

## Psicodrama: A criatividade vivida

O facto de Freud ter considerado que a “criação” constitui uma alternativa à neurose fez com que me tenha apetecido tentar ser criativa e participar neste Seminário. O Psicodrama impôs-se à minha mente.

O **Psicodrama** tem como essência a espontaneidade, ou seja, a criatividade vivida e experienciada na acção.

É, por isso, uma possibilidade do **sujeito** entrar em relação consigo mesmo e com o outro, de forma criativa. Winnicott situa a **criação** no espaço entre o interior e o exterior, entre a realidade psíquica e o mundo objectivo. Neste espaço intermediário ou zona de “ilusão”, no qual jogo e símbolo estão presentes.

Quanto ao **psicodramatista**, este organiza, diz-nos Amaral Dias, uma “visão caleidoscópica” que lhe permite o surgimento de uma imagem, de uma gestalt significativa de acontecimentos para a qual procura significado; e, acrescentamos nós, através da sua mente desejavelmente preenche de intuição e de abertura ao desconhecido.

No Psicodrama, ambos – pacientes e psicodramatista – são, a nosso ver co-criadores.

Para o tentar demonstrar, num primeiro tempo, faremos uma breve introdução ao Psicodrama, entretecendo-a com partes de uma sessão, recentemente ocorrida.

Num segundo tempo, falaremos do papel continente do psicodramatista e abordaremos a criatividade em todo o processo.

Finalmente, esperamos, desta forma singela, introduzir uma nota criativa a este Seminário.

### **I - Breve introdução ao Psicodrama Psicanalítico entretecida com o vivido**

De forma simplista podemos dizer que no Psicodrama existem diferentes etapas:

#### **1 - Aquecimento:**

Trata-se da fase inicial de preparação para o nascimento de estados espontâneos. É a partir daqui que o paciente ou pacientes, escolhido(s) pelo psicodramatista, e denominado(s) protagonista(s), entra(m) em cena.

## Psicodrama: A criatividade vivida

Nesta etapa de aquecimento, diz-nos Luis, que serão o nosso protagonista: “Pensei em três coisas que quero partilhar:

- Na sessão passada falaram da minha dificuldade na relação com o meu pai. Isso até é verdade; mas, se eu não tenho memórias sobre a minha infância é porque não aconteceu nada de grave. Nada de traumático”. A arrogância impondo-se. Continua ele:

- “Estou de acordo que a minha dedicação ao trabalho é excessiva. Claro que é uma compensação para problemas que tenho e a que não sei dar resposta.

- Finalmente, quero contar uma situação: vi, no Supermercado, uma miúda que conheço, por sinal muito gira, e passei para o outro lado porque achei que se a cumprimentasse ela não me reconheceria e custa-me sempre ouvir um não.”

No aquecimento as pessoas raramente trazem informação tão organizada; mas o lado mais obsessivo do paciente fez-se presente. Também o mais defensivo, na sua negação face à coisa traumática.

Esta negação, a arrogância que continha o modo como falava nela, (sentimo-la, clara e forte dentro de nós), a sua dificuldade em enfrentar a rapariga no supermercado e, é claro, o seu refúgio no trabalho, fizeram-nos pensar numa dramatização. No fundo o que estava em causa, e era necessário, tomando em linha de conta a personalidade e história de vida deste homem – Luís - (de 37 anos, que não se sentira visto nem pelo pai, homem muito ocupado, nem pela mãe, deprimida, e obrigada a abandonar o país para acompanhar o marido, aquando do 25 de Abril), era ajudá-lo a compreender a sua dor infantil de não ter sido visto – negada por ele (não houvera trauma!, dissera) – e fazer a ligação desta com as outras dimensões. Esta foi a nossa hipótese terapêutica para a dramatização, que é um dos pontos altos no Psicodrama Psicanalítico.

### 2 - Dramatização:

Usando a mente como órgão com capacidade para gerar pensamentos – deixem-nos afirmar de forma pouco modesta – para gerar criatividade (e aqui para dar suporte ao que dizemos, socorremo-nos de Platão, que equiparava criatividade a geração), urdimos uma dramatização na qual o Luís morreu e irá bater à porta do céu.

S. Pedro, representado pelo ego-auxiliar, irá impedir a sua entrada caso não tenha resolvido as suas questões na terra.

## Psicodrama: A criatividade vivida

Na dramatização, Luís tenta convencer S. Pedro a abrir-lhe as portas celestiais. Este diz-lhe que ele não está pronto, está a fugir ao passado. Que não resolveu as suas questões na terra.

Luís diz-lhe que não, que resolvera tudo.

S. Pedro pede-lhe, então, para ele se lembrar da relação com os pais. Para se lembrar de uma janela. Momentaneamente, Luís não reconhece a ideia de janela mas lembra-se de um precipício junto do qual sentira grande angústia e desejo de morte. Fala destes sentimentos e, finalmente, lembra-se da janela “Ah é verdade!” diz ele, “a janela. Já me lembro. Mas isso foi apenas para chamar a atenção da minha mãe!”

Quando tinha cinco ou seis anos, Luís colocara-se do lado de fora de uma janela, do quarto andar, que habitavam, e chamara a mãe que se encontrava no jardim. “Foi apenas isso!” diz ele. “Quería só chamar a atenção da minha mãe.”.

E o nosso coração aperta-se perante a dor daquele menino, a que o homem, que ele é, parece cego.

S. Pedro diz-lhe, então, que para resolverem o problema talvez seja bom ele falar com os pais. Estes estão ali no céu.

Luís aceita a oportunidade para falar com eles.

Estes, são dois elementos do grupo a quem são dadas instruções para não o olharem.

Tal como uma criança, Luís chama pelos pais. “Olá pais! Estou aqui! Vá lá, olhem para mim! Dêem-me só um pouco de atenção. (silêncio). É sempre assim. Nunca me vêem.” Vai ele dizendo.

A angústia crescendo, a voz de menino suplicando ...

Após um silêncio doloroso, S. Pedro pergunta-lhe como é que ele poderia, então, comunicar com os pais.

Luís, pensativo, afirma: “Preciso de mudar de estratégia”.

“Muda”, diz-lhe o Santo.

Agora, ele levanta-se e aproxima-se mais. Suplica: “Olhem para mim. Estou aqui!”.

Por favor”.

E a angústia tornando-se forte. Mais presente. Como se ganhasse corpo junto de nós.

Com raiva, vira-se para S. Pedro e diz baixinho: “Se me tivesse matado eles iriam ver!”.

E a frase “em cada suicida existe um homicida faz-se clara na nossa mente”.

Mas, a agressividade é rapidamente recolhida – não a aguenta – e volta à súplica: “Estou aqui. Olhem para mim. Por favor!” Na nossa mente *A Metamorfose* de Kafka, faz-se

## Psicodrama: A criatividade vivida

presente. A angústia é dura como pedras aguçadas e rasga a nossa mente. Dói-nos por dentro.

A criança perdida e desamparada perante os nossos olhos. Conteúdo sem continente. A dor sem nome.

São, então, dadas instruções aos pais para “verem” e acolherem o filho.

Agora, Luís é visto. “O primeiro espelho da criatura humana é o rosto da mãe: é o seu olhar, o seu sorriso, a sua expressão facial”, escreveu Winnicott.

“Olha é o nosso filho!” dizem os pais. Ele chora como uma criança. O choro torna-se compreendido e os pais contêm e re-conhecem o filho. Embalam-no.

A criança chora convulsivamente.

O homem compreende.

O pensador pensa a dor como Bion nos ensinou.

Terminamos a dramatização.

Com respeito pelo sofrimento regressam todos aos seus lugares.

Diz-nos Moreno: “As pessoas na sua espontaneidade são os seus donos, não só como seres fictícios mas também na sua verdadeira existência. Para poderem escapar das suas jaulas, rasgam as suas feridas mais profundas e secretas e estas sangram, agora, ante os nossos olhos”.

Luís rasgando as suas feridas perante o nosso olhar. Perante o nosso amor.

As pessoas transformam-se a partir da sua experiência.

O grupo presencia e vivencia. No outro, o que é do outro, mas, também o que do outro têm em si.

E a poesia faz-se presente.

*Toda a existência verdadeira é um encontro;*

*Este não se dá no tempo e no espaço,*

*Mas sim em sua confluência.<sup>1</sup>*

---

<sup>1</sup> Buber, M. *Qué es el hombre?*, in Cristina Freire *O Corpo reflete o seu drama*, S. Paulo: Ágora (2000)

## Psicodrama: A criatividade vivida

O encontro e a co-criação ganham lugar. Confluem ( lugar do encontro) e flui com/entre eles (lugar da co-criação).

Finalmente, surge um outro tempo. Uma outra fase. A dos Comentários.

### 3 - Comentários:

Este é um tempo de análise, de identificações, projecções, compreensão, sentires e de pensamentos. Do grupo. Do protagonista. Dos terapeutas. É o momento de ressonância grupal, de partilha de afectos que é, a nosso ver, o cimento do grupo: cimento enquanto união, cimento que permite a estrutura.

Interpretações foram feitas, a outros faltaram palavras. Não eram necessárias. Tudo estava dito. Como pano de fundo, os soluços do Luís tocavam uma música triste e antiga mas, simultaneamente, rica, profunda e actual.

Comenta ele, chorando: “Toquei num sítio onde nunca tinha tocado. Estou com uma tristeza imensa.”.

Esta parte sua estava oculta e, agora, pôde vê-la neste espelho que a dramatização permite. A dor com um nome, pensamos nós.

Cristina Freire torna-se presente:

*“Posso tocar o passado  
Mesmo o mais longínquo.  
Ele é meu.  
(...)  
Sinto, vibro, sonho, choro.  
Lembro, sofro, me angustio.  
Me faço e refaço.  
Me crio e recrio.”*

A emoção é geral. É, também, neste sentido de pertença ao grupo que a pessoa pode sobreviver como ser criador.

Por detrás disto, temos o papel continente do psicodramatista. Debrucemo-nos, um pouco, sobre ele:

# Psicodrama: A criatividade vivida

## II - Papel continente do Psicodramatista

Os conceitos “continente”, “conteúdo” e “função alfa” constituem uma elaboração interacional dos aspectos criativos da identificação projectiva e da introjecção.

Usando a sua capacidade de *reverie*, o terapeuta faz, com o seu paciente, um trabalho de sonho, de transformação. Tolerar a aflição e nomeá-la. No caso do psicodrama:

- Dando um significado operacional,
- Introduzindo um significado simbólico através do jogo e da interpretação.

No palco real – o do psicodrama – transforma-se o “pano da realidade” em “pano do drama” para que este, por sua vez, se transforme em compreensão, em capacidade para pensar. Em nome.

Há, assim, uma transposição dos elementos da realidade para um mundo novo – o da representação – que permitirá, seguidamente, aceder ao simbólico.

Acção e palavra completando-se.

### **Falámos do palco psicodramático, mas o que acontece no palco interno do psicodramatista?**

Também no palco interno do psicodramatista, este vive a sessão por etapas:

- Acolher o dito, o que vem lá de fora. De cada elemento do grupo
- Fazer a transformação deste dito em imagens sensoriais. É a hipótese terapêutica fazendo-se presente através dum tipo de representação onírica ou “o sonhador que sonha o sonho”.

A hipótese terapêutica fazendo-se criação na mente do terapeuta. Partida no momento; parto com dor.

Tal como um malabarista no palco (é assim que, por vezes, nos sentimos) que tem nas suas mãos várias bolas, cada uma de sua cor, representando os presentes, não quer deixar cair nenhuma. Verdadeiro parto com dor. Parto com medo. Como afirma Bion, em Conferências Brasileiras I: “Todo aquele que amanhã vai encontrar um paciente deveria, de algum modo, experimentar medo.” Porque está a lidar com o desconhecido.

São variadas e complexas as questões que se colocam ao psicodramatista:

## Psicodrama: A criatividade vivida

E a angústia a surgir como motor criativo, diria Klein.

- Quem dramatiza?
- Que dramatização?

ou “o sonhador que compreende ou pretende compreender o sonho”.

- Como interpretar por forma a que o nosso paciente leve algo de novo: para pensar, compreender, digerir. Ou “o sonhador que torna o sonho compreensível para o outro”  
Parto por vezes criativo, muitas vezes doloroso.

Mas, como diz Gibran: “é a dor que parte a casca do nosso entendimento”.

Outras vezes leve e divertido. Com tanto humor!

Talvez por isso, a criatividade na dor, a criatividade no humor, tantas vezes presente, em todos os intervenientes, dá-nos asas e o impossível deixa de ser um lugar.

Tendo como pano de fundo o pensamento de Deleuze, verificamos que Luís dispôs, naquela dramatização, de todos os personagens do seu drama – pai distante; mãe que não o via, solidão, desamparo, que reuniu numa repetição. Como escreve Deleuze: “Se a repetição nos torna doentes, é também ela que nos cura; se nos aprisiona e destrói é também ela que nos liberta (...)”<sup>2</sup>

E, assim, a semente transforma-se em pão.

As histórias individuais são

- contadas: a semente;
- dramatizadas: o amassar do pão;
- finalmente, compreendidas: o alimento digerido;
- resultado: o crescimento.
- A dosagem será sempre a que a mente de cada um poder tolerar.

**Mas onde está a criatividade?** Poderão perguntar-nos.

- A nosso ver a criatividade está nesta encenação, **na capacidade reveladora** – no tirar da máscara, através da acção - **que o Psicodrama permite.**

---

<sup>2</sup> Deleuze, G. *Diferença e Repetição*. Lisboa. Relógio D'Água Editores (2000) pp. 66, 67

## Psicodrama: A criatividade vivida

- Está na **transformação que o paciente faz**, através da sua capacidade de tolerância à dor, no contacto com os seus objectos internos e externos.

Oiçamos Rilke: “É a solidão profunda, criativa e construtiva que inspira os poetas, cria os artistas e anima o génio...” Luís perante a sua solidão infantil, na sua emoção e na sua reflexão adulta. Perante si. Com compreensão.

Verdadeira criação.

Luís viveu, nesta sessão, uma transformação similar a um novo nascimento, abrindo a sua psique à possibilidade de um novo universo – mente em expansão no sentido Bioniano – logo, possibilidade de crescimento.

- **Está no grupo:** Luís desamparado mas, também, acompanhado. Acompanhado por outros que têm capacidade para conter. Capacidade para crescer.

- Está, finalmente, no **psicodramatista, psicanalista, psicoterapeuta**, que cada um de nós é que ao imaginar soluções procura, e algumas vezes encontra, o coração do processo criativo.

Está na capacidade de pegar em elementos soltos e juntá-los num “todo novo” que faça sentido, usando, é claro, as ferramentas que possui.

A poesia torna-se de novo presente ao nosso espírito:

*Eu sou a passagem, sou a entrada.*

*Me tomo com minhas mãos.*

*Sou o agora.*

...

*Sinto, vibro, sonho*

*Me crio e recrio*

*Autorizando a mutação.*

*Eu (apenas) sou o momento,*

*A abertura à criação.*

Comunicação no Seminário “Criatividade” realizado pela AP a 16 de Abril de 2011.

Maria Moreira dos Santos

# **Psicodrama: A criatividade vivida**