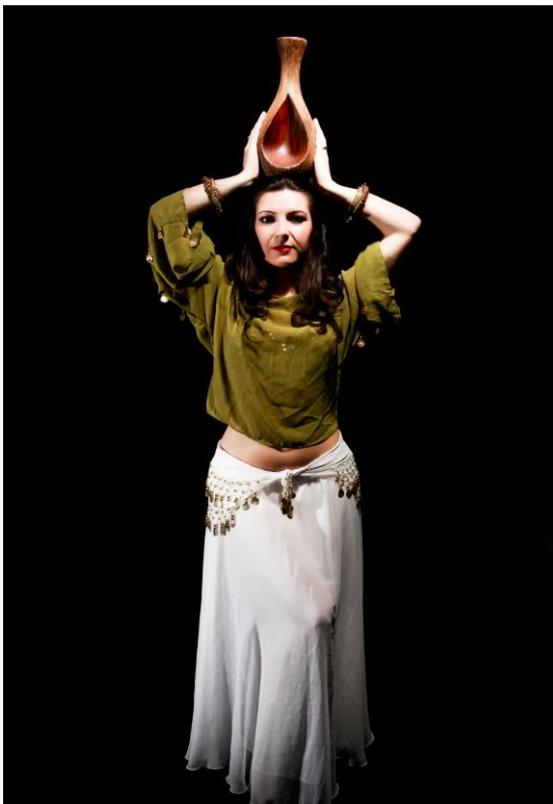


Foto: Próclic Fotografias. 2012. Bailarina Patrícia Fontana.

- **CANDELABRO E TAÇAS COM VELAS**

É costume no Oriente que a bailarina abra o cortejo dos noivos iluminando seu caminho ao equilibrar um candelabro com habilidade enquanto dança. Ritualisticamente, o fogo sagrado é o símbolo da vida. Já a dança com taças pode ser uma vertente da dança do candelabro ou talvez da dança com pratos e velas acesas, executadas por mulheres bem casadas na Índia. Por isso a dança com fogo também está presente nos batizados e aniversários (FIGURA 6). Tem o poder de iluminar, aquecer e transformar. Logo abaixo, segue uma foto onde a bailarina representa a dança com o candelabro e a dança com taças e velas.

Figura 6 – Dança com o Fogo.



Foto: Próclis Fotografias. 2012. Bailarina Patrícia Fontana.

- **BASTÃO**

Na região de El Said, na parte mais alta do Egito, os pastores utilizam longos cajados chamados *shoumas* para caminhar e defender o rebanho. No fim do dia eles regressam e dançam com seus *shoumas*, simulando lutas. O ritmo recebe o mesmo nome dessa região: Saaid. Tradicionalmente, as bailarinas usam um vestido solto, lenço amarrado no quadril e outro na cabeça (FIGURA 7). Outros significados simbólicos que podem ser atribuídos ao bastão são: responsabilidade, liderança e delimitação do território. Segue logo abaixo, foto da bailarina com traje típico e dançando com bastão.

Figura 7 – Dança com o Bastão



Foto: Próclis Fotografias. 2012. Bailarina Patrícia Fontana.

#### 2.5.4 Dança do ventre e seus benefícios

Os benefícios desta dança milenar, presente nos dias atuais, não são de exclusividade das mulheres, mas também para homens que queiram compartilhar dessa experiência através desta dança. É um caminho para despertar ainda mais a espontaneidade e criatividade. De acordo com Kaha (2011, p. 62, grifo do autor):

A dança do ventre resistiu ao tempo. [...] vem das entranhas femininas, é visceral [...] mas penetração neste mundo não é totalmente exclusiva do mistério feminino, e qualquer um pode conhecê-lo, senti-lo, interagir com ele; embora toda e qualquer experiência *seja sempre única da portadora do ventre*, o público masculino *pode compartilhar* desse momento criativo.

Muraro e Boff (2002) destacam que todo feminino tem um lado masculino e todo masculino um lado feminino, um ser uno.

Na dança ocorre a criatividade que se compartilha, existe um sincronismo entre as pessoas e o compasso, sincronismo este que é uma conjugação de dois ou mais sistemas rítmicos numa só pulsação, o ritmo fisiológico de um corpo entra em ressonância com outro corpo. Contudo, “a melhor arte não é a que se apresenta

numa bandeja de prata, mas a que desperta a capacidade do leitor para a ação.” (NACHMANOVITH, 1993, p. 95-101.)

Kaha (2011, p. 74) descreve que mulheres que praticam esta dança são “mulheres em movimento”, e este tem como foco o ventre, que deve ser protegido, assim como todas as partes do corpo devem ser percebidas e receber atenção. Ao dançar, é possível perceber as partes do corpo que antes eram “invisíveis”. Também descreve que “o ventre é o órgão mais original da mulher – porque o ventre: CRIA.” Kaha (2011, p. 69, grifo da autora), é onde as bailarinas criam seus passos, muitas vezes na base da espontaneidade, sendo livre, deixando o ventre levar e criar.

“Ter ventre é ter centro”, e uma vida que não possui um centro, não tem sentido, pois o ventre é um lugar considerado sagrado e de transformação por diferentes culturas. Escutar o corpo é como “ler um texto sagrado”, o ventre que é uma parte do corpo tem muito a revelar, estar atento a ele, “é também observar o mundo de nossas emoções”. (LELOUP, 1998, p. 93-94).

Meera (2013) resume lindamente e de forma poética sua prática e experiência sobre os benefícios da dança para a mulher. Para a autora, toda dança é um belo caminho para o autoconhecimento, uma das mais prazerosas formas de expressar-se, encontrar um divino interior, de forma criativa, espontânea. No ventre encontram-se grande parte das funções vitais do nosso corpo e a dança ajuda a alongar as musculaturas abdominais, aumentando a circulação sanguínea nos ovários e equilibrando a produção dos hormônios. Libera as articulações, despertando sentidos, valorizando e modelando as formas femininas, promovendo benefícios para a fertilidade, para o parto, a menstruação, a menopausa, entre outros. Celebra o prazer de ser mulher, independente da idade.

Segundo Kaha (2011), um dos benefícios importantes desta dança milenar, é a consciência corporal, o autoconhecimento que esta dança proporciona aos praticantes. A autora ainda destaca esses benefícios que podem ajudar a compreender as memórias de cada parte do corpo; detectar as emoções presas, reprimidas neste corpo, levando a uma autoconsciência emocional através dos movimentos.

### 3 MÉTODO

#### 3.1 NATUREZA E TIPO DE PESQUISA

Segundo Marconi e Lakatos (2010, p. 139), a pesquisa é um “procedimento reflexivo e sistemático, controlado e crítico, permitindo descobrir novos fatos ou dados, relações ou leis, em qualquer campo do conhecimento”.

A presente pesquisa pode ser classificada como de campo e pesquisa-ação. A pesquisa de campo segundo Marconi e Lakatos (2010, p. 169):

[...] é aquela utilizada com objetivo de conseguir informações e/ou conhecimentos acerca de um problema para o qual se procura uma resposta, ou de uma hipótese, que se queira comprovar, ou, ainda, descobrir novos fenômenos ou as relações entre eles.

De acordo com Gil (2002, p. 134), “um estudo de campo pode ser reconhecido como válido quando se mostra capaz de levantar novas questões ou hipóteses a serem consideradas em estudos futuros”, não tendo necessariamente que apresentar novas perspectivas teóricas.

Assim, os estudos da pesquisa de campo almejam trazer um maior aprofundamento do tema proposto.

A pesquisa-ação “é um tipo de pesquisa social com base empírica que é concebida e realizada em estreita associação com uma ação ou com a resolução de um problema coletivo”, onde pesquisadores e participantes representativos da situação problema estão envolvidos de modo cooperativo ou participativo. (TRIOLENT 1985, p.14 apud GIL, 2002, p. 55).

O presente trabalho de pesquisa tem caráter qualitativo. A pesquisa qualitativa responde a questão muito particular, se ocupando nas ciências sociais, onde não se pode quantificar, pois se trabalha com um universo dos significados, crenças, valores, atitudes, entendido como parte da realidade social, fenômeno humano que se distingue pelo agir, pensar e interpretar suas ações. De acordo com Minayo (2012, p.21):

O universo da produção humana que pode ser resumido no mundo das relações, das representações e da intencionalidade e é objeto da pesquisa qualitativa dificilmente pode ser traduzido em números e indicadores quantitativos.

Esta pesquisa pretende, no entanto, aprofundar os conhecimentos da pesquisadora com o psicodrama, utilizando a da Dança do Ventre como um modelo de intervenção baseado no método psicodramático, promovendo consciência corporal e proporcionando uma vivência terapêutica para as mulheres participantes.

### 3.2 POPULAÇÃO/ AMOSTRA

Segundo Vergara (1997), a amostra, ou população amostral, é uma parte do universo selecionada a partir de um critério de representatividade. A população ou universo são elementos que constituem características do objeto do estudo da pesquisa.

Para a realização desta pesquisa foi utilizada amostra não-probabilística, caracterizada pela ocorrência do pesquisador conduzir e definir os elementos considerados característicos da população que se deseja estudar. (DIEHL; TATIM, 2004).

Esta escolha da população e amostra teve como primeiro critério o público sendo do sexo feminino; segundo critério, serem maior de 18 anos e, terceiro e último critério residir na cidade de Tubarão – SC. O critério de ser mulher é porque a pesquisadora tem conhecimento e pratica com a dança do ventre feminina e não masculina, pois existe a dança do ventre onde homens também dançam, porém são danças folclóricas e esta modalidade a pesquisadora não tem conhecimento prático. O critério da idade foi porque, na dança do ventre, existem formas de ensinar os movimentos para crianças e adolescentes, adultos e idosos. O foco terapêutico neste sentido foi para adultos. O ambiente adequado para os encontros realizados com espaço e com almofadas foi encontrado na cidade de Tubarão-SC, próxima a cidade onde reside a pesquisadora, justificando assim a escolha e preferência pelo local.

A população da pesquisa foram com mulheres residentes na cidade de Tubarão – SC e região com idade entre 21 e 35 anos. A amostra contou com a colaboração de 10 (dez) mulheres, uma quantidade considerada suficiente para a realização de um trabalho em grupo. Conforme questões éticas, a identificação dessas mulheres será mantida em sigilo, apenas os relatos das vivências serão escritos para melhor compreensão dos encontros. Também serão apresentadas

algumas fotos dos encontros, sem identificação do rosto das participantes. Estas assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido sobre as gravações e a utilização de imagens, com autorização das mesmas para utilização destes, desde que não apareçam os rostos.

### 3.3 PROCEDIMENTOS DE COLETA DE DADOS

O psicodrama de grupo foi divulgado na Universidade localizada na cidade de Tubarão-SC, Unisul, em uma oficina com o tema Dançadrama do Ventre realizado pela pesquisadora, convidada para fazer um trabalho utilizando o psicodrama e a dança. Sendo uma forma de avaliar o modelo de intervenção proposto e já efetuar o convite para quem desejasse participar dos encontros em grupo, a pesquisadora se propôs a realizar a oficina. Esta foi oferecida no dia 27 de agosto de 2013, em comemoração ao dia do psicólogo, no período noturno para o curso de Psicologia. Feito o convite para as mulheres que estavam participando da oficina para colaborarem com a pesquisadora neste projeto, e do sucesso da oficina, definiu-se então iniciar os encontros no mês de outubro de 2013.

Após o contato inicial, deu-se início às sessões psicodramáticas de grupo, num total de sete (07) encontros, considerados suficientes pela pesquisadora por conta de sua experiência realizada na oficina citada anteriormente e por conta do tempo para finalização deste projeto. Um período aceitável, na opinião da pesquisadora, para realização das vivências e para criar-se um vínculo entre as participantes e pesquisadora. Os encontros foram realizados semanalmente com duração aproximada de duas (02) horas, nos meses de outubro e novembro do ano de 2013.

Foram utilizadas, em cada encontro, as técnicas do psicodrama, as etapas de um psicodrama de grupo como: aquecimentos inespecíficos e específicos, dramatização e compartilhar; bem como os instrumentos do psicodrama de grupo que são: diretor (terapeuta, neste caso a pesquisadora), o protagonista, ego-auxiliar, cenário e público. O contexto do psicodrama foi grupal, pois terapeuta e participantes compõem a trama do contexto grupal, com objetivos específicos que é dançar e vivenciar terapeuticamente os movimentos; e contexto dramático, trabalhando a um só tempo, tanto passado, presente e futuro, onde tudo ocorre no

“como se” do imaginário, ocorrendo a “catarse de integração”, manifestando-se o “co-inconsciente e inconsciente individual”. (GONÇALVES et al, 1988).

O ambiente onde foram realizados os encontros para esta pesquisa, foi em uma sala de vivências onde possui um amplo espaço com almofadas, ambiente agradável e reservado, nas dependências da UNISUL, na cidade de Tubarão - SC. A dança do ventre foi utilizada para a realização de movimentos corporais básicos como, por exemplo, movimentos de mãos, braços, quadril, entre outros característicos da dança do ventre. Em alguns encontros foram utilizados elementos da dança do ventre como, espada, véus, taças com velas, candelabro e jarro, bem como roupas características desta dança.

Sendo um grupo de mulheres construído para fins terapêuticos, não houve necessidade das participantes saberem dançar, pois os movimentos básicos da dança foram ensinados pela pesquisadora, psicóloga e professora de dança do ventre.

Teve como proposta promover a conscientização corporal das participantes, proporcionando uma vivência terapêutica, de autoconhecimento, e por fim, identificar a dança do ventre como um modelo de intervenção baseado no método psicodramático.

As integrantes ficaram cientes da utilização dos dados para a pesquisa e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (APÊNDICE A).

### 3.4 PROCEDIMENTOS DE ANÁLISE DE DADOS

A análise dos dados coletados foi relacionada aos conteúdos de acordo com o tema desta pesquisa.

Segundo Marconi e Lakatos (2002, p. 35), a análise é a “tentativa de evidenciar as relações existentes entre o fenômeno estudado e outros fatores”. Destaca ainda, que a elaboração de uma análise pode ser realizada em nível de “interpretação; explicação e especificação”, possibilitando ao pesquisador examinar as respostas “à sua indagação” e as hipóteses levantadas na pesquisa.

O autor Gil (2002) descreve a análise como uma redução, caracterização e interpretação dos dados. Consiste em um processo de seleção, simplificação, abstração e transformação dos dados originais para definir quais estão em

concordância com os objetivos da pesquisa. A representação dos dados incide na organização destes, para melhor decisão e conclusão da pesquisa.

#### 4 APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS DADOS

A apresentação das intervenções estará exposta ao longo dos sete encontros, através dos dados coletados e da aplicabilidade do Psicodrama de Grupo, realizado com uma amostra de dez mulheres participantes.

A coleta de dados deu-se através da pesquisa-ação e contemplou o objetivo geral, que é Investigar a dança do ventre como um modelo de intervenção psicoterapêutico baseado no método do Psicodrama de Grupo.

A análise dos sete encontros será distribuída em três grandes momentos: os dois primeiros encontros focados na integração grupal e auto apresentação; o terceiro, quarto, quinto e sexto encontro, relacionados à consciência corporal, espontaneidade, autoconhecimento; o sétimo e último encontro, será feita a análise de todos os encontros, o vínculo do grupo desde o primeiro encontro e o que estes encontros ajudaram na vida de cada uma das participantes.

##### 4.1 CARACTERIZAÇÃO DAS PARTICIPANTES DO PSICODRAMA DE GRUPO

As dez mulheres participantes (todos os nomes são fictícios) caracterizam-se por apresentarem a faixa etária entre 21 e 35 anos (QUADRO 1). As profissões variam entre professoras, psicóloga, nutricionista e estudantes, sendo que alguma possuíam mais de uma ocupação.

Quadro 1 – Representação da caracterização das participantes.

(continua)

<b>Nome das participantes Fictício</b>	<b>Idade</b>	<b>Profissão/ocupação</b>
1) Aixa	22 anos	Estudante Educação Física
2) Yasmim	28 anos	Psicóloga e professora
3) Layla	35 anos	Estudante Psicologia
4) Nayara	22 anos	Estudante Psicologia

Quadro 01: Caracterização das participantes do Psicodrama de grupo

Fonte: Pesquisa ação realizada nos meses de outubro à novembro de 2013.

Quadro 1 – Representação da caracterização das participantes.

(conclusão)

<b>Nome das participantes Fictício</b>	<b>Idade</b>	<b>Profissão/ocupação</b>
5) Kira	22 anos	Estudante Psicologia
6) Nádia	24 anos	Nutricionista e estudante de Hotelaria
7) Íris	25 anos	Estudante Psicologia
8) Samira	21 anos	Estudante educação física e professora de educação física
9) Soraia	24 anos	Estudante Psicologia
10) Raissa	28 anos	Estudante Psicologia

Quadro 01: Caracterização das participantes do Psicodrama de grupo

Fonte: Pesquisa ação realizada nos meses de outubro à novembro de 2013.

## 4.2 DESCRIÇÃO DOS ENCONTROS

A seguir, seguem os principais fatos das intervenções realizadas através do Psicodrama de Grupo para obter um autoconhecimento, a consciência corporal, o reconhecimento de si e do outro e um encontro consigo mesma, tudo isso ao longo dos sete encontros.

### 4.2.1 1º Encontro (08/10/13)

No dia 08 de outubro de 2013, às 18h, em uma sala com almofadas e espaço suficiente para a realização dos encontros, localizada na cidade de Tubarão – SC, ocorreu uma reunião com as mulheres interessadas em participar do grupo terapêutico. Nesta ocasião, foi esclarecido o objetivo e o funcionamento do grupo através de uma apresentação de slides com o recurso do notebook. Logo após as mulheres interessadas em dar continuidade na vivência, preencheram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. (APÊNDICE A).

Neste encontro deu-se início às atividades com as mulheres que assinaram o termo de consentimento. São elas: Aixa, Yasmim, Íris, Nayara, Kira, Nádia e Soraia. Todos os nomes que serão apresentados no relato, são fictícios.

Primeiramente, foi estabelecido com seriedade, o contrato contendo a demarcação dos horários, dias, reforço do sigilo e a questão das faltas. Também a importância do comprometimento e da responsabilidade por parte das participantes do grupo terapêutico para o processo e vínculo do mesmo em cada encontro. Logo após, o grupo foi informado que novas integrantes estariam completando assim o grupo constituído por dez participantes, a partir do segundo encontro.

Segundo Bustos (2005), o aparecimento de um novo membro no grupo é anunciado antecipadamente, pois neste momento, aparecem fantasias e temores referentes aos novos participantes. É necessário promover um processo de interação nas sessões seguintes. Por isso a importância de informar sobre a entrada de novas pessoas no grupo, para aos poucos criar um clima terapêutico favorável. Neste sentido Dias (1987), descreve que a dinâmica de um grupo é fundamental para o clima terapêutico.

O grupo foi extremamente compreensível com relação ao contrato e todas se comprometeram às exigências constituídas. O contrato de sigilo foi concretizado através da fala de cada participante se comprometendo com todo o grupo.

Segundo Dias (1987), o contrato e o sigilo são fundamentais na formação de um grupo terapêutico, os participantes precisam estar conscientes das normas e da necessidade de manter sigilo. Assim, cria-se um clima de confiança mútua.

- **Aquecimento inespecífico**

Após esse acolhimento inicial, as participantes receberam a consigna para alongamento. Foi pedido para que alongassem cada parte do corpo, em seguida foi desenvolvida a “consciência postural” em dança do ventre. Esta é a posição básica, o alinhamento central, o encontro com o eixo do corpo. Posição importante para uma boa postura para dançar os futuros movimentos que seriam ensinados nos encontros seguintes.

A dança de forma geral é a única que dispensa materiais e ferramentas, dependendo somente do corpo. (PORTINARI, 1989). A dança do ventre constitui uma forma de comunicação interior, um encontro consigo mesmo, repleta de magia. (MOHAMED, 1995).

A partir daí, a consigna seguinte foi para que dançassem pela sala no ritmo da música árabe, para soltar o corpo e para que deixassem vir

espontaneamente os movimentos que esse solicitasse. Em seguida, o volume foi diminuído para que pudessem ouvir e refletir sobre a nova consigna. Esta, no entanto, foi solicitada para que elas pensassem em um ritmo único, particular, que representasse uma situação da vida de cada uma no momento presente.

Nesse Psicodrama de grupo foi realizado o aquecimento inespecífico corporal através dos movimentos da dança.

O aquecimento inespecífico pode ser verbal ou corporal. Favorece um movimentar-se livre, “situando-se no espaço da sala de trabalho e um reconectar-se consigo”. (CUKIER, 1992, p. 31-35).

Após algum tempo, as participantes concluíram a atividade e começaram o compartilhamento dos ritmos escolhido por cada uma particularmente. Assim como as situações de vida delas associados ao mesmo. (QUADRO 2).

Quadro 02: Aquecimento inespecífico, através do trabalho dos movimentos básicos da dança do ventre e a escolha do ritmo que representasse uma situação da vida atual.

<b>Mãe</b>	<b>Rítmos</b>	<b>Situações da vida</b>
Aixa	Corrido, rápido, caótico	<i>“Correria dia-a-dia, [...] falta tempo para pensar nas coisas da vida”</i>
Yasmim	Lento e rápido	<i>“Processo de transformação, mudanças na profissão”</i>
Íris	Rápido e lento	<i>“Não tenho medo do novo, [...] uma ansiedade para a futura profissão, dúvidas se vou por este lado, ou aquele”</i>
Nayara	Rápido	<i>“Na vida tudo tem que ser muito rápido, corrido, falta tempo”</i>
Soraia	Corrido	<i>“Corrido por conta do trabalho, [...] ansiedade, [...] dar conta das coisas”</i>
Nádia	Calmo	<i>“É o ritmo que esta a vida, hoje está tranqüilo”</i>
Kira	Corrido	<i>“É o Trabalho de conclusão do curso, falta tempo para estar ao lado de pessoas que amo”</i>

Fonte: Pesquisa ação realizada nos meses de outubro à novembro de 2013.

A propensão de introduzir o aquecimento inespecífico através do alongamento e, logo em seguida, dos movimentos básicos, vem ao encontro do trabalho com imagem inserida depois. As participantes receberam a consigna de se reunir e criar uma imagem corporal que representasse o grupo naquele momento inicial de apresentação e integração no primeiro encontro. Por último, a diretora registrou a imagem criada pelo grupo através de uma fotografia (FIGURA 8).

Figura 8 - Imagem do grupo no primeiro encontro



Foto: Patrícia Fontana. Outubro de 2013.

Em seguida, a diretora solicitou que cada participante visualizasse a imagem na foto e fizesse uma síntese, trazendo sentimentos sobre o que esta imagem estava representando do grupo naquele momento. Surgiram palavras como: correria, confusão, indecisão, expectativa e loucura.

O Diretor no psicodrama é considerado o líder, o terapeuta, o coordenador encarregado pelo grupo, aquele que conduz a sessão, seguindo etapas, utilizando técnicas psicodramáticas. (MARINEAU, 1992).

Com relação a criação de imagens, Fonseca Filho (s.d. apud CUKIER, 1992), descreve que as imagens podem ser vistas como algo construído pelo protagonista com intuito de exteriorizar sentimentos e emoções. Bermudez (1970, apud CUKIER, 1992, p. 67) acrescenta que se utilizada de formas diferentes, esta técnica pode ser uma “síntese ou um espelho a distância”.

Através desse demonstrativo com as imagens do grupo, foi possível aproximar as mulheres, possibilitando uma integração, coletando assim, informações relacionadas às situações que possivelmente seriam trabalhadas nos encontros seguintes, levantando as expectativas, promovendo um ambiente acolhedor, seguro e de apoio para a troca de experiências. No início, percebeu-se um distanciamento entre as participantes, elas não se conheciam, pois era o primeiro contato do grupo.

Fonseca Filho (2008), descreve que todo grupo passa por algumas fases de evolução. Neste primeiro encontro, o grupo encontra-se na fase da indiferenciação, onde as pessoas não se conhecem, encontram-se ansiosas e confusas. Datner (2006), baseado nos fundamentos de Moreno, também ressalta esta evolução como fase da Amorfa, há um sentimento de estranhamento grupal, ninguém se conhece.

Logo após, foi colocada uma música e realizado um alongamento final. Foram feitos agradecimentos e acolhimento do grupo, fortalecendo assim, o encontro seguinte.

#### **4.2.2. 2º Encontro (15/10/13)**

O segundo encontro aconteceu no dia 15 de outubro de 2013 e compareceram as dez mulheres: Aixa, Yasmim, Nayara, Kira, Nádia, Íris e Soraia (que estiveram no primeiro encontro) e mais três novas integrantes: Layla, Samira e Raissa. Assim fechando o grupo.

- **Aquecimento inespecífico**

Primeiramente houve o acolhimento das dez integrantes. Posteriormente, foi explicado que não seria mais permitida a entrada de novos participantes ao grupo, para não prejudicar o desenvolvimento do mesmo e também porque a proposta era de um grupo fechado, terapêutico e processual. Neste sentido Fonseca

Filho (2010), descreve que o Psicodrama realizado em grupo, semanalmente, é considerado uma psicoterapia processual de grupo. Bustos (1999) relata que o psicodrama aplicado em processo, se torna diferente de um trabalho apresentado publicamente, pois este não é contínuo.

Seguindo com o aquecimento, as mulheres estavam sentadas e distribuídas aleatoriamente em círculo. A diretora solicitou às mulheres que levantassem e alongassem. Em seguida, foram passados uns passos básicos da dança do ventre como movimentos de braços e mãos, recapitulando a postura básica, para dar início aos futuros trabalhos. Logo após, foi pedido para que dançassem pela sala para sentir os movimentos.

Em seguida uma nova consigna foi inserida. A diretora pediu para que as mulheres continuassem dançando pela sala e pensassem em um movimento particular, para que se apresentassem através do movimento e colocassem as expectativas dos encontros posteriores. A apresentação teve como critério: nome, idade, profissão, movimento, e a pergunta “quem é você”? E quais eram as expectativas em relação aos próximos encontros?

A auto apresentação, segundo Menegazzo et al., (1995), consiste em sugerir que cada integrante de um grupo se apresente. É uma técnica considerada simples quando utilizada em um processo de aquecimento grupal, que facilita a apresentação de um ou de cada pessoa do grupo. O paciente que se propõe ao trabalho desta técnica apresenta-se ao grupo falando de si através de representação dos papéis significativos da vida (GONÇALVES et al, 1988).

Após cada apresentação, a diretora solicitou que o grupo fizesse um espelho do movimento apresentado por cada integrante, possibilitando ao grupo experimentar-se no lugar daquela pessoa. Em seguida, o grupo foi convidado a expressar o que sentia ao fazer o espelho da pessoa que ali estava se apresentando. Esta última, também manifestou o que sentiu ao ver-se no espelho representado no grupo.

O espelho é uma das técnicas que mais favorece o insight (CUKIER, 1992). O paciente pode visualizar o próprio comportamento na forma de espelho através de outra pessoa que o representa. Desta forma, o protagonista pode dar-se conta sobre suas atitudes perante um determinado conflito e, de forma espontânea e criativa, elaborá-los e modificá-los. (GONÇALVES; et al, 1988).

A auto apresentação, o autoconhecimento e à expressão de sentimentos de cada participante, através dos movimentos escolhidos por cada uma individualmente de forma única, criados espontaneamente, para se apresentarem ao grupo estão dispostas abaixo (QUADRO 3).

Quadro 3: Aquecimento inespecífico corporal do segundo encontro.

(continua)

Mulheres	Respostas
Aixa	<p><b>Idade:</b> 22 anos</p> <p><b>Profissão:</b> estudante educação física</p> <p><b>Quem é você/movimento:</b> <i>“Uma pessoa decidida, mas ao mesmo tempo confusa”</i></p> <p><b>Expectativa terapêutica dos encontros:</b> <i>“Trabalhar meu desenvolvimento pessoal aqui nesse grupo, quebrar alguns medos que eu tenho dentro de mim.”</i></p> <p><b>Como é ver o espelho do movimento feito pelo grupo:</b> <i>“É bom, (risos), impactante”.</i></p> <p><b>Sentimentos do grupo em fazer o movimento:</b> <i>“Forte, impactante, firmeza”</i></p>
Yasmim	<p><b>Idade:</b> 28 anos</p> <p><b>Profissão:</b> psicóloga e professora</p> <p><b>Quem é você/movimento:</b> <i>“Uma vida em transformação, mudança e transformação, confusão, busca pelo equilíbrio.”</i></p> <p><b>Expectativa terapêutica dos encontros:</b> <i>“Objetivo é buscar esse equilíbrio.”</i></p> <p><b>Como é ver o espelho do movimento feito pelo grupo:</b> <i>“Me dá certa angústia em ver esse movimento, é confusão, mas com uma esperança, não vejo uma coisa certinha e estática, e a gente sempre quer buscar isso, embora não haja perfeição, mas a gente está em busca”.</i></p> <p><b>Sentimentos do grupo em fazer o movimento:</b> <i>“Difícil, confusão de movimentos, não dá pra fazer duas coisas ao mesmo tempo, se estou confusa não estou equilibrada.”</i></p>

Fonte: Pesquisa ação realizada nos meses de outubro à novembro de 2013.

Quadro 3: Aquecimento inespecífico corporal do segundo encontro.

(continuação)

Mulheres	Respostas
Layla	<p><b>Idade: 35 anos</b></p> <p><b>Profissão:</b> estudante psicologia 8º semestre</p> <p><b>Quem é você/movimento:</b> <i>“Meu movimento foi de pés, indo e vindo, às vezes vou pra frente, volto dois passinhos e fico no lugar”.</i></p> <p><b>Expectativa terapêutica dos encontros:</b> <i>“A questão de conseguir ser mais espontânea, perceber certas coisas em mim, conseguir trabalhar isso.”</i></p> <p><b>Como é ver o espelho do movimento feito pelo grupo:</b> <i>“Eu achava que ia ser angustiante, mas é gostoso ver assim, eu marco passo, penso muito, penso, penso, penso, vou, recuo, a hora que sinto segurança eu vou, daqui a pouco desequilibra, [...] se preocupar com o que os outros pensam [...] insegurança em relação a mim, mas olhar o espelho e sentir essa coisa gostosa é saber que eu gosto de mim como eu sou uma caixinha de surpresa, pra mim foi uma surpresa isso.”</i></p> <p><b>Sentimentos do grupo em fazer o movimento:</b> <i>“Angustiante, dúvida, indecisão, confusão.”</i></p>
Nayara	<p><b>Idade: 22 anos</b></p> <p><b>Profissão:</b> estudante de psicologia 9º semestre</p> <p><b>Quem é você/movimento:</b> <i>“Confusão, correria, é o momento que estou vivendo, sou obrigada a passar por isso.”</i></p> <p><b>Expectativa terapêutica dos encontros:</b> <i>“Autoconhecimento.”</i></p> <p><b>Como é ver o espelho do movimento feito pelo grupo:</b> <i>“Bonitinho (risos), confusão e, é o momento que estou vivendo.”</i></p> <p><b>Sentimentos do grupo em fazer o movimento:</b> <i>“Cansativo, corrido, bonito, mas cansa.”</i></p>

Fonte: Pesquisa ação realizada nos meses de outubro à novembro de 2013.

Quadro 3: Aquecimento inespecífico corporal do segundo encontro.

(continuação)

Mulheres	Respostas
Kira	<p><b>Idade: 22 anos</b></p> <p><b>Profissão:</b> estudante psicologia 10º semestre</p> <p><b>Quem é você/movimento:</b> <i>“Tenho namorado, movimento de um pouco pra lá, pra cá, balançando, solto, girando.”</i></p> <p><b>Expectativa terapêutica dos encontros:</b> <i>“Escolhi o grupo como um espaço pra mim, nessa turbulência de TCC e estágios, está meio conturbado, o grupo é um espaço pra olhar pra mim, analisar isso, uma escapatória pra mim.”</i></p> <p><b>Como é ver o espelho do movimento feito pelo grupo:</b> <i>“É bom de ver, mas também é conflitante, é que eu queria estar reta, sem esse balanço”.</i></p> <p><b>Sentimentos do grupo em fazer o movimento:</b> <i>“Bom, leveza, tontura, liberar, livre, conflitante”.</i></p>
Nádia	<p><b>Idade: 24 anos</b></p> <p><b>Profissão:</b> estudante de hotelaria</p> <p><b>Quem é você/movimento:</b> <i>“Eu estou parada, eu sou muito acomodada, é um movimento de oscilação, eu sei que tenho que ir mas ao mesmo tempo não vou, sou insegurança, tenho medo”.</i></p> <p><b>Expectativa terapêutica dos encontros:</b> <i>“Trabalhar a insegurança, timidez, me conhecer, uma questão de busca interna mesmo”.</i></p> <p><b>Como é ver o espelho do movimento feito pelo grupo:</b> <i>“Vejo alguma coisa relacionada à leveza, à delicadeza, é bonito, não dá pra negar.”</i></p> <p><b>Sentimentos do grupo em fazer o movimento:</b> <i>“Leve, delicado, sensualidade, lento, acomodado e gostoso”.</i></p>

Fonte: Pesquisa ação realizada nos meses de outubro à novembro de 2013.

Quadro 3: Aquecimento inespecífico corporal do segundo encontro.

(continuação)

Mulheres	Respostas
Íris	<p><b>Idade:</b> 25 anos</p> <p><b>Profissão:</b> estudante de psicologia 9º semestre</p> <p><b>Quem é você/movimento:</b> <i>“Um movimento como se fosse um pouco pro lado, e ao mesmo tempo prá trás, estou passando por uma fase que não me decido onde estou, às vezes eu estou do lado de cá, às vezes de lá, é a confusão, eu queria ir para frente, mas no momento meu movimento é pro lado”.</i></p> <p><b>Expectativa terapêutica dos encontros:</b> <i>“Quero ir pra frente.”</i></p> <p><b>Como é ver o espelho do movimento feito pelo grupo:</b> <i>“A impressão que eu tenho pra elas, parece que elas estão curtindo, pois é, e é a impressão que tenho minha também, que eu não tenho foco, tanto faz aqui, tanto faz ali.”</i></p> <p><b>Sentimentos do grupo em fazer o movimento:</b> <i>“Cansativo, conforto, não tem um negócio certinho, corrido, bonito mas cansa”</i></p>
Soraia	<p><b>Idade:</b> 24 anos</p> <p><b>Profissão:</b> estudante de psicologia 9º semestre</p> <p><b>Quem é você/movimento:</b> <i>“Fiquei balançando cabelo e braço num movimento de oscilação, andando e parando.”</i></p> <p><b>Expectativa terapêutica dos encontros:</b> <i>“Algo positivo para meu lado profissional”</i></p> <p><b>Como é ver o espelho do movimento feito pelo grupo:</b> <i>“Insegurança, medo, oscilação”</i></p> <p><b>Sentimentos do grupo em fazer o movimento:</b> <i>“Me senti presa, medo, travada, não sabe se vai ou não vai.”</i></p>

Fonte: Pesquisa ação realizada nos meses de outubro à novembro de 2013.

Quadro 3: Aquecimento inespecífico corporal do segundo encontro.

(conclusão)

Mulheres	Respostas
Samira	<p><b>Idade: 21 anos</b></p> <p><b>Profissão:</b> estudante de educação física e professora</p> <p><b>Quem é você/movimento:</b> <i>“Meu movimento é andar assim pra frente e às vezes dava meia volta, ia pra trás, porque eu sou assim, estou andando pra frente, mas ao mesmo tempo eu penso porque que não faço diferente e ando pra trás por medo de ir pra frente.”</i></p> <p><b>Expectativa terapêutica dos encontros:</b> <i>“Perder o medo de falar em público na frente de pessoas que não conheço.”</i></p> <p><b>Como é ver o espelho do movimento feito pelo grupo:</b> <i>“Vejo que eu sou uma pessoa indecisa mesmo né, eu vou pra frente, mas ao mesmo tempo já quero voltar, não sei o que eu quero.”</i></p> <p><b>Sentimentos do grupo em fazer o movimento:</b> <i>“Indecisão, não sei se vou ou não vou, confusão, tontura.”</i></p>
Raissa	<p><b>Idade: 28 anos</b></p> <p><b>Profissão:</b> estudante de psicologia 8º semestre</p> <p><b>Quem é você/movimento:</b> <i>“Movimento de mãos na frente do rosto, depois fui um pouco pro lado, fiquei pensando no que eu tenho que falar, aí pensei, eu mãe, eu filha, eu esposa, eu família, logo fui pensando, às vezes eu fico centrada no que eu tenho que fazer, até depois que eu fui mãe tem que focar, não tenho mais tempo, tem que focar nas coisas, no fim não sei pra onde vou.”</i></p> <p><b>Expectativa terapêutica dos encontros:</b> <i>“Quero trabalhar a expressão corporal e tirar um pouco essa minha rigidez, me soltar um pouco”</i></p> <p><b>Como é ver o espelho do movimento feito pelo grupo:</b> <i>“Não sei, tenho que me descobrir?”</i></p> <p><b>Sentimentos do grupo em fazer o movimento:</b> <i>“Cansativo, muita coisa, me encontrar, muitos papéis, preocupação, procurando um caminho, procurando um objetivo”</i></p>

Fonte: Pesquisa ação realizada nos meses de outubro à novembro de 2013.

As apresentações tiveram muitos movimentos parecidos, com histórias diferentes. Entre as apresentações existe uma semelhança nos relatos que são citados por quase todas as participantes. Os movimentos representavam a questão da dúvida em alguma situação da vida, medos, inseguranças, confusão, indecisão, sendo que outros traziam a tranquilidade e comodidade.

Ao final a diretora pediu para que cada uma dissesse uma palavra sobre como estavam saindo do segundo encontro e as respostas foram também semelhantes, como: “expectativas, autoconhecimento, foi uma apresentação diferente, boa, surpresas, impactante, um espelho do meu movimento mesmo”.

Fica evidenciado nos relatos dos dois primeiros encontros que os movimentos da dança do ventre possibilitaram um aquecimento das participantes, recurso fundamental para uma ação dramática na teoria do psicodrama de grupo. Após a realização dos movimentos da dança, as mulheres puderam associar os movimentos com situações conflituosas de suas vidas, manifestando emoções e sentimentos. Neste momento as técnicas do psicodrama como: imagem, espelho e a auto apresentação, foram adequadas, pois proporcionaram uma conscientização corporal. Portanto, a dança do ventre baseada no método psicodramático permitiu um estado espontâneo e criativo levando a um autoconhecimento e integração do grupo.

O corpo faz o aquecimento preparatório para dançar e conseqüentemente surge um diálogo. (MORENO, 1978). A dança do ventre possibilita o sujeito a discernir através dos movimentos corporais aprendidos, o que este corpo está querendo transmitir, os sentimentos e emoções contidos nele. A consciência corporal na dança do ventre proporciona uma conscientização desses sentimentos e transformação de atitudes na vida, controlando as emoções, ao invés de sepultá-las no corpo. (KAHA, 2011).

No final deste encontro, a diretora reforçou sobre o contrato de sigilo e a importância deste e do vínculo do grupo, preparando-as para o encontro seguinte.

#### **4.2.3. 3º Encontro (22/10/13)**

No dia 22 de outubro de 2013, compareceram ao terceiro encontro nove mulheres: Aixa, Yasmim, Layla, Nayara, Kira, Nádia, Íris, Samira e Soraia. A participante Raissa, não pode comparecer.

- **Aquecimento inespecífico**

As participantes estavam sentadas em círculo no tapete da sala, coberto por almofadas coloridas, de tamanhos diversos. A diretora solicitou que elas deitassem nas almofadas postas no chão da sala, ficando o mais confortável possível, e que fechassem os olhos e percebessem o corpo da ponta dos pés até a cabeça. As consignas foram dadas pela diretora de forma calma, respeitando um tempo adequado para que as participantes fossem sentindo cada parte do corpo. Após este relaxamento, a diretoria pediu para que levantassem e deu-se início aos alongamentos e aprendizagem de três movimentos básicos da dança do ventre que são eles: shimies lento, médio e rápido.

Os shimies podem ser realizados com o quadril ou com o peito, são os “tremidos”, tensão e liberação de uma vibração da musculatura das pernas, podem ser grandes, medianos ou de menor intensidade. O quadril, os joelhos e um grande conjunto de músculos associados a eles, são fundamentais para ocorrer os shimies de quadril. Segundo Kaha (2011), os shimies de quadril utilizam uma estrutura muito importante do nosso corpo, a cintura pélvica. Esta oferece proteção às vísceras, ao útero, estabilizando o tronco e os membros inferiores, mantendo o centro de equilíbrio do corpo.

Ao som de uma música árabe, a diretora ensinou estes movimentos de shimies, solicitando às participantes que dançassem e experimentassem sentir cada movimento. Após a dança, cada integrante selecionou um movimento que tivesse relação com algum momento de dificuldade ou conflito na vida que estivessem dispostas a trabalhar na ocasião. Após a escolha, a consigna da direção foi para que registrassem um sentimento. Após os registros dos sentimentos, formava-se um círculo no meio da sala.

O aquecimento inespecífico (QUADRO 4) do terceiro encontro retrata a questão das participantes escolherem um movimento de shimmie que representasse uma situação de conflito para ser trabalhado no grupo através do método psicodramático. É importante destacar que oito mulheres escolheram o shimmie rápido e uma escolheu o shimmie lento, porém, os sentimentos foram semelhantes. As nove mulheres participantes que compareceram a este Psicodrama de grupo retrataram temas variados como: medo, ansiedade, dificuldades em tomar decisões,

temor em relação ao futuro, sentimento de raiva, solidão, angústia, irritação, turbulência, cansaço, pressa e correria.

Quadro 4: Aquecimento inespecífico verbal do terceiro encontro

(continua)

<b>Participantes</b>	<b>Movimento escolhido, situação da relacionada com movimento e o sentimento</b>
Aixa	<b>Movimento:</b> “ <i>Shimmie rápido</i> ” <b>Situação da vida:</b> “ <i>Casamento desgastado</i> ” <b>Sentimento:</b> “ <i>Cansaço</i> ”
Yasmim	<b>Movimento:</b> “ <i>Shimmie rápido</i> ” <b>Situação da vida:</b> “ <i>Na parte da minha profissão, estou me deparando com coisas que preciso aprender e buscar mais</i> ” <b>Sentimento:</b> “ <i>Ai que raiva, não consigo fazer</i> ”
Soraia	<b>Movimento:</b> “ <i>Shimmie rápido</i> ” <b>Situação da vida:</b> “ <i>Medo de não conseguir terminar, concluir e entregar meu projeto de TCC</i> ” <b>Sentimento:</b> “ <i>Angústia, raiva, ai eu quero e não consigo</i> ”
Nádia	<b>Movimento:</b> “ <i>Shimmie rápido</i> ” <b>Situação da vida:</b> “ <i>Eu vivi isso hoje por querer chegar na hora, sofro por antecipação, já sofri acidente por conta disso, é a ansiedade</i> ” <b>Sentimento:</b> “ <i>Ansiedade, pressa, corre</i> ”
Kira	<b>Movimento:</b> “ <i>Shimmie rápido</i> ” <b>Situação da vida:</b> “ <i>Tem tudo a ver com a minha vida agora, não estou conseguindo tomar decisões e eu preciso tomar e não consigo</i> ” <b>Sentimento:</b> “ <i>Fiquei extremamente irritada, não consegui fazer</i> ”
Nayara	<b>Movimento:</b> “ <i>Shimmie rápido</i> ” <b>Situação da vida:</b> “ <i>Casamento não está bom, isso esta me fazendo mal</i> ” <b>Sentimento:</b> “ <i>Angústia, turbulência, não dá pra pegar tudo</i> ”

Fonte: Pesquisa ação realizada nos meses de outubro à novembro de 2013.

Quadro 4: Aquecimento inespecífico verbal do terceiro encontro

(conclusão)

Participantes	Movimento escolhido, situação da relacionada com movimento e o sentimento
Nayara	<b>Movimento:</b> “Shimmie rápido” <b>Situação da vida:</b> “Casamento não está bom, isso esta me fazendo mal” <b>Sentimento:</b> “Angústia, turbulência, não dá pra pegar tudo”
Íris	<b>Movimento:</b> “Shimmie rápido” <b>Situação da vida:</b> “Não conseguir me decidir no que eu quero, eu estou parada esperando vir até mim” <b>Sentimento:</b> “Raiva por não conseguir fazer, fiquei angustiada”
Samira	<b>Movimento:</b> “Shimmie rápido” <b>Situação da vida:</b> “Indecisão do que eu quero pra minha vida na minha profissão, não estou tendo recompensa” <b>Sentimento:</b> “Angustiada, medo”
Layla	<b>Movimento:</b> “Shimmie lento” <b>Situação da vida:</b> “Agora estou vivendo as coisas muito rapidamente, turbulento e o lento me exige olhar pra mim melhor, sabe, e às vezes é doído olhar certas coisas, principalmente na questão de relacionamento” <b>Sentimento:</b> “Solidão, é ruim ter que parar e olhar”

Fonte: Pesquisa ação realizada nos meses de outubro à novembro de 2013.

Após o relato de todas participantes, a diretora pediu para aquelas que estivessem dispostas a trabalhar seus conflitos dessem um passo à frente do círculo. Quatro participantes se lançaram como protagonistas. A diretora relatou que deveria ser escolhido um protagonista para melhor serem trabalhadas as questões que surgiram de cada relato, e pediu para que, quem não tivesse se lançado, escolhesse uma história que mais se identificou, que a tocou, e que se dirigisse para trás da pessoa escolhida. A maioria do grupo escolheu a participante Aixa como protagonista.

Protagonista é a pessoa que emerge para uma ação dramática, que simboliza sentimentos comuns que permeiam um determinado grupo, que este participa. (GONÇALVES et al, 1988).

O protagonista é selecionado frequentemente durante um aquecimento que faz parte do processo de uma sessão psicodramática de grupo. A pessoa desempenha o papel principal na cena dramática. (MARINEUA, 1992).

Na visão de Bustos (2005), a experiência de estar no papel de protagonista, permite a pessoa mergulhar em várias de suas próprias cenas, temidas, conflitantes e entrar nas cenas de outros protagonistas presentes no grupo.

- **Aquecimento específico**

Aixa relatou que está com problemas no casamento, não está mais feliz, sempre teve que se doar na relação, dando carinho, amor, atenção para o esposo, mas não recebe o mesmo em troca. Desde quando namoravam, sempre estiveram indo e voltando, entre uma briga e outra. Casaram-se e as coisas não mudaram, as brigas continuaram, não se sente desejada pelo esposo, raramente tinha um abraço, por isso foi buscar fora de casa, acabou traindo o marido. E com isso surgiram muitas dúvidas em relação ao amor de Aixa pelo esposo. Não sabe se quer ou não continuar com o esposo. A mesma está com muita dúvida e não consegue tomar uma decisão.

O aquecimento específico é o processo em que o diretor já possui um protagonista e resolveu qual técnica utilizar para ação dramática. As consignas são precisas, tendo em vista a preparação do protagonista para a dramatização. (CUKIER, 1992, p. 31-35).

A diretora pediu para a protagonista escolher uma pessoa do grupo para representar um lado dela que quer o esposo e ela seria o lado que não quer mais. Aqui a diretora propôs um confronto entre dois “Eu”.

Conhecido como jogo do dominador – dominado, é um confronto entre posições ambivalentes que proporciona um debate entre posições opostas. Pode ser qualquer cisão significativa dentro da personalidade do sujeito. (CUKIER, 1992). Neste caso, utilizou-se o confronto entre dois “Eu”.

- **Dramatização**

Nesta etapa ocorre a ação dramática, o protagonista aquecido representa no contexto dramático, as figuras de seu mundo interior, projetando o conflito em

cena. Também é aqui nesta etapa que ego-auxiliar tem a função importante de ajudar o protagonista a ter uma percepção dos aspectos presentes na ação dramática, elucidando, encaminhando ou resolvendo o conflito presente no aqui agora. (GONÇALVES et al, 1988).

A protagonista no papel do “Eu” que não quer mais o casamento, disse para o “Eu” que ainda quer o esposo, que não deseja mais ficar com o marido porque não dava mais para sustentar a relação. Ela queria ser livre para fazer o que gosta como: viajar, sair, passear, encontrar alguém que ame de verdade, pois acredita que não gosta mais do cônjuge.

A diretora solicitou que Aixa trocasse de lugar, pois ela seria o lado que quer o marido. O ego-auxiliar no papel de quem não quer mais o esposo, repetiu as últimas falas para dar continuação ao diálogo.

O ego-auxiliar é um integrante de um determinado grupo, co-terapeuta, participante, que desempenha o papel de uma pessoa. O protagonista telicamente escolhe o seu ego. (MARINEAU, 1988). A função de um ego-auxiliar é de ser ator, auxiliar do protagonista e observador social; como ator, representa papéis da vida do protagonista, das inter-relações deste. (GONÇALVES et al, 1988).

Já a inversão ou troca de papéis é o motor que propulsiona o Psicodrama proporcionando além da vivência no papel do outro, o emergir de dados sobre o próprio papel, pois sem este distanciamento não seria plausível. (CUKIER, 1992).

No papel do “Eu” que quer o esposo, a protagonista argumenta tentando convencer o outro lado. Diz que relacionamento é assim mesmo, que precisa tentar mais, quem sabe se elas mudassem as coisas melhorariam.

A diretora fez um duplo (técnica de emprestar a voz) no lugar do “Eu” que não quer o esposo dizendo: “Tentar mais do que a gente já tentou? O que mais a gente precisa mudar, o que tem neste casamento, nesta relação que você nos convença a tentar mais uma vez, eu já estou decidida que não quero mais, não gosto dele e você, gosta dele?”

A protagonista argumenta estar cômodo ficar com ele, pois não precisa voltar para casa da mãe que mora longe de onde ela estuda e trabalha. Se deixar o marido terá que bancar financeiramente muita coisa sozinha. Não sabe se gosta realmente dele.

A diretora mais uma vez usou a técnica do duplo no lugar do “Eu” que não quer o esposo dizendo: “Então a gente quer esse casamento por conveniência?”

Comodidade e não por amarmos este homem? Eu sei que não quero mais, agora, você que diz querer, ainda está com dúvida, como quer me convencer assim?”

A técnica do duplo tem como função, uma pessoa desempenhar o papel ou um aspecto do papel do protagonista, pois este, às vezes, “necessita de uma pessoa que o duble ou o substitua”. (MARINEAU 1992, p. 166). Criando assim, um espaço reflexivo com finalidade de ajudar o protagonista se aproximar de si mesmo. (BUSTOS, 1999).

Esta técnica só é utilizada quando o protagonista possuir alguma dificuldade de expressar verbalmente o que está sentindo. O diretor terapeuta adota a mesma postura, comportamento, gestos do paciente e expressa os sentimentos e emoções que captou do paciente na sessão. (Gonçalves, 1998).

Depois do duplo feito pela diretora, a protagonista não conseguiu mais argumentar. A diretora pergunta qual lado do “Eu”, convenceu mais? Ela responde que, o lado que não quer mais o esposo convenceu o lado que quer. Porém vem o medo, precisa de coragem.

A diretora pediu para que Aixa escolhesse quantas pessoas ela quisesse do grupo para concretizar o papel de “coragem”. A protagonista escolheu dois egos-auxiliares.

A concretização é uma representação de objetos inertes, entidades abstratas, conflitos, angústias, emoções, partes corporais, doenças orgânicas, através de imagens, do movimento, da fala, que são representados pelo o próprio paciente/protagonista ou egos – auxiliares (GONÇALVES et al, 1988).

A concretização permite ao protagonista interagir e exaltar sentimentos, receios, medos, fantasias, angústias, como se fosse um personagem representado por um ego-auxiliar. (BUSTOS, 1999).

Cukier (1992) destaca que esta técnica é importante quando bem administrada, pois proporciona e acelera a catarse de integração, caso contrário pode acabar produzindo apenas uma descarga física sem nenhum valor terapêutico.

A diretora pergunta para Aixa, o que a coragem precisava fazer para ela conseguir seguir em frente?. A protagonista diz que a coragem precisava pegá-la pelo braço e carregá-la para o destino dela que é conseguir alugar um apartamento para morar sozinha. Porém, quando os egos auxiliares pegaram-na pelos braços e começaram a incentivá-la a dar um passo, a protagonista não conseguiu deixar-se

levar. A diretora então pergunta “O que ainda a impedia”? Ela responde muito emocionada: “É o medo de ficar sozinha”.

A diretora questiona quem mais ela tem na vida, pessoas importantes que as apoiassem? A protagonista traz mãe, pai, tias, primos. Todas estas pessoas foram representadas pelas integrantes do grupo, egos-auxiliares.

Neste momento a protagonista se deu conta que não estava tão sozinha assim e que poderia contar muito com as pessoas da família, pois estas gostavam muito dela e vão ajudar no que precisar. Neste momento a protagonista decide dar um passo a frente, sendo levada pelos egos-auxiliares no papel de “coragem”. Depois decide dar mais uns três passos à frente e para. A diretora respeita o limite e a decisão da protagonista.

A protagonista deu não apenas um passo a frente, mas sim um total de quatro passos, para tentar chegar ao destino que é o apartamento. Chegou perto, mas ainda tem seus medos.

A diretora pergunta para a protagonista como ela gostaria de fechar a cena. Aixa responde que gostaria que a família desse segurança, carinho, apoio, abraço. Todas as integrantes no papel da família abraçaram-na por um bom tempo. Ela chora muito e agradece.

A protagonista encontrava-se com medos, dúvidas e com pouca coragem diante da nova realidade. Por mais que desejasse muito ficar com o esposo, entende que não quer mais a relação e está com ele por comodidade.

Aixa, ao receber o carinho da família e apoio através do abraço, claramente se mostra mais aliviada e relata estar com mais coragem, pois não está sozinha.

As técnicas dramáticas constituem um lugar dinâmico no drama grupal, pois o grupo proporciona variedades de técnicas a serem utilizadas de forma espontânea. Através das técnicas pode-se chegar à catarse de integração, que é por fora sentimentos contidos, não necessariamente uma descarga de emoções, mais sim, privilegia uma elaboração da situação gerando mudanças. (BUSTOS, 1999).

- **Sharing**

O momento do Sharing, ou compartilhamento, é uma participação do grupo de forma terapêutica. Nesta etapa cada membro do grupo expressa em uma primeira ocasião o que lhe tocou e emocionou na dramatização da história do protagonista, os sentimentos e semelhanças dos conflitos. Em seguida, outros comentários são realizados com relação a dramatização, porém o diretor precisa evitar comentários críticos do público. O protagonista se expôs e no momento do compartilhar é hora de cada elemento do grupo fazer o mesmo, se expor também. (GONÇALVES et al, 1988).

As participantes relataram experiências à protagonista, que acarretavam temas como: medo, insegurança, comodidade, dúvida e desejo de ter coragem de decidirem questões da vida amorosa para algumas e para outras na área profissional. (QUADRO 5)..

Quadro 5: Sharing do terceiro encontro.

(continua)

<b>Participantes</b>	<b>Respostas</b>
Kira	<i>“Percebi que não sou só eu que estou nesse dilema, [...] invento mil coisas, tentando fugir, criando desculpas pra não encarar e o quanto isso é difícil”</i>
Yasmim	<i>“Eu também busco esta segurança, às vezes eu estou infeliz numa coisa, mas fico ali porque lá na frente é incerto, mas quem disse que não pode ser certo”</i>
Íris	<i>“Eu me identifiquei muito com tua história, passei a mesma coisa, tudo igual, mas consegui, tive apoios e criei coragem, foi bom pra mim tua história pra me fortalecer porque estou em uma fase de adaptação”</i>
Nayara	<i>“Eu estou na mesma situação, vi meu espelho ali, a gente tem que ir atrás do que a gente quer e eu acho que a gente tem que alugar um apartamento juntas”. (risos).</i>

Fonte: Pesquisa ação realizada nos meses de outubro à novembro de 2013.

Quadro 5: Sharing do terceiro encontro.

Participantes	Respostas <span style="float: right;">(conclusão)</span>
Nádia	<i>“Me identifiquei com a questão da comodidade, só que na questão profissional, a gente tem que sair, se libertar, se está fazendo mal tem que sair porque não é legal, é a coragem mesmo”</i>
Layla	<i>“Tenho possibilidades que estou deixando de abraçar por causa de um apego”</i>
Samira	<i>“Passei por algo parecido, mas dei oportunidades para outras pessoas entrarem na minha vida e hoje estou bem feliz”</i>
Soraia	<i>“Com relação à coragem, também estou num dilema com a questão profissional, não sei bem o que eu quero, e estou cômoda no meio da família”</i>

Fonte: Pesquisa ação realizada nos meses de outubro à novembro de 2013.

Neste encontro o grupo compreendeu que não estão sozinhas e que nada na vida é certo, é preciso ter coragem, ir atrás do que se quer e deixar um pouco a comodidade de lado para poder seguir em frente. Estes comportamentos e costumes cristalizados são chamados de conservas culturais, e estas precisam ser renovadas através da ação.

Conserva cultural é uma expressão utilizada para a “cristalização de uma ação criadora em um produto que passará a integrar o acervo cultural de uma determinada sociedade”. (MENEGAZZO et al, 1995, p. 62). Cultura dentro de uma sociedade é soma das conservas culturais que asseguram a sobrevivência para a educação dos membros de uma sociedade

Neste encontro, os movimentos de shimmeis foram relacionados com uma situação da vida que cada participante gostaria de trabalhar. No emergir da protagonista foi utilizado um recurso psicodramático, o qual o grupo escolheu a história que mais lhe chamou a atenção, dirigindo-se atrás da pessoa escolhida como protagonista.

No aquecimento específico a paciente relatou a infelicidade e a dúvida com relação ao casamento, não sabia se queria ou não continuar casada, se ainda gostava ou não do esposo. Na dramatização, foi utilizada a técnica do duplo, a troca

de papéis, concretização e jogo do dominador – dominado (o eu que quer e o eu que não quer), promovendo efeito terapêutico na paciente.

A protagonista apresentava-se com insegurança, dúvida em relação ao sentimento pelo marido, sem coragem de sair do casamento por conta da comodidade e medo de ficar sozinha. Durante a ação do Psicodrama de grupo, a utilização da técnica do jogo do dominador-dominado, possibilitou a protagonista perceber que o lado que não queria mais o casamento, foi o que mais a convenceu, e que o lado que ainda queria manter a relação, não tinha certeza do sentimento, percebendo que ainda estava neste casamento por estar cômodo.

Desta forma, a paciente conseguiu ser espontânea e dar uma resposta adequada à nova situação, criando coragem, reconhecendo que não está sozinha e dando alguns passos para frente. Isso refletiu no público, mobilizando-os a compartilhar suas histórias com a protagonista e o grupo.

Espontaneidade é a “capacidade de dar resposta adequada a situações novas ou uma nova resposta a situação antiga”. (MARINEAU 1992, p. 167).

A espontaneidade é natural do homem e este é livre quando age espontaneamente. Neste sentido ele encontra sua essência, e desta forma, é capaz de buscar respostas adequadas para transformar uma determinada situação. (GONÇALVES et al, 1988).

A criatividade psicodramática permite ao indivíduo encontrar novas formas de ser, de desempenhar papéis e de criar vínculos. É vista como possibilidade humana de produzir tesouros culturais, permitir um enriquecimento de si e das relações (MENEGAZZO et al, 1995).

Ao final deste encontro, as participantes perceberam que na vida, a insegurança faz parte e que não estão sozinhas, que há possíveis saídas para os conflitos. E, através da dramatização e técnicas que foram aplicadas, puderam sentir-se acolhidas, compreendidas, confortáveis para compartilhar suas histórias, dificuldades, conflitos e conquistas.

#### **4.2.4. 4º Encontro (29/10/13)**

No quarto encontro, no dia 29 de outubro de 2013, compareceram nove participantes: Aixa, Yasmim, Layla, Nayara, Kira, Nádia, Íris, Soraia, Raissa. Porém,

Samira neste dia não pode comparecer e no momento do compartilhar a participante Soraia precisou sair mais cedo.

- **Aquecimento inespecífico**

A diretora solicitou às participantes que levantassem e alongassem, sentindo cada parte do corpo. Depois, ensinou o movimento básico egípcio. Logo após, pediu para que dançassem pela sala, ao som da música árabe para sentirem o movimento deixando o corpo solto, espontâneo. Em seguida, a diretora passou a consigna para observarem qual sentimento despertava este movimento e o que estes representavam na vida de cada uma.

O básico egípcio é um dos passos mais tradicionais da dança do ventre. Na posição oriental (básica), o quadril que movimenta é o oposto da base que sustenta a perna. São realizadas elevações, quedas de quadril com a perna que reverbera em outra elevação e mais uma queda novamente apoiando a ponta do pé no chão e depois voltando para a posição oriental (SUHEIL, 2012 [?]).

Soltas pela sala, dançando o movimento do básico egípcio, as participantes conseguiram pensar e observar o sentimento que o movimento causava, deram um nome para o movimento e registraram um sentimento, relacionando com situações da vida particular.

O aquecimento inespecífico do quarto encontro aborda o significado que as participantes deram para o movimento e o que este representa na vida de cada uma delas (QUADRO 6). Os significados foram diferentes, como: “dúvida, indecisão, montanha russa, persistência, jogo de cintura, altos e baixos, equilíbrio, obstáculos, quebradinha”. Cada um desses nomes teve representações significativas na vida de cada participante, pois trouxeram questões conflituosas da vida e assim compartilharam com o grupo.

Quadro 06: Aquecimento inespecífico do quarto encontro.

(continua)

<b>Participantes</b>	<b>Nome do movimento</b>	<b>Relação com uma situação da vida</b>
Aixa	Quebradinha	<i>“Casamento que quebra e volta”</i>
Raissa	Obstáculo	<i>“É comigo mesmo”</i>

Fonte: Pesquisa ação realizada nos meses de outubro à novembro de 2013.

Quadro 06: Aquecimento inespecífico do quarto encontro.

(conclusão)

Participantes	Nome do movimento	Relação com uma situação da vida
Nayara	Indecisão	<i>“É o momento com relação ao meu casamento”</i>
Íris	Dúvida	<i>“Dúvidas na parte profissional e sentimental”</i>
Nádia	Altos e baixos	<i>“Às vezes a gente oscila”</i>
Soraia	Equilíbrio	<i>“Estou em busca de um equilíbrio profissional, com a família no dia-a-dia”</i>
Layla	Jogo de cintura	<i>“Momento que vivo hoje [...] ter que dar conta e preciso de jogo de cintura”</i>
Yasmim	Persistência	<i>“Questão profissional e sentimental”</i>
Kira	Montanha russa	<i>“Situação da vida hoje são coisas que estou ganhando, mas deixando pra trás outras”</i>

Fonte: Pesquisa ação realizada nos meses de outubro à novembro de 2013.

Após os relatos, o grupo escolheu a protagonista Raissa, pois sua história foi a que mais mobilizou o grupo. A protagonista relata que não tem autoestima, e não consegue falar dela mesma. Na parte profissional e no casamento já tem tudo definido, mas não está bem consigo mesmo, precisa encontrar-se mais.

A diretora solicitou que a protagonista falasse dos papéis que atua na vida e que organizasse na sala através das almofadas, considerado um recurso para a técnica da concretização. Assim a protagonista inicia, colocando cada papel na ordem como: mãe, esposa, mulher, filha, irmã, neta, futura psicóloga, amiga, estudante e o “eu” representando o encontro de si mesma.

A diretora entrevistou cada papel e ao chegar no papel de neta, a protagonista se emociona muito, pois relata que a relação com a avó é bem melhor do que com a mãe. Diz que a mãe é ruim, que a coloca muito para baixo, *“Hoje já está melhor, mas agora tive que voltar a morar com a mãe e está começando de novo”*. No papel de mulher, também chama atenção da diretora, quando a protagonista relata que teve que aprender a ser mais mulher, principalmente depois que foi mãe, mas ainda lhe faltava algo. No papel do “Eu” em busca de si mesmo, a diretora pergunta quem é Raissa? Ela responde: *“Sou correta, querida, meiga, doce, meio menina, meio mulher, batalhadora, estudiosa, sei lá, eu não consigo falar de*

*mim, quem eu sou*". Neste momento a diretora separa os papéis que estão aparentemente tranquilos e destaca os papéis em conflito.

O conceito de papel pressupõe inter-relação e ação, se tornam importantes para maior compreensão das técnicas e teoria terapêuticas, pois levam o conceito de papel para todas as partes da vida, desde o nascimento das relações individuais e sociais do sujeito. (GONÇALVES et al, 1988).

Com relação à entrevista que a diretora utilizou com a protagonista, Menegazzo et al., (1995), afirma que é uma técnica praticada através de um diálogo entre diretor, protagonista e/ou ego-auxiliar para diagnosticar e compreender terapêuticamente as questões trazidas pelo paciente e contextualizar a ação dramática para preparação das cenas.

Depois da entrevista e investigação com mais detalhes dos papéis em conflito, a protagonista percebe que não quer ser igual a mãe. A diretora, no papel do "Eu" em conflito, mostra para a protagonista quantas coisas ela é e diz não conseguir descrever, repetindo as falas da protagonista anteriormente no papel do "Eu" em busca de si, como: "correta, querida, meiga, doce, meio menina, meio mulher, batalhadora, estudiosa, sei lá eu não consigo falar de mim, quem eu sou".

A protagonista relata: *"Os melhores momentos da minha vida foram quando estava longe da mãe e hoje voltei para casa da mãe como uma forma de enfrentar essas coisas que não me deixam sentir valorizada, eu procuro não escutar muito. E eu sei sim quem eu sou e também sou diferente da minha mãe."*

A diretora então pergunta para a protagonista, o que ela precisa para ser a mulher que tanto deseja para valorizar o "Eu" e enfrentar o conflito com esta mãe. A protagonista Raissa responde: *"preciso de autoestima"*.

Neste momento a diretora utiliza a técnica da concretização com auxílio de egos-auxiliares. Solicitou que a protagonista escolhesse pessoas do grupo para serem a autoestima que ela precisa. Escolhidas cinco mulheres, a diretora pergunta o que ela precisa ouvir da autoestima (egos-auxiliares), Raissa responde: *"Que eu me ame, que eu tenho que gostar mais de mim, me preocupar mais comigo, não abaixe a cabeça, que eu posso, sou bonita"*.

O grupo aquecido como egos-auxiliares prontamente repetiram as falas da protagonista e ainda disseram: *"Você é bonita, você tem capacidade, você tem amor próprio, olha quantas pessoas você ajuda, é claro que você pode, você é inteligente"*.

A diretora interveio dizendo: *“Acredite mais em você, você é uma mulher inteligente, bonita, olha quantas coisas você faz, não deixe que as palavras de sua mãe ofusquem seu brilho, olhe quantas pessoas você tem para mostrar seu brilho e deixar-se brilhar.”* A diretora, neste momento, aponta para as almofadas que estavam colocadas no chão como papéis aparentemente bem resolvidos nas relações da protagonista.

A diretora dispensa os egos-auxiliares e a protagonista relata que estava tranqüila e que a sessão a ajudou a organizar os papéis da vida dela, que sabe quem ela é e isso deu força para conseguir enfrentar e acreditar mais nela mesma.

Por conta da falta de tempo, a diretora não aprofundou o conflito com a mãe, mesmo sabendo da importância de se trabalhar mais a questão, porém foi destacada para a protagonista a importância de trabalhar em outros momentos esta relação.

- **Sharing**

Posteriormente, foi aberto para o Sharing (QUADRO 7) do quarto encontro, onde as participantes, a partir da dramatização, se identificaram com a protagonista ao relatar suas experiências trazendo questões, como: relatos de superação e percepção da importância de acreditar em si mesmas.

Quadro 7: Sharing do quarto encontro

(continua)

<b>Participantes</b>	<b>Respostas</b>
Aixa	<i>“Consegui ver que eu tenho força, sou capaz”</i>
Kira	<i>“Como uma pessoa pode acabar com a gente, e consegui ver que se dane o outro, eu sou mais eu”</i>
Yasmim	<i>“Eu me identifiquei, mas percebi que tenho que me diferenciar do outro, pegar o que tem de bom e deixar o que é ruim”</i>
Íris	<i>“Sou diferente da mãe”</i>
Nayara	<i>“O quanto eu não olho pra mim, penso nas pessoas e não penso em mim”.</i>

Fonte: Pesquisa ação realizada nos meses de outubro à dezembro de 2011.

Quadro 7: Sharing do quarto encontro

Participantes	Respostas
Nádia	<i>“Sou muito ouvinte, não falo muito de mim, me emocionei, porque eu preciso acreditar mais em mim também”</i>
Layla	<i>“No meu caso foi meu pai, ter uma pessoa que te coloca pra baixo [...] saber que tenho capacidade, mas duvidar [...] a falta de confiança, preciso confiar mais em mim.</i>

Fonte: Pesquisa ação realizada nos meses de outubro à dezembro de 2011.

Neste encontro o aquecimento inespecífico utilizado foi o movimento da dança do ventre, denominado básico egípcio. Após o grupo ter escolhido a protagonista, deu-se início ao aquecimento específico. Neste momento a paciente relatou sobre a sua dificuldade em falar de si. Durante a dramatização foi utilizada a técnica da concretização, permitindo à paciente a visualização dos diversos papéis desempenhados na vida, causando um efeito terapêutico ao identificar conflitos nas relações e organizar os papéis.

A protagonista encontrava-se angustiada por não conseguir falar de si mesma. Após a concretização realizada durante a ação dramática dos papéis e também da autoestima, a paciente deu-se conta que sabia falar de si, que precisava acreditar nela mesma e o quanto necessitava trabalhar terapeuticamente a relação com a mãe.

Após o compartilhar, a protagonista relatou estar sentindo-se acolhida pelo grupo e organizada com seus papéis.

No final deste encontro, a diretora solicitou para cada integrante do grupo trazer para o próximo encontro uma peça de roupa pessoal que as representasse no presente momento.

Finalizou-se o encontro com um breve alongamento corporal.

#### 4.2.5. 5º Encontro (05/11/13)

No quinto encontro, realizado no dia 05 de novembro de 2013, compareceram nove participantes: Aixa, Yasmim, Layla, Nayara, Kira, Nádia, Soraia,

Raissa e Samira. Neste dia não pode comparecer ao encontro a participante Ísis, pois ficou doente.

- **Aquecimento inespecífico**

A diretora solicitou que cada participante apresentasse sua peça de roupa e o que ela tinha a ver com cada uma no momento presente. (QUADRO 8). O aquecimento inespecífico do quinto encontro aborda o significado que as participantes deram para as roupas que trouxeram e o que estas representavam na vida de cada uma delas no presente.

Quadro 8: Aquecimento inespecífico do quinto encontro.

(continua)

<b>Participantes</b>	<b>Roupa que trouxe</b>	<b>Relação com momento presente</b>
Soraia	Camisa rosa de organza	<i>“Porque sou delicada, transparente e gosto do rosa, é feminino, sou um pouco assim sensual”</i>
Aixa	Blusa e um lenço	<i>“Eu gosto de coisas diferentes, sou alegre, misteriosa”</i>
Yasmim	Blusinha que não usa mais é sensual	<i>“Neste momento estou usando roupas muito comportadas, por conta do profissional e sinto necessidade de usar roupas mais sensuais”</i>
Kira	Vestido, biquíni, e uma camisa	<i>“Amo meu corpo, o vestido me realiza, me sinto o máximo, eu não uso muito a camisa, mas gostaria de ser mais assim elegante, sou mais despojada”</i>
Samira	Shorts	<i>“Gosto de coisas curtas e coladas, me sinto alegre, amo minhas coxas”</i>
Nádia	Tomara que caia e primeira roupa de dança do ventre	<i>“Ele me caracteriza muito porque é discreto e eu sou assim muito discreta (...) me sinto poderosa e confiante”</i>

Fonte: Pesquisa ação realizada nos meses de outubro à novembro de 2013.

Quadro 8: Aquecimento inespecífico do quinto encontro.

(conclusão)

Participantes	Roupa que trouxe	Relação com momento presente
Nádia	Tomara que caia e primeira roupa de dança do ventre	<i>“Ele me caracteriza muito porque é discreto e eu sou assim muito discreta (...) me sinto poderosa e confiante”</i>
Layla	Lingerie	<i>“Só de uns anos pra cá me sinto sensual, eu não gostava do meu corpo, quando uso, me sinto bem”</i>
Nayara	Sapato alto	<i>“Me representa ser um mulherão, sem salto me sinto feia”</i>
Raissa	Sutiã vermelho	<i>“Eu me sinto bem por dentro como mulher, sensual”</i>

Fonte: Pesquisa ação realizada nos meses de outubro à novembro de 2013.

Os significados que emergiram do grupo no geral estavam relacionados a questão da sensualidade feminina.

Em seguida a diretora conduziu o grupo para um segundo aquecimento inespecífico, utilizando vestes da dança do ventre para representar o futuro de cada participante.

Primeiramente as roupas que a diretora trouxe foram expostas no chão da sala e a consigna da diretora foi que cada participante escolhesse uma roupa que pudesse representar como elas gostariam de estar no futuro. (QUADRO 9). Aqui a diretora utilizou a técnica da projeção do futuro, que segundo Cukier (1992), busca investigar o futuro próximo ou distante dentro de um contexto de vida da pessoa, permitindo visualizar as expectativas, repetições do passado e compreender comportamentos presentes. Moreno destaca que através de emoções, sentimentos e expectativas, o homem sente necessidade de imaginar-se em um futuro. (MORENO, 1966 apud CRELIER, 1998).

Quadro 9: Aquecimento inespecífico do quinto encontro.

<b>Participantes</b>	<b>Roupa escolhida</b>	<b>Relação com momento futuro</b>
Layla	Roupa verde com brilho	<i>“Me deu vontade de ser mais ousada, ter mais coragem, ser leve, viva, livre, menos medo de tentar arriscar”</i>
Nayara	Roupa verde com brilho	<i>“Estou formada em 2014, me sentindo mais mulher, pensando mais em mim”</i>
Kira	Roupa verde com brilho	<i>“Estou na minha formatura, brilhando, já apresentei meu TCC” (trabalho de conclusão de curso)</i>
Yasmim	Roupa amarela com moedinhas pretas e douradas	<i>“Quero estar estável financeiramente, as moedinhas me lembraram o ouro e buscando mais coisas novas”</i>
Aixa	Roupa amarela com moedas pretas e douradas	<i>“Uma pessoa de sucesso na minha carreira, estou mais calma”</i>
Soraia	Roupa de cor roxa com detalhe em borboletas	<i>“Estou voando com segurança, brilhando profissionalmente”</i>
Nádia	Roupa roxa com detalhe em borboletas	<i>“Ter coragem para voar sozinha, aqui ser mais independente em 2014”</i>
Samira	Roupa vermelha	<i>“Sou alegria e forte nas minhas decisões”</i>
Raissa	Roupa preta com detalhes brancos	<i>“Cinco anos depois, quero estar formada, trabalhando, e com mais um filho”</i>

Fonte: Pesquisa ação realizada nos meses de outubro à novembro de 2013.

Neste momento o grupo escolheu a protagonista Layla, que relatou a necessidade de ser mais ousada, ter mais coragem, ser leve, viva, livre, e com menos medo de tentar arriscar.

- **Aquecimento específico**

A diretora aqueceu a protagonista para um diálogo entre a Layla do presente com a Layla do futuro, com auxílio de um ego escolhido pela protagonista para representá-la no futuro.

- **Dramatização**

A Layla do presente então pergunta para a Layla do futuro: *“Como você está e como se sente no futuro?”*

A diretora faz uma troca de papéis e a protagonista no papel de Layla no futuro responde para Layla no presente (ego-auxiliar): *“Eu sei que valeu a pena tudo que você passou, aprender a se conhecer melhor, enfrentar as coisas doloridas da vida, se encontrar”*.

Novamente a diretora fez uma troca de papéis entre o ego e a protagonista. A diretora perguntou para Layla no presente como foi receber esta resposta e se algo a impedia de realizar o que almeja no futuro.

Layla no presente responde: *“Foi bom me ouvir, o que me impede é auto cobrança, ter medo de fracassar, medo de encarar meu presente”*.

Realizou-se então a última intervenção, trocando novamente os papéis, sendo solicitado pela diretora que Layla do futuro desse um conselho para Layla do presente. Neste momento a protagonista no papel de Layla no futuro relata: *“Vá se divertir, não se preocupe tanto com o que os outros ficam falando de você”*.

A diretora troca novamente os papéis e então pergunta para a protagonista no papel de Layla do presente, como foi ouvir este conselho do futuro. A protagonista responde: *“É bom ouvir de mim mesma isso e que vai valer à pena, [...] essa coisa estava me sufocando.”*

A dramatização encerra e inicia-se o compartilhamento do grupo. Os Sharing das participantes (QUADRO 10) apontaram a questão de se permitirem mais, liberar e acreditar que o futuro vai valer a pena e não se importar tanto com as coisas negativas que outras pessoas falam.

- **Sharing**

Quadro 10: Sharing do quinto encontro.

<b>Participantes</b>	<b>Sharing</b>
Aixa	<i>“As coisas uma hora vão melhorar é só acreditar”</i>
Soraia	<i>“Que vai valer a pena”</i>
Samira	<i>“Se permitir”</i>
Yasmim	<i>“Me libertar do que os outros acham, me libertar”</i>
Nádia	<i>“Todo esforço vai chegar a uma recompensa”</i>
Raissa	<i>“Antes eu me importava com o que me falavam, agora não tanto”</i>
Nayara	<i>“O futuro vai valer a pena”</i>
Kira	<i>“É preciso fazer alguma coisa, ficar parado não vai adiantar”</i>

Fonte: Pesquisa ação realizada nos meses de outubro à novembro de 2013.

Neste encontro houve dois aquecimentos inespecíficos. No primeiro, as roupas que as participantes trouxeram, representaram o momento presente de cada uma delas. Para o segundo aquecimento, a diretora trouxe roupas de dança do ventre para representar o futuro. A retirada da protagonista foi através da escolha do grupo. No momento da dramatização utilizou-se a técnica da projeção do futuro, permitindo a paciente um diálogo com o momento presente o momento futuro de sua vida. Portanto, causou-se um efeito terapêutico ao identificar que foi bom ouvir-se e se projetar no futuro. A protagonista relatou no final da sessão estar mais positiva e aliviada.

A diretora solicitou que em uma palavra cada mulher do grupo dissesse o que ficou do encontro. Os relatos foram: *ousadia, alegria, coragem, ação, esperança, vai valer a pena, não ouvir os outros, ser forte e confiante, fazer planos para o futuro*. Assim finalizou-se o encontro.

#### **4.2.6. 6° Encontro (12/11/13)**

No sexto encontro, realizado no dia 12 de novembro de 2013, compareceram nove participantes: Yasmim, Layla, Nayara, Kira, Nádia, Soraia,

Raissa, Ísis e Samira. Neste dia não pôde comparecer ao encontro a participante Aixa.

- **Aquecimento inespecífico**

A diretora solicitou que cada participante observasse os elementos como espada, candelabro, jarro, taça com vela, véu e bastão, todos expostos no chão da sala. As participantes caminharam ao redor dos elementos e depois de um determinado tempo, a pedido da diretora, escolheram um dos elementos dirigindo-se ao lado deste, para representar alguma situação da vida delas, dando-lhes um significado próprio. (Neste momento a diretora não relatou todos os significados de cada elemento e a história, pois não se fez necessário e nem era o objetivo do encontro).

O aquecimento inespecífico do sexto encontro (QUADRO 11) aborda o significado que as participantes deram para os elementos e o que este representa enquanto uma situação na vida de cada uma delas.

Quadro 11: Aquecimento inespecífico do sexto encontro.

(continua)

<b>Participantes</b>	<b>Elemento</b>	<b>Situação da vida</b>
Nayara	Taça com vela	<i>“Por estar sozinho, é assim que eu gostaria de estar, sozinha. [...] A vela está apagada e é assim que eu estou me sentindo, sem luz”</i>
Yasmim	Espada	<i>“Não é familiar, me lembra uma coisa perigosa, firma, agressiva [...] em determinadas situações eu sinto necessidade de ser como esta espada”</i>
Kira	Candelabro	<i>“Por ter muitas velas, imaginei ele aceso, muita luz, brilho, faz parte de um sonho da minha vida, eu vejo Isso, [...] busco a cada dia”</i>
Samira	Véu	<i>“Me trouxe felicidade é o momento que estou, aliviada por ter terminado meu trabalho [...] e um pouco ansiosa com a apresentação”</i>

Fonte: Pesquisa ação realizada nos meses de outubro à novembro de 2013.

Quadro 11: Aquecimento inespecífico do sexto encontro.

(conclusão)

Participantes	Elemento	Situação da vida
Soraia	Véu	<i>“Eu queria estar assim colorida e feliz, [...] quero me sentir leve”</i>
Nádia	Espada	<i>“Penso na questão do equilíbrio, me considero uma pessoa equilibrada, uma guerreira [...] tenho coragem para umas coisas e pra outras não”</i>
Ísis	Espada	<i>“Sinto falta dela, pra mim ela representa luta por algo, justamente por eu sentir esta falta em mim, quase em todos os aspectos eu devia me dar mais, devia ir mais atrás e não ficar esperando que as coisas venham até mim”</i>
Layla	Espada	<i>“Tanto você usa para matar como para salvar [...] isso faz parte da minha vida, se defender, atacar, [...] vi que precisei passar por atitudes mais agressivas e foi bom [...] aceitar meu jeito de ser”</i>
Raissa	Espada	<i>“Um símbolo de ir à luta e cortar com aquilo que falei da minha mãe”</i>

Fonte: Pesquisa ação realizada nos meses de outubro à novembro de 2013.

Grande parte do grupo escolheu o elemento espada e deram seus significados pessoais, relacionando esta à luta, força, equilíbrio, cortes, situações da vida, como por exemplo, a necessidade de ser como aquela espada.

Após cada relato, a diretora solicitou que o grupo escolhesse uma protagonista. Três pessoas lançaram-se para trabalhar os conflitos, o grupo então escolheu Soraia, que relatou a necessidade de ser como aquele véu, colorido e leve: *“Eu queria estar assim colorida e feliz, quero me sentir leve.”*

#### • Aquecimento específico

Neste momento foi solicitado que Soraia falasse mais sobre seu conflito, o que a impedia de ser “leve e colorida”. A protagonista Soraia relatou seu conflito com relação à ansiedade, medo e expectativas com muitas dúvidas e insegurança com a

futura profissão de psicóloga. Soraia então pontua o medo de não ser uma boa profissional, de não ter sucesso e retorno financeiro.

A diretora pergunta a Soraia o que falta para ser uma “boa” profissional. A protagonista se emociona e neste momento pede-se que ela diga o que esta emoção significa. A protagonista relata que está “correndo” atrás, mas não tem apoio familiar, pois eles querem que ela trabalhe na empresa da família, dizem que a psicologia não tem futuro, não dá dinheiro.

- **Dramatização**

A diretora solicita que a protagonista diga quem são as pessoas que não dão apoio para ela na família e que escolhesse egos-auxiliares para representar estes papéis familiares. A protagonista cita a mãe, o pai, o irmão e a irmã. Os egos escolhidos são colocados em frente à protagonista. A diretora faz uma entrevista trocando o papel da protagonista com cada familiar representado por um ego-auxiliar. É proporcionado um diálogo entre eles sobre a profissão de Soraia, o que eles achavam o que gostariam que ela fizesse e através desse diálogo a diretora pôde observar como a protagonista Soraia argumenta e se defende em relação a sua futura profissão.

A diretora observou os gestos e atitudes corporais da protagonista na cena. Quando argumentava com o pai, a mãe e o irmão, ela ficava de braços cruzados (presos) atrás do corpo; e quando foi com a irmã, ela soltou os braços na lateral do corpo relaxadamente, pois esta irmã não a criticava como os outros membros da família.

Em seguida, a diretora solicita que Soraia escolhesse alguém do grupo (ego) para ficar no papel dela no momento. O ego-auxiliar escolhido é colocado no lugar da protagonista e esta é retirada de cena para se observar de fora como se estivesse vendo no espelho. A diretora pede então para que o ego-auxiliar repita exatamente os gestos, comportamentos e as últimas falas da protagonista com cada familiar. Ao ser questionada pela diretora, a protagonista responde sobre o que a chamou atenção se olhando de fora e diz: *“falta atitude de mim mesma, eu mesma me prendi”*. (referindo-se aos braços para trás do corpo).

A técnica do espelho facilita ao protagonista visualizar suas ações através de outra pessoa. Uma forma de distanciá-lo da cena, proporcionando uma

consciência das atitudes e conflitos expostos. Desta forma, o protagonista pode dar-se conta de suas atitudes perante um determinado conflito e, de forma espontânea e criativa, elaborá-los e modificá-los. O protagonista pode visualizar o próprio comportamento na forma de espelho através de um ego-auxiliar, que o representa no cenário. (GONÇALVES et al, 1988).

Logo após a reflexão da protagonista, a diretora pergunta o que ela ainda precisava para ser uma boa<sup>5</sup> profissional. Ela então, através das almofadas, coloca no meio da sala cada item que ela acreditava ser preciso para ser uma boa psicóloga, como: *“ter supervisão, cursos, atualizar-se sempre, apoio de pessoas que gosta, fazer uma especialização, estágios, experiências práticas, estudar, e ler muito”*.

A diretora então solicita que Soraia visualize as almofadas no meio da sala que estavam representando os itens para ser uma boa profissional. A protagonista observa que são muitas coisas para fazer. No entanto, ao ser colocada no meio das almofadas, a protagonista relata se sentir confortável.

Ao final, a diretora, juntamente com a protagonista, faz uma reflexão sobre todas as coisas que ela quer, mesmo sem estar formada na profissão de psicóloga, das expectativas, medos e ansiedades quanto à profissão e, sobre as expectativas, falta de apoio da família e para quem ela quer provar ser uma profissional de sucesso? A protagonista relata que *“quero provar para mim mesma e pra família”*. Neste momento a diretora interveio dizendo que ela precisa fazer o que realmente quer e não lutar para provar algo para alguém, pois estaria vivendo apenas para agradar o outro e não para realização pessoal.

A protagonista então observa e entende que precisa de tudo isso que citou, mas precisa ir com calma, lutar pelo que quer agindo de forma diferente, com atitude e depende de si mesma, não tendo que provar nada para ninguém.

Encerrada a dramatização deu-se início ao compartilhamento do grupo. Os relatos (QUADRO 12) basearam-se na questão de que algumas pessoas já passaram ou estão passando pela mesma ansiedade e insegurança em alguma situação da vida, porém, existe a necessidade de se fazer o que gosta, com foco, determinação e acreditar mais em si mesmo, indo à busca do que realmente desejam.

---

<sup>5</sup> Expressão utilizada pela protagonista Soraia.

- **Sharing**

Quadro 12: Sharing do sexto encontro.

<b>Participantes</b>	<b>Sharing</b>
Yasmim	<i>“Já estou atuando e tenho as mesmas ansiedades, e vi que é assim mesmo, errando e aprendendo”.</i>
Nádia	<i>“O que pegou mais pra mim é acreditar em mim mesmo”</i>
Íris	<i>“Também deveria acreditar mais em mim”</i>
Layla	<i>“Eu tenho pessoas que criticam [...] parece que nada do que a gente aprende é suficiente [...] mas eu corro atrás e me dedico, quando eu trabalho eu levo muito a sério.</i>
Samira	<i>“[...] Quando rodei em anatomia, para algumas pessoas da família foi o fim do mundo [...] foi um motivo para eu quase desistir do curso [...] mas realmente eu não desisti porque eu gosto”</i>
Raissa	<i>“A gente pensa nisso antes de se formar, a agente se forma e tem que continuar”</i>
Nayara	<i>“Eu me sinto bastante segura assim, eu sei que vai ser difícil, mas vou correr atrás”</i>
Kira	<i>“Dá aquele medinho, mas o que ficou foram determinação e foco”</i>

Fonte: Pesquisa ação realizada nos meses de outubro à novembro de 2013.

Pode-se dizer que o grupo se encontra na fase das relações mútuas, pois segundo Datner (2006) esta é a fase da produção, onde o grupo determina objetivos comuns, caminha em uma mesma direção, possui sentimento de reciprocidade que permeia as relações.

Neste encontro, o aquecimento inespecífico foi através dos elementos que a diretora trouxe. A retirada da protagonista foi através da escolha do grupo. No momento da dramatização foram utilizadas técnicas como: concretização, inversão de papéis, entrevista e espelho. Tais técnicas permitiram à paciente um diálogo com os familiares através dos egos–auxiliares e uma observação das atitudes que estava tendo, causando um efeito terapêutico ao perceber que precisava ir com mais calma,

respeitar seu tempo, não provar nada pra família e fazer o que gosta. A protagonista relatou no final da sessão que estava sentindo-se bem melhor. Encerrada a sessão, a diretora lembra as participantes sobre o último encontro.

Entrelaçam-se aqui o terceiro, quarto, quinto e sexto encontro, nos quais foram utilizados movimentos e elementos específicos da dança do ventre. Movimentos estes como: shimmies, básico egípcio; e os elementos que são as taças com velas, espada, candelabro, véus, jarro e vestimentas. Em todos estes encontros mencionados acima, seguiu-se uma sequência de consignas importantes em um trabalho psicodramático, pois é necessário deixar claro o que se pede para o grupo. Estas consignas levaram as participantes a pensarem o que tais movimentos e elementos significavam em suas vidas, os quais traziam situações e emoções que gostaria de trabalhar no grupo.

Os movimentos e elementos da dança do ventre facilitaram o emergir da protagonista para uma ação psicodramática nos respectivos encontros. Observou-se uma identificação pelas participantes na escolha de alguns movimentos e elementos, assim como as emoções e sentimentos. No entanto, os significados e as situações de vida que cada participante apresentava com relação ao movimento e o elemento escolhido, foram diferentes.

Sendo assim, a sequência destes encontros, oportunizou para as mulheres participantes, vivências terapêuticas por meio do Psicodrama de Grupo e a arte da Dança do Ventre.

#### **4.2.7. 7º Encontro (19/11/13)**

O sétimo encontro aconteceu no dia 19 de novembro de 2013 às 18h em uma sala na cidade de Tubarão- SC (local e horário onde foram realizados todos os encontros). Compareceram todas as dez mulheres: Aixa, Yasmim, Íris, Nayara, Kira, Nádia, Soraia, Layla, Raissa e Samira.

- **Aquecimento inespecífico**

As participantes receberam a consigna da diretora para um breve alongamento corporal. Em seguida foram recapitulados os passos básicos da dança do ventre aprendidos durante os encontros. Logo após, a diretora solicita para que

as participantes dançassem pela sala ouvindo a música árabe, experimentando e relembando os movimentos de posição básica, shimmies, básico egípcio e movimentos de braços e mãos. Em seguida, baixou-se o som da música para que pudessem ouvir e refletir sobre a nova consigna e para que elas escolhessem um dos movimentos que pudesse representar um sentimento sobre o que ficou dos encontros e como estavam saindo deste no último dia.

Após algum tempo, as participantes concluíram a atividade e começaram o compartilhamento do movimento escolhido e a representação deste (QUADRO 13). As dez mulheres que compareceram para o último encontro e a escolha de movimentos básicos aprendidos, representando um sentimento que ficou das vivências no grupo e como estavam saindo no último encontro. Os sentimentos relatados foram: felicidade, leveza, motivação, esperança, liberdade. Todas se sentiam gratas ao grupo, pois muitas coisas tocaram cada uma nas vivências e de alguma forma causou terapeuticamente uma transformação, uma reflexão.

Quadro 13: Trabalho dos movimentos básicos da dança do ventre e a escolha dos movimentos representativo.

(continua)

<b>Participante</b>	<b>Movimento</b>	<b>Sentimento</b>	<b>Representação do que ficou dos encontros e como estavam saindo deste</b>
Nayara	Shimmie	Felicidade	<i>“Foi muito bom estar aqui, aprendi bastante coisas nas vivências pra vida”</i>
Yasmim	Básico egípcio e o shimmie	Felicidade	<i>“O básico me remete a gratidão ao grupo e o shimmie uma felicidade por ter participado”</i>
Aixa	Mãos e shimmie	Esperança	<i>“Eu tive muitas experiências aqui dentro, consegui ver que o que faltava em mim e o que tem no outro de bom vou levar”</i>
Samira	Shimmie	Felicidade	<i>“Foi um bem que o grupo me trouxe”</i>

Fonte: Pesquisa ação realizada nos meses de outubro à novembro de 2013.

Quadro 13: Trabalho dos movimentos básicos da dança do ventre e a escolha dos movimentos representativo.

(conclusão)

Participante	Movimento	Sentimento	Representação do que ficou dos encontros e como estavam saindo deste
Íris	Mãos	Motivação	<i>“[...] foram trabalhadas várias coisas aqui que motivam [...] sempre toca alguma coisa [...] o aprendizado aqui foi excelente e quero agradecer a todas”</i>
Kira	Shimmie	Felicidade	<i>“Foi tão bom [...] aqui vi tanta sinceridade [...] muito obrigada por tudo”</i>
Nádia	Mãos	Leveza	<i>“É eu estar me sentindo leve [...] achei muito revelador, me surpreendeu como mostra as coisas os movimentos, tudo [...] muito obrigada”.</i>
Raissa	Shimmie	Transformação	<i>“O grupo mexeu comigo, tudo que foi falado aqui tentei internalizar e refletir [...] eu já mudei bastante [...] quero agradecer a todo mundo do grupo”</i>
Soraia	Shimmie e mãos e braços	Leveza	<i>“Gostei de participar, obrigada pela confiança do grupo, gostei muito do trabalho, me fez buscar outras visões”</i>
Layla	Básico egípcio	Liberdade	<i>“Eu me lembrei de uma situação difícil dessa semana e ontem, chorando, me lembrei do dia que fui protagonista e me lembrei do meu futuro me dizendo: vai que vai dar certo [...] de lá pra cá, está um pouco mais fácil, leve”</i>

Fonte: Pesquisa ação realizada nos meses de outubro à novembro de 2013.

O grupo, em seguida, recebeu a consigna para reunirem-se por semelhança de sentimentos e criarem uma imagem corporal que representasse os sentimentos escolhidos. O grupo prontamente dividiu-se em três subgrupos. Os sentimentos do primeiro grupo foi leveza; do segundo foi, liberdade, motivação e

transformação; e do terceiro e último grupo foi felicidade. A diretora registrou a imagem criada pelo grupo (FIGURA 9, FIGURA 10, FIGURA 11), através de fotografias.

Figura 9 – Primeira imagem apresentada:



Foto: Patrícia Fontana. Novembro 2013.

Figura 10 - Segunda imagem apresentada: transformação, liberdade, motivação.



Foto: Patrícia Fontana. Novembro 2013.

Figura 11 - Terceira imagem apresentada: Felicidade



Foto: Patrícia Fontana. Novembro 2013.

Após a apresentação de cada imagem, a diretora deu a consigna para o grupo escolher apenas uma que representasse todo o grupo neste último encontro.

Por unanimidade foi escolhida a terceira imagem, a felicidade. Que executada por todo o grupo e também registrada pela diretora. (FIGURA 12).

Figura 12 - Imagem representando o grupo no ultimo encontro: Felicidade



Foto: Patrícia Fontana. Novembro 2013.

Em seguida a diretora solicitou que cada participante visualizasse a foto da imagem do primeiro encontro (FIGURA 8). Perguntou para as mulheres o que elas observaram da imagem. Surgiram falas como: *confusão, dúvidas, loucura, desespero, bagunça, indefinição, grupo distante e diferente, correria, caótico, isolamento*. Depois a diretora mostrou a foto da imagem representando o grupo no último encontro (FIGURA 12), perguntando às participantes o que tinha de diferente da imagem do grupo no primeiro encontro. Os relatos foram: *a imagem está mais definida, harmoniosa, alegria, sintonia, completo, as imagens estão com uma mesma estrutura uma ficou abaixada e outras em pé, alinhada, tem uma direção, olhar e sorrisos, equilíbrio*.

Após a observação foi realizada uma reflexão sobre as duas imagens.

Assim, a diretora faz agradecimentos e recebe os agradecimentos do grupo como segue a fala a seguir de uma das participantes em nome do grupo: *“Parabéns pelo trabalho, [...] tu foste maravilhosa, um alicerce do grupo, tens uma empatia muito grande, deixa todo mundo à vontade, parabéns e sucesso, muito obrigada.”*

A diretora finalizou o encontro com uma dança do ventre com taças e véu e presenteou as participantes com chocolates e com um cinto de moedas utilizado na dança do ventre (FIGURA 13).

Figura 13 – Registro do final do encontro com a diretora.



Foto: Patrícia Fontana. Novembro do ano 2013.

Assim finalizam-se os encontros com gratidão e muito aprendizado. Os movimentos escolhidos neste último encontro pelas participantes promoveram um autoconhecimento e uma reflexão em relação ao vínculo do grupo. Foi através da comparação de imagens fotográficas do primeiro e último encontro que as participantes perceberam uma evolução do grupo referente ao vínculo, confiança, integração e troca de experiências significativas. Une-se então a arte através da

dança do ventre e a psicoterapia através do método psicodramático. Essa união ocorreu por meio da realização dos movimentos da dança junto com ação dramática.

Na ação dramática trabalha-se no “como se” e o sujeito revive situações, conta e reconta histórias da vida. A dança do ventre, juntamente com ação dramática, proporciona uma consciência corporal por meio dos movimentos, despertando sentimentos e significados importantes que representam a vida, contam e recontam histórias, no “como se” como afirma Motta, (2011). Portanto a dança do ventre permitiu as participantes um soltar-se, liberar-se pela sala juntamente com o grupo para expressar a espontaneidade e criatividade naturalmente, facilitando assim, a dramatização, o compartilhar do grupo e do protagonista para ressignificar a vida, promovendo o autoconhecimento.

## 5 CONCLUSÃO

Através do Psicodrama de grupo, esta pesquisa investigou a dança do ventre como um modelo de intervenção psicoterapêutico baseado no método do Psicodrama de Grupo. Analisou-se que os movimentos e elementos desta dança utilizada e realizada em um grupo processual são catalisadores de emoções, pois trouxe a tona situações de vida, conflitos, associando os movimentos e elementos com algum momento da vida que gostariam de trabalhar no grupo terapeuticamente.

Por ser um trabalho em grupo com encontros seqüenciais, cada movimento aprendido e os elementos da dança do ventre utilizados, trouxeram algo de significativo para as mulheres participantes que puderam trabalhar questões da vida.

Foi possível promover a consciência corporal através dos movimentos realizados e aprendidos em grupo. Cada mulher pôde observar o próprio corpo e o que o movimento que estava sendo realizado significava no momento da vida de cada uma. A oportunidade de parar e se observar, prestar atenção no que o corpo está dizendo, foi vista pelas participantes como algo revelador e muito significativo, fazendo todo sentido com a situação que estavam vivendo.

Esta pesquisa proporcionou uma vivência terapêutica para cada participante. Em cada encontro, uma pessoa era protagonista e esta causava efeito terapêutico no grupo. Todos puderam compartilhar suas vivências, ajudando mutuamente uns aos outros. Através das histórias de vida trazidas pelas protagonistas, o grupo se identificava com algum aspecto e trazia sua emoção seguida de uma reflexão.

Apesar dos receios iniciais do grupo, por não se conhecerem, houve um rápido entrosamento das participantes por conta dos dois primeiros encontros focados na interação, integração e auto apresentação de cada uma do grupo. Outro fator importante em todos os encontros foram os momentos de compartilhamento. Este fortaleceu o vínculo grupal e a construção de um espaço terapêutico considerado confiável e não ameaçador.

Através da análise pôde-se perceber que a dança do ventre baseada nos métodos do psicodrama, possibilitou um trabalho terapêutico para o grupo. As mulheres observaram-se, entendendo os comportamentos de si e do outro através das dramatizações e técnicas do psicodrama. Consequentemente as participantes

se permitiram ser espontâneas e criativas para enfrentar situações e modificá-las, encontrando novas soluções, saindo de uma conserva cultural.

A dança do ventre permitiu também às participantes, um soltar-se, liberar-se pela sala juntamente com o grupo para expressar a espontaneidade e criatividade naturalmente, facilitando a retirada do protagonista, a vivência terapêutica, a dramatização, o compartilhar do grupo e do protagonista para ressignificar a vida, promovendo o autoconhecimento. Portanto, os objetivos da presente pesquisa foram alcançados com êxito.

Porém, a presente pesquisa não se limita a este estudo. É interessante dar continuidade sobre a utilização da dança do ventre baseada no método do psicodrama, com mulheres para trabalhar a autoestima, a feminilidade quebrando paradigmas sobre padrão de beleza; dentre outras possibilidades.

Este estudo torna-se relevante aos psicodramatistas, pois poderão visualizar a aplicabilidade das técnicas psicodramáticas. Relevante também para a ciência da Psicologia como um conhecimento teórico e prático do psicodrama e das possibilidades e benefícios que a dança do ventre proporciona, bem como, para os psicólogos e professores de dança do ventre que poderão entrar em contato com a teoria e vivências realizadas.

Torna-se importante também à instituição Locus Partner RH, como mais um recurso que pode auxiliar alunos desta instituição, na prática e compreensão dos métodos do psicodrama.

A dança do ventre vem como um modelo de intervenção para ser utilizado dentro do psicodrama de grupo, pois a arte também é uma forma de conhecimento e representa algo particular das pessoas, através dos movimentos e da improvisação, existe uma conexão entre movimento e emoção, trabalhando o corpo e a linguagem deste, agindo como uma integração entre corpo-mente. O despertar dos sentimentos causados pelos movimentos realizados por meio da dança do ventre, proporcionou uma transformação psicológica na vida e nas atitudes das participantes através da ação dramática, do psicodrama de grupo.

Entrelaçam-se aqui a arte e a psicoterapia, o psicodrama como ciência e a dança do ventre como arte. Juntas encontram-se uma riqueza de recursos para se trabalhar em grupo de mulheres com base no psicodrama de grupo, um método de ação profunda e transformadora.

## REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, Wilson. Castello. **Moreno**: Encontro existencial com as psicoterapias São Paulo: Ágora, 1991.
- BUSTOS, Dalmiro. et al. **O Psicodrama**: Aplicações da Técnica Psicodramática. Trad. Lúcia Neves e Ruth Rejtman. 3. ed. São Paulo: Ágora, 2005.
- \_\_\_\_\_(Org). **Novas Cenas Para o Psicodrama**: o teste da miranda e outros temas. Trad. Eliana Araújo Nogueira Do Vale. São Paulo: Ágora, 1999.
- CUKIER, Rosa. **Palavras de Jacob Levy Moreno**: Vocabulário de Citações do Psicodrama, da psicoterapia de grupo, do sociodrama e da sociometria. São Paulo: Ágora, 2002.
- \_\_\_\_\_(Org) **Psicodrama Bipessoal**: Sua técnica, seu terapeuta e seu paciente. 4. ed. São Paulo: Ágora, 1992.
- CRELIER, Vânia. Projeção para o Futuro. In: MONTEIRO, Regina Fourneaut (org). **Técnicas Fundamentais do psicodrama**. 2. ed. São Paulo: Ágora, 1998.p. 69-73.
- DATNER, Yvette. **Jogos para educação empresarial**: Jogos, jogos dramáticos, role-playing, jogos da empresa. 2. Ed. São Paulo: Ágora, 2006.
- DIAS, Vitor R. C. Silva. **Psicodrama**: Teoria e Técnica. 3. ed. São Paulo: Ágora, 1987.
- DIEHL, Astor Antônio; TATIM, Deise. **Pesquisa em ciências sociais aplicadas**: métodos e técnicas. São Paulo: Pearson Prentice Hall, 2004.
- FONSECA FILHO, José S. **Psicodrama da loucura**: Correlações entre Buber e Moreno. 7. ed. São Paulo, 2008.
- \_\_\_\_\_(Org). **Psicoterapia da Relação**: Elementos do psicodrama contemporâneo. Ed. rev. São Paulo: Ágora, 2010.
- GARAUDY, Roger. **Dançar a vida**. Trad. Antonio Guimarães Filho e Glória Mariani. - Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1980.
- GIL, Antônio Carlos (org). **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4 ed. São Paulo: Atlas, 2002.
- GONÇALVES, Camila Salles. Técnicas Básicas: duplo, espelho e inversão de papéis. In: MONTEIRO, Regina Fourneaut (org). **Técnicas Fundamentais do psicodrama**. 2. ed. São Paulo: Ágora, 1998.p. 17-26.
- GONÇALVES, Camila Salles; WOLFF, José Roberto; ALMEIDA, Wilson Castello de. **Lições de Psicodrama**: Introdução ao pensamento de J. L. Moreno. São Paulo: Ágora, 1988.

KAHA, Luciaurea. **Dança do Ventre e Saúde: A cura do Templo Feminino.** Dança como metáfora de uma meta-linguagem oculta no corpo. Vol. II. 2. ed. Mogi das Cruzes, SP: Clube de Autores, 2011.

\_\_\_\_\_ (Org). **História da dança do ventre: O ventre e o corpo no tempo.** Dança como metáfora de uma meta-linguagem oculta no corpo. Vol. I. 2. ed. Mogi das Cruzes, SP: Clube de Autores, 2011.

KAULFMAM, Fani Goldenstein. O teste Sociométrico. In: MONTEIRO, Regina Fourneaut (org). **Técnicas Fundamentais do psicodrama.** 2 ed. São Paulo: Ágora, 1998. p.37-54.

LELOUP, Jean –Yves. **O corpo de seus símbolos: uma antropologia essencial.** Org. Lise Mary Alves de Lima. 6. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 1998.

MARCONI, Maria de Andrade; LAKATOS, Eva Maria. **Fundamentos de metodologia científica.** 7. ed. – São Paulo: Atlas, 2010.

MURARO, Rose Marie; BOFF, Leonardo. **Feminino e Masculino: uma nova consciência para o encontro das diferenças.** Rio de Janeiro: Sextante, 2002.

MARINEAU, René F. **Jacob Levy Moreno 1889 – 1974: Pai do Psicodrama, da Sociometria e da Psicoterapia de Grupo.** Trad. José de Souza Mello Werneck. São Paulo: Ágora, 1992.

MEERA, Yasmim. **Dança do Ventre: um pouco de sua história e significado.** 2013. Disponível em: <<http://www.yasminmeera.com.br/#!dancas-do-orientec198z>>. Acesso em: 31 out. 2013.

MENEGAZZO, Carlos Maria. et al. **Dicionário de Psicodrama e Sociodrama.** Trad. Magda Lopes, Maria Carbajal, Vera Caputo. São Paulo: Ágora, 1995.

MINAYO, Maria Cecília de Souza (org); DESLANDES, Suely Ferreira; GOMES, Romeu. **Pesquisa Social: teoria, método e criatividade.** 31. ed - Petópolis, RJ: Vozes, 2012.

MOHAMED, Shokry. Título original en árabe: "RAKSAT AL BATN AL SAHIRA". **La Danza Mágica del Vientre.** Trad ai espaíol: Milagros Nuin Monreal. Madrid. Ediciones Mandala, S. A. 1995

\_\_\_\_\_ (Org). Título original en árabe: "AL MARAH WA AL RAKSA AL SHARKIA" o "La Mujer y la Danza Oriental". **La mujer y la Danza Oriental: La Danza Mágica del Vientre.** Trad Traducción ai espaíol: Dr. Gamal Yousef. Madrid. V. II. Ediciones Mandala, S. A. 1998

MORENO, Jacob Levy. **Psicodrama.** Trad. Álvaro Cabral. São Paulo: Editora Cultrix, 1978.

MORO, E. A dança do ventre como instrumento na psicoterapia corporal para mulheres. In: **Convenção Brasil Latino América, Congresso Brasileiro e**

**Encontro Paranaense de Psicoterapias Corporais.** Centro Reichiano, 2004.

Disponível em:

<<http://www.centroreichiano.com.br/artigos/Anais%202004/Elizabeth%20Moro.pdf>>.

Acesso em: 09 dez. 2013.

MOTTA, Júlia Maria Casulari; Estado da arte na ação dramática. In: MOTTA, Júlia Maria Casulari; ALVES, Luís Falivene (Orgs). **Psicodrama: ciência e arte.** São Paulo: Ágora, 2011.p. 82-91.

NACHMANOVITCH, **Stephen. Ser Criativo:** O poder da improvisação na vida e na arte. Trad. Eliana Rocha. 4. ed. São Paulo: Summus, 1993.

PORTINARI, Maribel. **História da Dança.** 2. ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira S/A, 1989.

SANTOS, Antônio Gonçalves. Auto-Apresentação, Apresentação do Átomo Social, Solilóquio, Concretização e Confronto. In: MONTEIRO, Regina Fourneaut (org). **Técnicas Fundamentais do psicodrama.** 2.ed. São Paulo: Ágora, 1998.p. 105-125.

SUHEIL, (Bailarina). **Glossário da Dança do Ventre:** a nomenclatura técnica para esta arte milenar. 2012. [?]

TADRA, Débora Sicupira Arzura; VIOL, Rosimara; ORTOLAN, Sabrina Mendes; MAÇANEIRO, Scheila Mara. **Metodologia do ensino de artes:** linguagem da dança. Curitiba: Ibplex, 2009.

VALONGO, Martha Figueiredo. **Psicomúsica.** In: MONTEIRO, Regina Fourneaut (org). **Técnicas Fundamentais do psicodrama.** São Paulo: Ágora, 1998.

VERGARA, Sylvia Constant. **Projetos e relatórios de pesquisa em administração.** São Paulo: Atlas, 1997.

WEIL. Pierri. **A Ética nos Grupos:** Contribuição do psicodrama. São Paulo: Ágora, 2002.

## APÊNDICE

**APÊNCIDE A- TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO**

## Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

Psicóloga Patrícia de Souza Pereira Bez Fontana CRP 12/11240

Pesquisa: A Dança do ventre como um modelo de intervenção baseado no método psicodramático.

Declaro que fui informada sobre todos os procedimentos, tais como: gravação de minha voz, exposição da minha imagem através de fotos (porém, não será exposto meu rosto) e vivências da pesquisa/ação. Recebi de forma clara e objetiva todas as explicações pertinentes ao projeto e que todos os dados a meu respeito serão sigilosos.

Declaro que fui informada que posso me retirar do estudo a qualquer momento.

Nome: \_\_\_\_\_

RG: \_\_\_\_\_

Local e data: \_\_\_\_\_

Assinatura: \_\_\_\_\_

---

Patrícia de Souza Pereira Bez Fontana  
Psicóloga CRP 12/11240