

## **TEATROTERAPIA NA SAÚDE MENTAL: DRAMA, CRIATIVIDADE E ALEGRIA.**

CARVALHO, J. B.<sup>1</sup>, CORRAL, C.M.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Autora - Universidade da Região da Campanha (URCAMP) – Bagé – RS – Brasil  
jessicadcarvalho@gmail.com

<sup>2</sup> Orientadora - Universidade Estadual do Rio Grande do Sul (UERGS) – Bagé – RS - Brasil  
claudiacorrals@yahoo.com.br

### **RESUMO**

O teatro como forma de manifestação artística estimula a criatividade, a espontaneidade e se manifesta através da expressão corporal. Exige o desenvolvimento de habilidades sensoriais, físicas, mentais, cognitivas, sentido poético e reflexivo que despertam nos protagonistas suas potências criadoras. Esta intervenção buscou o Método Boal de Teatroterapia, oriundo do Teatro do Oprimido, voltado para pacientes-atores, portadores de sofrimento psíquico. Ele desenvolve um espaço terapêutico que atua na zona de subjetivação. A investigação se propôs a analisá-lo como recurso terapêutico promotor de saúde mental. Com o objetivo de aprofundar conhecimentos oriundos do Psicodrama, da Psicanálise e da Teoria Psicopedagógica Clínica, evidenciando a importância das possibilidades de intervenção grupal terapêutica na saúde mental coletiva. Tratou-se de uma pesquisa participante de abordagem qualitativa, de caráter fenomenológico. O objeto investigado foi o grupo da Oficina de Teatro Terapêutico, desenvolvido no Centro de Atenção Psicossocial - CAPS II de Bagé. Os dados da pesquisa foram coletados através de audiografações, das discussões ocorridas durante os encontros, submetidas à análise posterior, além da aplicação da entrevista semi-estruturada. Participaram da amostra deste estudo, cinco integrantes da Oficina de Teatro Terapêutico, sendo que, a descrição das sessões do grupo abrange doze participantes. Os pacientes-atores afirmaram vivenciar momentos de alegria e de aprendizagem interpessoal. O teatroterapia propiciou qualidade de vida e trabalhou na direção da emancipação do pensamento dos sujeitos, gerando maior autonomia. Concluímos que o teatro estimula a capacidade criativa e proporciona aos pacientes-atores, através de suas criações, uma melhor imagem de si mesmos, gerando autoconhecimento.

Palavras-chave: Teatroterapia; Arte-terapia; Saúde Mental..

### **1 INTRODUÇÃO**

Este estudo investigou o potencial terapêutico do teatro e seus efeitos na população participante da Oficina de Teatro Terapêutico desenvolvida no Centro de Atendimento Psicossocial - CAPS II de Bagé, que é oriunda de uma prática de

Estágio Específico em Saúde Coletiva. Tendo como base o Método Boal de Teatroterapia que tem sua origem no Teatro do Oprimido.

O investimento neste tema de pesquisa justifica-se na perspectiva de aumentar as possibilidades de intervenção terapêutica numa abordagem grupal voltada a saúde mental coletiva.

## **2 METODOLOGIA (MATERIAIS E MÉTODOS)**

A escolha do processo investigativo apontou para uma metodologia situada no paradigma qualitativo de caráter fenomenológico, tendo por tipo de pesquisa a observação-participante.

Foi caracterizada a Oficina de Teatro Terapêutico, com a descrição das sessões realizadas. Os dados da pesquisa foram coletados através de audiogravações das discussões ocorridas durante as sessões de teatro terapia, que foram transcritas para análise posterior.

Participaram da amostra deste estudo, foram submetidos à entrevista semi-estruturada, cinco integrantes da Oficina de Teatro Terapêutico, sendo que, a descrição das sessões do grupo abrangem doze participantes.

Os participantes foram informados do objeto e dos objetivos da pesquisa através do Consentimento Livre e Esclarecido. No qual ficaram cientes dos direitos de retirar-se caso sentissem necessário, sem prejuízo ético para si.

## **3 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Utilizando a análise fenomenológica de pesquisa, que busca a descrição pura e simples dos fenômenos, o ocorrido na Oficina de Teatro Terapêutico foi descrito e analisado.

Na Oficina de Teatro Terapêutico, os pacientes-atores ao serem expostos a uma técnica teatral chamada “Conte uma História”, permitiram deixar fluir, através da narração, uma série de problemas e dificuldades vividas por eles ao longo de suas vidas. As histórias giravam em torno de suas complicações mentais, outras justificavam a origem delas. Todas elas tinham um ponto fundamental em comum: as dores de suas vidas.

Um ponto comum entre as diversas psicoterapias existentes é o pressuposto de que as emoções, quando não expressas, são “acumuladas”, esse acúmulo causa uma tensão, que teria como decorrência uma disfunção psíquica. Para readquirir seu bem-estar o paciente teria de drenar o resíduo emocional, dando-lhe expressão, ou seja, “catarsizando-o” (KELLERMANN, 1998, p. 88).

Os participantes foram submetidos a diversas técnicas que visavam a utilização de sua criatividade para resolução de problemas. O observado após aplicação das mesmas foi a dificuldade de criar algo novo. Este fato demonstra que possuem sua criatividade embotada, congelada, o que de certa forma é causa e efeito de seus problemas psíquicos. Segundo Fernández (2001) Esse tipo de crença deve-se aos contínuos mandatos inconscientes que eles internalizaram ao longo de suas vidas, esses mandatos são resultado do preconceito vindo de suas famílias, da escola, das instituições e etc, que sempre os colocaram no local dos "incapazes".

Fernández (2001) ainda afirma que ter autoria de pensamento é ter a liberdade de pensamento, o que favorece a criação e leva à autonomia na vida. A autoria de pensamento é o que nos conecta com a agressividade saudável e

criativa, é a partir dela que podemos nos reencontrar com o outro e, conseqüentemente, com nós mesmos, para podermos nos incluir sem submissão neste mundo que nos é oferecido.

Uma das participantes das técnicas criativas explicou *“Eu desenhei o patinho feio, na história o patinho ficava excluído, a mãe saía e deixava ele, e depois aí ele ficou bonito, ele virou um cisne”*. Outra participante completou *“Se eu não me engano ele era excluído pelos outros porque era diferente, ele não era feio, ele era diferente”*.

Segundo Sara Paín (2000) tanto nas artes como na vida as relações humanas se dão através de símbolos, todos os símbolos são signos que servem para reunir os grupos e para estabelecer relações entre os homens. O desenho possui um simbolismo que expressa o preconceito, as relações de exclusão entre os homens por serem “diferentes” e o final feliz ao descobrir seu verdadeiro valor.

Também foi desenhado um Beija-Flor seguido da poesia de mesma autoria *“eu queria ser um beija-flor, além de ser livre para voar, ainda posso sentir o perfume das flores e adoro ver o por do sol, por que posso apreciar as flores na primavera”*.

Moreno (apud MENEGAZZO, ZURETTI & TOMASINI, 1992) sugere que o homem vem ao mundo e para enfrentá-lo possui como ferramenta a criatividade e a espontaneidade. Estando de acordo com sua espontaneidade e criatividade, ou seja, expressando-a, o ser humano viverá em equilíbrio constante entre ele mesmo, com suas necessidades, desejos e o mundo circundante.

Outro desenho significativo era de uma pintora, como cenário havia desenhado um atelier de pintura e uma biblioteca, e foi seguido do seguinte relato *“Eu gosto muito de leitura e gosto de pintar, eu tinha minhas tintas e minhas coisas em casa, mas aí agora... foram coisas que aconteceram... e agora eu não to podendo mais, e eu pintava quadros e gosto muito de ler livros”*.

Sara Paín (2000) sugere que a arte mobiliza emoções e pulsões, ou seja, desejos e sentimentos do autor que se revelam no processo de criar. A criatividade libera emoções e faz um convite à criação, este convite é como um desafio em que pacientes-atores possuem o papel de autores.

Outros dois personagens criados pelos pacientes-atores foram o “Professor Palhaço” e a “Palhacinha”. Ambos desenhos muito coloridos que expressavam o desejo de poder levar alegria aos demais através de personagens protagonistas.

Considerando a simbologia da criação destes personagens, juntamente com suas falas em entrevista, é possível fazer a relação do desejo de ser reconhecido através do teatro com o desejo de ter reconhecimento em sua própria vida. Um dos desenhistas possui limitações mentais e, segundo ele, sofreu com diversas formas de preconceito, exclusão e opressão durante a vida. Através do teatro ele pode ressignificar o desejo de ser reconhecido, de saber que é capaz.

Durante uma técnica teatral, onde era proposto encenar uma história contada por outro participante, uma paciente-atriz levanta-se e inicia sua apresentação: Anda pela sala mostrando desespero e diz *“Eu tive que dormir na rua, minha família me correu de casa, não me querem mais lá. E agora? O que eu vou fazer? Não tenho pra onde ir, vou ter que dormir na rua...”* Em sua fala ela demonstrava muita tristeza e desespero, logo deita-se com a cabeça em cima de jornais e encena o ato, em seguida levanta-se e continua *“Aí um dia, alguém me encontrou, e me perguntou se eu queria ajuda, eu disse que sim, e aí me trouxeram pra cá, pro CAPS, e hoje eu tô aqui, com todos vocês, sou feliz e tenho uma nova família, uma nova vida.”*

Posteriormente, a paciente-atriz expôs ao grupo que se identificou com a situação do colega.

Boal (2002) sugere que, o fenômeno ocorrido nestes casos, de identificação durante uma dramatização, é chamado de simpatia, do latim *sympathia*, *sym* significa com e *pathia*, que vem de *pathos*, significa sentimento. Então simpatia significa “sentir com”, ou seja, compartilhar o mesmo sentimento.

Por alguns instantes a paciente-atriz viveu em sua vida o sentimento de seu colega, e este identificado, segundo ela, com seus próprios sentimentos. Ambos dividiram a mesma dor, revivida no corpo dela. A identificação continua por saberem que ambos, segundo eles, foram acolhidos no CAPS.

Boal (2012, apud OLIVEIRA & ARAÚJO) afirma que o relato individual da opressão, proporcionado por meio de uma sessão de Teatro Terapia, passa a mobilizar as situações opressoras vividas pelos demais pacientes-atores, sobretudo se estes pertencerem ao mesmo grupo social e se forem submetidos aos mesmos tipos de opressão.

A interpretação da paciente-atriz fez com que o grupo como um todo vivesse um processo de identificação, pois sua dramatização envolvia não só a dor de ser abandonado, mas a dor de viver em situação de adoecimento psíquico. Ela expressou os sentimentos de desespero, de dor, de abandono sentidos e compartilhados somente por quem deste mesmo mal sofre.

Cecília Boal (2006) nos diz que o improviso instala de imediato o ator no registro da metáfora. No plano imaginário, o teatro permite aos pacientes-atores a possibilidade de encarnar outros personagens, que eles gostariam de ser mas não são devido sua realidade. Os momentos de improviso além de serem possibilidades de viver o novo, também são oportunidades de ver a si mesmo de outras formas, de experimentar a si e o grupo.

Segundo Britto (2006) na teatralização uma situação pode ser analisada pelo grupo, podemos nos perguntar “*Quais alternativas? Como falar? Como agir?*” assim como fez esta cena.

Os pacientes-atores, que veem suas histórias sendo encenadas por outros colegas, podem reviver de maneira segura e alegre uma situação na qual eles estiveram em risco, resignificando desta maneira a situação traumática que viveu.

Fernández (2001) nos sugere que a alegria tem um papel muito importante no trabalho com portadores de sofrimento psíquico, pois ela nos permite diferenciar-nos da dor, incluir uma fronteira entre o sentimento que nos faz sofrer e nós mesmos. E somente a partir daí pode tornar-se pensável a dor. Sem alegria, a dor torna-se impensável por que não se diferencia da pessoa.

#### **4 CONCLUSÃO**

A Oficina de Teatro Terapêutico constitui-se de um método eficaz para ser trabalhado como uma abordagem grupal, pois tem como ferramenta principal a arte, uma forma sutil de abordagem que proporciona descarga de tensão e prazer. Resgatou a alegria na vida dos sujeitos, propiciando qualidade de vida e trabalhando na direção da emancipação do pensamento. Sendo, desta forma, um método adequado a um serviço de atenção psicossocial.

Através do estímulo à criatividade do sujeito é possível fazê-lo autor de suas criações. Tal autoria de criação resulta em autoria de pensamento. Foi possível observar que os portadores de adoecimento psíquico possuem dificuldade em

reconhecerem-se como autores de suas produções, esta dificuldade é causa e efeito de suas enfermidades psíquicas.

A atividade criativa propiciou aos pacientes-atores corporificar os seus desejos, ressignificar a imagem de si mesmo e desconstruir seus mandatos inconscientes de incapacidade.

## 5 REFERÊNCIAS

- Boal, A. (2002) *O arco-íris do desejo: o método Boal de teatro e terapia*. Editora Civilização Brasileira, Rio de Janeiro.
- Boal, C. (2006) Teatro do Oprimido em Eaubonne. In: *Metaxis: informativo do Centro de Teatro do Oprimido*. Editora Master Print, Rio de Janeiro.
- Britto, G. (2006) Teatro do Oprimido na Saúde Mental. In: *Metaxis: informativo do Centro de Teatro do Oprimido*. Editora Master Print, Rio de Janeiro.
- Fernández, A. (2001) *O Saber em Jogo*. Editora Artmed, Porto Alegre.
- Kellermann, P. F. (1998) *O Psicodrama em foco - E seus aspectos terapêuticos*. Editora Ágora, São Paulo.
- Menegazzo, C. M, Zuretti, M. M. e Tomasini, M. A. et al. (1992) *Dicionário de Psicodrama e Sociodrama*. Editora Ágora, São Paulo.
- Oliveira, E. C. S. e Araújo, M. de F (2012). Aproximações do Teatro do Oprimido com a Psicologia e o Psicodrama. In: *Psicologia: Ciência e Profissão*, 32 (2), 340-355.
- Paín, S. (2000) Imagem, Corpo e Pensamento. In: PARENTE, Sonia Mara. *Encontros com Sara Paín*. Editora Casa do Psicólogo, São Paulo.