

# DE MIM AO TEATRO TERAPÊUTICO: PERCURSO DE VIDA, PERCURSO CRIATIVO E NARRATIVAS DE SI

■ GERALDO ALVES LACERDA

<https://orcid.org/0000-0002-1748-1408>

Universidade Federal de Minas Gerais

## RESUMO

Este trabalho pautou-se na perspectiva metodológica da narrativa de si (de mim) como fonte esclarecedora de percursos profissional e criativo. Sendo, portanto, um resumo escrito da função terapêutica do próprio ato de narrar-se abordado por mim no fazer psicodramático e no atuar do *playback theatre*. Por meio dessas duas metodologias, esclareci meu percurso de vida como influenciador das escolhas tanto da psiquiatria, quanto das terapias psicológicas com base teatral ou, melhor dizendo, dos teatros com fins terapêuticos. Aqui, eu abordo brevemente a psicoterapia psicodramática e o *playback theatre*, duas das técnicas estudadas e praticadas por mim com fins a exemplificar vivências terapêuticas definidoras de significações de um percurso profissional. Este trabalho não tem como finalidade apresentar fatos novos ao conhecimento científico da área, mas sim objetiva apresentar a narrativa de si como fonte de transformação e esclarecimentos tanto do autor deste texto, no ato da escrita, quanto de quem se submete às técnicas do teatro terapêutico com base em narrativas de si.

**Palavras-chave:** Narrativa de si. Psicodrama. Playback theatre.

## ABSTRACT

### FROM ME TO THERAPEUTIC THEATRE: LIFE TRAVEL, CREATIVE TRAVEL AND SELF-NARRATIVES

This work was based on the methodological perspective of the narrative of itself (as of me) as an enlightening source of professional and creative pathways. Being, therefore, a written summary of the therapeutic function of the narrative act itself approached by me in the psychodramatic performance and in the performance of the playback theatre. Through these two methodologies, I clarified my life course as influencing my choices of both psychiatry and theatrical-based psychological therapies or, rather, theatres for therapeutic purposes. Here I briefly approach psychodramatic psychotherapy and playback theatre, two of the techniques I have studied and practiced to exem-

plify therapeutic experiences that define the meaning of a professional career. This paper does not aim to present new facts to the scientific knowledge of the area, but aims to present the narrative of itself as a source of transformation and clarification both of the author of this text, in the act of writing, and of those who subscribe to therapeutic theater techniques based on self-narratives.

**Keywords:** Self-narrative. Psychodrama. Playback theatre.

## RESUMEN **DE MÍ AL TEATRO TERAPÉUTICO: VIAJE VITAL, VIAJE CREATIVO Y AUTO-NARRATIVAS**

Este trabajo tuvo como perspectiva la narración de mí como una fuente esclarecedora de caminos profesionales y creativos. Siendo, por lo tanto, un resumen escrito del mismo acto de narración abordado por mí en el hacer psicodramático y la actuación de la sala de reproducción. A través de estas dos metodologías, clarifiqué mi camino de vida como influyente de mis elecciones tanto en psiquiatría como en terapias psicológicas con una base teatral o, mejor dicho, teatros con fines terapéuticos. Aquí, discuto brevemente la psicoterapia psicodramática y el teatro de reproducción, dos de las técnicas que he estudiado y practicado para ejemplificar experiencias terapéuticas que definen los significados de un camino profesional. Este documento no pretende presentar nuevos hechos al conocimiento científico del área, sino presentar la narración de sí mismo como fuente de transformación y aclaración tanto del autor de este texto, en el acto de escribir, como de aquellos que se suscriben a técnicas de teatro terapéutico basadas en auto narraciones.

**Palabras clave:** Auto narrativa. Psicodrama. Teatro de reproducción.

### Introdução

Este trabalho será um percurso autobiográfico, tal como um ateliê (DELORY-MOMBERGER, 2006) de autodescobertas das motivações artístico-terapêuticas da prática clínica adotada, servindo não só como percurso narrativo de exploração e investigação, mas também como forma de afecção existencial de viver processos terapêuticos enquanto terapeuta, assim como os educadores têm feito para pensar processos educacionais (CONTRERAS DOMINGO, 2016). Iniciarei com uma narrativa de minha história de vida, apoiada em argumen-

tões teóricas das narrativas de si, visto que “Explorar a experiência é, portanto, pensar com ela ou pensar a partir dela”<sup>1</sup> (CONTRERAS DOMINGO, 2016, p. 21, tradução nossa) de forma a “contribuir para esclarecer as dinâmicas multirreferenciais da constituição individual em todas as suas dimensões” (DELORY-MOMBERGER, 2016, p. 140), refletindo sobre o processo de experiência individual tempo-espacializada (DELORY-MOMBERGER, 2012)

<sup>1</sup> “Explorar la experiencia es pues pensar con ella, o pensar a partir de ella”.

das imbricadas relações entre vida e profissão (SOUZA, 2011). Em seguida, farei considerações acerca do conceito de teatros do real, no qual se encaixa o psicodrama e o *playback theatre*.

Este texto é um exemplo prático da noção de espontaneidade moreniana (MORENO, 2007), quando aborda o psicodrama e o *playback theatre* (FOX, 2015) como exemplos de narrativas de si e quando aponta a própria história do autor como um exemplo de adequação de resposta, ao incorporar o fazer teatral em sua prática clínica terapêutica. É lícito salientar que a construção dos critérios de análise deste texto faz parte do que subjaz aos processos interpretativos consciente e inconsciente<sup>2</sup> inerentes à construção do próprio texto, o qual já é o resultado da seleção de cenas vividas e experienciadas no processo de vida-formação de terapeuta-ator tal como é visto em Souza (2014, p. 46) quando esclarece que “o agrupamento das unidades de análise temática vai se constituindo mediante ao sistema de referência de cada sujeito quando narra sua própria história”.

## Narrativa de mim

É lícito deixar claro, desde já, que processos autorreflexivos das motivações que subjazem ações e escolhas de vida ou mesmo desejos são hábitos que dão vivacidade ao pensamento das pessoas que trabalham como terapeutas e esse é também um ato terapêutico. A narrativa de si é, neste trabalho, uma forma organizadora do processo terapêutico vivido nas cenas dramáticas de meus processos terapêuticos no psicodrama e nas encenações de terceiros que doaram suas histórias para as improvisações do *playback theatre*. Aqui, a narrativa de si não é tomada como meio interpretativo ou que cerre conclusões definitivas sobre o vivido, assemelhando-se ao que é realizado em

<sup>2</sup> Inconsciente aqui é o mesmo que memória procedural ou inconsciente cognitivo.

reflexões acerca de processos pedagógicos, tal como aponta Contreras Domingo (2016, p. 21, tradução nossa) em:

Essa indagação sobre o que o relato sugere acentua que o objetivo da investigação narrativa não está centrado na interpretação, mas no desejo de saber que nasce da experiência vivida. Seu objetivo não é representar a experiência, mas enriquecê-la e transformá-la. E faz isso abrindo a quem se aproxima dessa experiência novas possibilidades de significado, novas leituras dos fatos [...].<sup>3</sup>

No âmbito de enriquecer minha experiência acerca da função do teatro em minha vida, darei início às minhas reflexões narrativas seguindo uma “temporalidade biográfica” (DE-LORY-MOMBERGER, 2016, p. 136) na forma de “escrita da vida’, de elaboração da experiência” (DE-LORY-MOMBERGER, 2012, p. 524), semelhantemente aos campos de pesquisa (auto) biográfica situadas como práticas de investigação-formação de docentes brasileiros, os quais no processo de formação narram suas experiências e explicam “marcas que possibilitam construções de identidades pessoais e coletivas” (SOUZA, 2014, p. 40).

Na tenra infância, tive a sorte de ser o sexto filho e poder contar com a criatividade orientadora de duas irmãs e dois irmãos bem mais velhos. Eu e outra irmã, quase três anos mais velha do que eu, pudemos escutar histórias de narrativas orais, fazer teatros de sombras, ouvir histórias em projetor de *slides*, fazer teatro de sombras, além de teatrinhos e *shows* de música para plateias diversas de adultos e outras crianças. Pudemos também brincar livremente, inventando nossas próprias narrativas. Tudo isso contribuiu grandemente para minha

<sup>3</sup> “Este ir preguntándose por lo que el relato sugiere acentúa que el propósito de la indagación narrativa no se centra en la interpretación, sino en el deseo de saber que nace de la experiencia vivida. Su pretensión no es representar la experiencia, sino enriquecerla y transformarla. Y lo hace abriendo a quien se acerque a esta experiencia nuevas posibilidades de significado, nuevas lecturas de los hechos [...].”

criatividade e, também, para a inquietação diante da possibilidade de uma vida profissional sem arte, a qual nunca me apeteceu. Aqui, meu relato já estabelece um *feedback* recíproco, sobre o que é relatado e sobre o relator, de forma a já criar caminhos alternativos de construção de sentido, assim como é visto em Delory-Momberger (2012, p. 529) ao concluir que “O relato, então, não é somente o produto de um ‘ato de contar’, ele tem também o poder de produzir efeitos sobre aquilo que relata”. Assim, meu relato já cria uma identidade de mim e para mim de um sujeito que inclui arte na atuação profissional.

Entre os nove e dez anos de idade, fiz a primeira apresentação teatral, vamos dizer oficial, visto que foi na escola para um grande número de alunos. Eu e um primo decoramos piadas na forma de diálogo de um dos discos de vinil do Barnabé e nos vestimos a caráter para uma divertida, mas não sem tensão, apresentação. Em outros momentos desse segundo setênio, eu também subi no palco para apresentar outras comédias diante de grandes plateias, além de manter os teatrinhos em casa ou na garagem da vizinha, oportunidade para vender pipoca e guloseimas para os meninos da rua e já ganhar um troquinho. Sempre existiu uma diferença entre a tranquilidade e segurança em fazer teatro nos âmbitos dos quintais já conhecidos e o fazer teatral para plateias maiores e desconhecidas de olhos vorazes que me devoravam, cego de mim pensava eu, até que pude reencenar diferentemente tais vivências perturbadoras, agora com olhos atentos, em grupos de terapia psicodramática com a condução da professora e psicodramatista Maria das Graças de Carvalho Campos e idealizadora da pós-graduação em Psicodrama do Instituto Mineiro de Psicodrama Jacob Levy Moreno (IMPSI). Meu percurso de ator juvenil à psicodramatista se concretizava. Como escreveu Moreno (2007, p. 78) “toda e qualquer segun-

da vez verdadeira é a libertação da primeira”, dessa forma, pude, nas cenas psicodramáticas, reviver e reexperimentar pela segunda vez a tensão primeira das apresentações teatrais da infância. Assim como o faço agora, na escrita deste texto, reexperimentando tais tensões já anteriormente amenizadas. O ato biográfico da escrita e das encenações vai criando alternativas de refletir acerca do passado e encontrar alternativas sãs para as significações anteriormente disfuncionais.

Na tentativa de reconstruir meu percurso artístico e as escolhas profissionais dentro da artesanaria do ator, pude e posso atualizar vivências estético-terapêuticas que foram modulando meus afetos e recolocando meu corpo em mim. Fui, por muitos anos, portador de fobia social e não fiz apresentações artísticas, nos segundo, terceiro e quarto setênios de vida sem que viessem acompanhadas de dor emocional e/ou incômodo psíquico. Isso não me impediu de continuar, mas pelo contrário, ajudou-me a resolver questões afetivas ligadas à exposição, a chamada ansiedade de desempenho. Essa foi a primeira significação importante do teatro como lugar de cura dos afetos. Para mim, esse sentido da arte é maior do que o da arte pela arte. As significações posteriores se deram aos montes, tanto em sessões de *playback theatre* quanto em sessões de psicodrama psicoterápico ou socioeducacional e naquelas em que eu não fui protagonista, mas sim diretor, ego auxiliar e/ou plateia, já que o efeito terapêutico não se restringe a um ou outro papel desta metodologia terapêutica. Nesse percurso de vida, o teatro como vivência terapêutica foi se construindo como um ato profissional de cujo significado resultaria no teatro terapêutico.

Cresci em meio às histórias narradas por minhas irmãs e minha mãe, atriz e contadora de histórias orais nata. Cresci dando lugar à escuta em contraposição à palavra falada.

Cresci aprendendo a imaginar e a reconstruir na tela mental da imaginação as formas, cores e sons dos personagens e cenários das histórias escutadas na infância. Todos evocados por meio da velocidade, ritmo e entonações das histórias por mim escutadas. Só depois aprendi a falar, muito depois, já que não me sentia à vontade para falar, em função da fobia social, mas com o passar do tempo e dedicação me tornei um bom orador. Talvez por isso, queira escrever sobre o paralelo de meu percurso terapêutico e o percurso formativo profissional, como forma de falar sobre os muitos não ditos que me faziam mal.

Ouvia também histórias acerca de minha família e antepassados, tais como a admiração de minha mãe e tias pela sabedoria de minha avó materna, a única que conheci e com quem convivi apenas até pouco mais de dois anos.<sup>4</sup> Diziam que vovó era sábia e lia livros de filosofia os quais, ao mesmo tempo que traziam sabedoria, eram dignos de provocar loucura, segundo mamãe. Só depois entendi o interesse pela loucura e pela filosofia, sempre mediados por muita leitura. Tal entendimento foi parte também de uma sessão de psicodrama psicoterápico em que eu fui apenas plateia, mas senti o efeito da “catarse de integração” (MORENO, 2007) ao desabar em choro compulsivo diante da cena da morte da mãe de uma colega, à qual eu relacionava à morte de minha avó materna.

Aquele interesse infantil pelo teatro se manteve e aos 14 anos fiz a primeira apresentação num teatro construído para receber peças de teatro e apresentações. Essa foi no Teatro Padre Eustáquio que recebeu a adaptação da peça *Mulheres de Holanda* de Chico Buarque de Holanda como trabalho da disciplina de Literatura Portuguesa do primeiro ano

do segundo grau do Colégio Padre Eustáquio. Eu fiz um malandro que dançava uma valsa. Nesse mesmo ano, assisti à primeira peça de teatro profissional, no Teatro Marília, era o *Noviço Rebelde*, uma comédia protagonizada por Carlos Nunes. Além disso, ensaiei e apresentei uma dança folclórica mexicana no mesmo colégio. Depois disso, o teatro e as representações adormeceram por alguns anos, em função de uma fala de uma prima de minha mãe para mim na presença dela: “*Teatro é muito legal, mas é necessário cuidado com as drogas e com pessoas que podem abusar de você*”. Em função dessa fala, mamãe pediu para mim: “*Não mexa com isso!*”. Fiquei quieto até os 24 anos. Nem do Show Medicina<sup>5</sup> eu participei. Na época, não entendi muito bem por que não me interessei pelo teatro da Faculdade de Medicina, visto saber do meu interesse por ele. Hoje, compreendo melhor meu afastamento, visto que essa cena também foi reelaborada em uma sessão terapêutica de psicodrama, em que essas várias cenas se sobrepunham.

Delory-Momberger (2016, p. 137) aponta que “As experiências que vivemos acontecem nos mundos históricos e sociais aos quais pertencemos e trazem, portanto, a marca das épocas, dos meios, dos ambientes nos quais nós as vivemos”. Os mundos de mamãe e da prima dela historicizados em espaços sociais coadunaram com o meu, ainda adolescente e com menores recursos para me lançar em outros mundos possíveis, resultando no afastamento do teatro como forma de obedecer ao imperativo materno: “*Não mexa com isso!*”, proferido àquela época pela boca de minha mãe e novamente depois durante a Faculdade de Medicina pela minha própria mente. Por meio da “*reflexividade biográfica*” (DELORY-MOMBERGER,

4 A cena do falecimento de minha avó materna foi trabalhada num psicodrama no IMPSI, conduzida por sua idealizadora Maria das Graças de Carvalho Campos (Graça) no ano de 2018.

5 Um grupo de teatro da Escola de Medicina da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG). Foi fundado em 1954 por Jota Dângelo e Ângelo Machado – então estudantes, e hoje, teatrólogo e diretor, respectivamente – com intuito de satirizar o dia a dia da Faculdade de Medicina e da sociedade.

2006), na sessão terapêutica em que atuei com corpo e voz, a mente biográfica corporificada pôde reanalisar e ressignificar os processos de individuação e socialização, integrando àquelas experiências a vivência da atuação na sessão psicodramática. Pude perceber que o controle da expressão da identidade estabelecido por falas de pais e parentes reverbera na ideia de uma identidade modelo que se deva expressar para ter o reconhecimento da família. Evidenciei, desse modo, que a identidade é *performada* na interação com o discurso materno por meio de parâmetro, regulamentos e sansões que tal discurso impinge. As mudanças e vivências educacionais, culturais e psicológicas posteriormente experimentadas vincularam-se às construções de outros papéis de identidade possíveis e à ressignificação do imperativo materno.

Aos 24 anos de idade, antes de me formar médico eu frequentei um curso de teatro no Núcleo de Estudos Teatrais por seis meses e fiz uma apresentação final na forma de esquete, juntamente com diversos outros estudantes. Formei-me médico e fui para o interior trabalhar numa cidade de aproximadamente 5 mil habitantes. Lá, tive a oportunidade de dirigir um grupo de cidadãos que atuaram a Paixão de Cristo para apresentar na noite da Sexta-Feira da Paixão, uma comemoração católica conduzida pelo padre de mesmo nome que eu, Geraldo. Tive um novo vislumbre do teatro em minha vida. Cheguei a montar um grupo de adolescentes e treinamos algumas vivências teatrais para desinibição, visto que esse foco muito me interessou ao longo de minha vida na arte do ator.

Voltei para Belo Horizonte no final do ano de 2007 para buscar mais formações na área médica e acabei entrando em outros cursos de formações em teatro já no início de 2008. Fiz vários cursos, até aproximadamente 2012, tanto de teatro quanto na área médica em psi-

quiatria e em diversas abordagens psicoterapêuticas. Tive também oportunidade de fazer várias apresentações em peças e até figurações em óperas no Palácio das Artes. Busquei também cursos de interpretação para cinema e curso técnico de cinema, nos quais pude fazer curtas-metragens, em que exerci várias funções, desde roteirista à captação de som e ator. Além de ter feito também cursos de contador de histórias e de canto.

Nos anos que se seguiram, o teatro adormeceu outra vez como prática, pois fui fazer mestrado em Letras/Linguística e me graduar em filosofia. Talvez por ter ouvido tantas histórias e por ter ouvido também que a única avó que conheci sabia filosofia.

Foi só no ano de 2018 que o drama retorna em mim, agora com outra cara, visto que entrei na pós-graduação em Psicodrama e Psicoterapia de Grupo naquele ano, e, logo em seguida, em 2019, entrei no grupo de *playback theatre*, *Creatio*. Ambas formas de teatro como narrativa de si e com foco terapêutico. Na primeira forma teatral, o próprio narrador protagoniza e narra sua história, o que poderia ser classificada como uma modalidade de narrativa de si por não ator. Na segunda forma, no *playback theatre*, o narrador conta a história e nós, atores, representamo-la no palco com improvisos em formas pré-determinadas e ensaiadas. Ambas as formas foram profundamente importantes para as modificações psíquicas que se deram em mim nestes dois anos. Assim, surge o desejo pelo tema da narrativa de si com viés psicoterapêutico e o teatro toma um segundo significado em minha vida, visto que agora ele une a profissão de ator com a profissão de psiquiatra/terapeuta, ele toma o significado de teatro terapêutico. Anteriormente, o teatro foi terapêutico para mim, antes mesmo de eu ser terapeuta, depois foi terapêutico apesar de eu já ser um terapeuta e, agora, o teatro em minhas mãos é terapêutico para os outros.

Dessa forma, hoje eu tenho interesse em investigar o campo das narrativas de si como possibilidade estética de produção de sentido terapêutico. O exercício de se narrar produz compreensão das experiências essenciais que reverberam no próprio corpo de quem narra (PORTELLI e RIBEIRO, 1997). Neste trabalho, só posso narrar por meio da escrita de fatos e acontecimentos próprios de minha história de vida que foram trabalhados por meio de formas terapêuticas de narrativas de si, mas, nas práticas psicodramáticas, narro por meio da narrativa oral e corporal e, nas práticas de *playback theatre*, narro com meu corpo e voz a história de outro que doou sua história. Nessas diversas narrativas, vejo a potencialidade e investigo as diferenças de cada uma em mim como uma forma de ciência fenomenológica em primeira pessoa de investigação autobiográfica.

Segundo Delory-Momberger (2006), no processo de reflexividade biográfica a palavra de si se realiza intersubjetivamente, no ajustamento de uma situação particular de interlocução por meio de dois movimentos: autobiografia e heterobiografia. O primeiro movimento diz respeito ao trabalho realizado sobre si mesmo no ato da fala ou escrita e o segundo diz do ato de escuta, leitura e compreensão do relato autobiográfico do outro. Sendo que “a compreensão da palavra autobiográfica do outro se constrói no vínculo do ouvinte, ou do leitor, consigo mesmo e com sua própria construção biográfica” (DELORY-MOMBERGER 2006, p. 368). Esses movimentos biográficos estão bastante presentes nas operações reflexivas desencadeadas nas sessões de psicodrama e do *playback theatre*, respectivamente.

Quem se narra atualiza e reconstrói pontos de significado afetivos impregnantes do corpo e da mente, podendo, por meio da narrativa, ressignificar sua própria história diante dos seus olhos. O ato de narrar atualiza o vivido trazendo possibilidades de redimensioná-lo

de outras perspectivas e transformar os afetos corporificados na narrativa original de forma que “Viver uma experiência e depois a narrar oferece uma oportunidade de se debruçar sobre o vivido e fazer dele matéria para se compreender, refletir e questionar a própria existência” (PALHARES, 2018, p. 122). Tal questionamento acerca da própria existência, ao longo de meus processos narrativos, concretiza-se neste texto como quimera desses dois últimos anos de formação em psicodrama e atuação como ator de *playback theatre*.

Assim narrar-se, melhor dizendo, narrar-me neste texto, possibilita uma têmporo-espacialização atual do corpo-mente biográficos, de maneira a criar uma nova experiência corporificada do vivido e, quem sabe, uma ressignificação e/ou uma contextualização da vida atual em função das ocorrências passadas. Além da possibilidade de ressignificar-me narrando a história de vida e psicodramatizando meus *loci* (MORENO, 2007), há também a possibilidade de quem narra reperspectivar-se, vendo-se na narrativa atuada por atores num palco, como no caso do *playback theatre*. Nesse caso, quem atua dramatiza por empatia, enquanto quem se vê, distancia-se de si,<sup>6</sup> vendo-se na atuação do outro e marcando diferenças e semelhanças, o que possibilita outros padrões afetivos que podem se sobrepor ao padrão afetivo inicial e às redes neuronais primárias da história narrada.

Neste texto, narrar sobre essas experiências, fez-me refletir sobre os desdobramentos das mesmas em minha vida. Na travessia para ser terapeuta-artista, vi-me a olhar para o foco do meu interesse e ele se materializava na minha profissão, tornando-me único no que faço.

Narrar-me num texto é uma forma de aproximação das narrativas de si no âmbito teatral. Narrar-me no teatro, seja na construção de personagem com experiências reais, seja na

<sup>6</sup> No cinema, o termo seria *zoom-out*.

dramatização da própria história de vida em vivências psicodramáticas, tem função terapêutica em minha vida e é um caminho atual de encontro do teatro e da função terapêutica na escolha profissional presente. O teatro terapêutico é uma escolha profissional viável, por unir minhas disposições teatrais e terapêuticas num só processo. A escolha pela forma da narrativa de si como teatro terapêutico é ainda mais visivelmente compreensível pela potencialidade terapêutica dos modos de falar de si, inclusive, também incentivados nas diversas abordagens terapêuticas da psicologia. Uma forma estruturada e respeitosa de narrativa de si, sendo psicodramaticamente construída ou numa narrativa de si livre com posterior sobreposição dramático-teatral realizada por atores de improviso, é sempre terapêutica, mesmo que não pretenda ser. Sobre esse efeito terapêutico da narrativa de si Ostetto & Kolb-Bernardes (2015, p. 164) afirmam que:

O ato de narrar o vivido carrega a essencialidade do poder de as pessoas se reconhecerem como sujeitos de suas próprias histórias, atribuindo sentido aos diferentes itinerários percorridos. Ao comporem narrativas sobre a vida vivida, colocam-se em posição de escuta, olham para múltiplas direções, dentro e fora de si, reportando-se ao que foram, ao que são, ao que desejam ser; ao que fizeram, ao que fazem, ao que projetam fazer. Caminhos a percorrer podem ser evidenciados no processo. Pelo trabalho da reflexão, no tramado de relações percebidas, a construção de significados em torno de novas rotas que se anunciam é potencializada.

Assim, ao narrar-se, percebemos a criação de novas rotas de si, novas visões de si, novos mundos, estabelecem-se novas redes neuronais e novas estéticas interacionais com o outro, consigo mesmo e com o mundo, donde um ato espontâneo pode vir à tona (MORENO, 2007). Ocorrem redimensionamentos, assumem-se novas perspectivas, novos *insights* e o futuro se abre em novas possibilidades.

Ostetto & Kolb Bernardes (2015, p. 165) resumem bem conceitos fundamentais e caros para este trabalho, de Delory-Momberger (2006) na seguinte passagem “Por meio da ‘reflexividade biográfica’, os processos de ‘biografização’ são ativados [...] inaugurando uma dinâmica por meio da qual o projeto de si se esboça em direção ao futuro”. Assim, penso que minha biografização constrói justificativas para as significações e ressignificações que faço acerca do teatro em minha vida como *insight* atualizado no momento de agora. Sendo que o passado não está descolado do presente, voltar a ele por meio da reflexividade biográfica, a fim de visualizar focos de interesse, circunstanciais ou temas que persistem ao longo da jornada, abre possibilidades para compreendê-lo e, dessa forma, indicar perspectivas para o planejamento de projetos que se relacionam com minha autobiografia.

A ênfase dada aos percursos e trajetórias de vida-formação teve por finalidade buscar entender suas vinculações com a escolha profissional-artística, remetendo para uma análise inicial dos episódios narrativos e acontecimentos das trajetórias de vida-formação artístico-profissional. O acúmulo de vivências nas áreas do teatro como fonte libertadora de sintomas psicopatológicos tal como as vivências práticas como terapeuta já traz a caracterização da possibilidade do teatro como fonte de cura e como método de trabalho terapêutico mesmo antes da experimentação do psicodrama e do *playback theatre* como formas de psicoterapia de si e do outro. Visto isso, precisamos entender melhor acerca de a qual teatro terapêutico eu me refiro.

## O teatro do real

Dentro do conceito de “teatros do real”, existem as modalidades da *performance* autobiográfica e da inclusão de não atores na cena,

as quais são abordadas por Fernandes (2017), dossiê no qual a autora trata de “experiências do real no circuito das artes da cena”. Para Fernandes (2013), as experiências do real são experimentos de transgressões da representação, visto que, muitas vezes, abandonam-se a produção de uma dramaturgia e de um espetáculo. Além disso, a cena tem caráter processual e instaura uma ética relacional. Nesta concepção de ator-dramaturgo-sujeito, vemos o alcance do psicodrama como um teatro do real de não atores, tal como propôs Moreno (2007) muito antes de Fernandes (2013).

Fernandes (2013, p. 9) aponta que Julia Guimarães Mendes “relaciona a dimensão crítica dos teatros do real a diversas estratégias de aproximação do outro, em geral, elaboradas com base na incorporação de testemunhos ou da presença de não atores em cena”. Essas aproximações criam um campo de identificação entre plateia e protagonista no psicodrama, promovendo efeitos tal qual na cena de psicodrama interno da morte de minha avó materna enquanto assistia uma colega protagonizando a morte de sua mãe numa sessão terapêutica psicodramática, visto que a sessão psicodramática não visa a ser um espetáculo, e não cria uma dramaturgia *a priori* da cena, a qual se dá no momento presente por meio da irrupção do real biográfico concebido por uma não-atriz-dramaturga-sujeito a qual emana um campo relacional de identificação entre ela e a plateia, melhor dizendo, eu.

A partir dessa discussão inicial do teatro do real, nós pudemos clarificar conceitos das *performances* autobiográficas, tais como a noção de não atores na cena, a atuação por meio da irrupção do real em confissões e testemunhos experimentados em primeira pessoa em cena e a criação de uma aproximação, de um vínculo, entre atuante e público. Esse primeiro tipo de teatro do real tem muito a ver com a atuação psicodramática. Enquanto no *playback*

*theatre*, o protagonista apenas narra sua história de vida e a vê representada no palco por atores de improviso. Essa visualização também tem efeito terapêutico. A seguir, apresento melhor essas duas abordagens.

## Psicodrama

O psicodrama foi cunhado por Moreno (2007) nas primeiras décadas do século XX. A vivência psicodramática na atualidade convida à atuação nova e criativa de vivências do passado, a fim de um contato mais verdadeiro, mais emocional e mais pessoal. Um encontro do Eu com o Tu, no qual o Eu se intercambia em Tu por meio de inversões sucessivas Eu-Tu, Tu-Eu e por meio do encontro moreniano.

Os elementos do psicodrama são: contexto – social, grupal, e dramático; instrumentos – cenário, protagonista, diretor, ego-auxiliar e público; etapas – aquecimento, dramatização e compartilhamento. Em relação às etapas, o aquecimento é a primeira, na qual se dá a preparação para o encontro. A dramatização seria o encontro do terapeuta com o paciente, protagonista, e deste consigo mesmo. Na dramatização, o diretor conduz o protagonista a escrever sua narrativa com seu corpo e sua voz. A terceira etapa é onde se dá o compartilhar das elaborações e o repouso da ação dramática. Nessa fase, o protagonista acolhe bem o movimento de reflexividade biográfica como proposto Delory-Momberger (2006), pois aqui são discutidos e apresentados os movimentos de cena, internos e externos do protagonista e da dos expectadores.<sup>7</sup> O psicodrama é voltado para as *performances* autobiográficas realizadas por não atores na cena. Essa modalidade

7 Termo criado por Augusto Boal (1931-2009) para definir sua concepção de espectadores do seu método teatral cuja responsabilidade ultrapassa a condição de meros observadores passivos e passar a ser em protagonizar tanto as cenas teatrais quanto em suas próprias vidas. Site oficial: <http://augustoboal.com.br/vida-e-obra/>.

de atuação corporificada visa ser espontânea e não ensaiada ou técnica. Do ponto de vista metodológico, o psicodrama é um teatro do real que se assemelha à investigação biográfica na medida em que o diretor segue o protagonista em sua narração e só apresenta questionamentos a partir do que se apresenta tal como descreve Delory-Momberger (2012, p. 528) “Em se tratando de seguir os atores, o narratário não pode mais anteceder o narrador, só pode correr atrás dele e tentar ficar o mais perto possível dele nas sinuosidades, nas bifurcações, nas rupturas dos seus caminhos e dos seus desvios, sem nunca ultrapassá-lo”. Sendo, pois, o psicodrama uma metodologia já consolidada de investigação biográfica no campo dos teatros terapêuticos.

### *Playback theatre*

Fox (2015), um dos criadores do *Playback Theatre*, entende que ele está ligado à tradição oral. Reñones (2000) dá boas dicas técnicas de como desenvolver um bom *playback theatre*. Os modos de representação do *playback theatre* escolhidos aqui são: a) escultura fluída – nessa forma, cada ator representa de forma diferente o sentimento do narrador, como se a pessoa que falou o sentimento pudesse ver várias expressões de si ao mesmo tempo; b) transição – são duas esculturas fluidas, uma seguida da outra, sendo que a primeira escultura fluída representa o primeiro estado do narrador e a segunda, o segundo estado. Revelando assim a transição pela qual passou o narrador; c) pares – uma dupla de atores representará sentimentos conflitantes simultaneamente. É utilizada quando uma pessoa reconhece em si dois sentimentos ao mesmo tempo. Por exemplo, cansaço e felicidade; d) narrativa em V – todos os atores entram em cena e formam um V, estando um ator ao centro e à frente no palco e os outros formando

duas filas diagonais, formando de fato um V. O relato contado é narrado de forma poética na terceira pessoa, por exemplo, “Essa é a história de uma lagarta chamada Bilu...”; e) coro – o coro é uma forma em que o grupo se junta e um deles dá início a uma ação, utilizando sons e palavras. Os outros fazem eco dessa ação e o grupo passa a explorá-la em conjunto. Depois, outro ator faz outra ação e igualmente os outros a propagam. O grupo se move sempre em conjunto como um cardume de peixes; f) três partes – os atores precisam captar a essência da história e compreender quais são as três partes fundamentais da mesma. Sai um primeiro ator e encena a primeira parte e congela. Na sequência, entra o segundo ator, faz sua parte e congela, depois o terceiro e assim por diante. Os atores podem e devem aproveitar do espaço e do que foi criado pelo colega anterior, inclusive aproveitando o corpo do mesmo, sendo que quem está congelado não se mexe ou se relaciona com os outros atores. É interessante que os atores pensem em estase, conflito e solução (por mais que esse seja apenas um modelo orientador da narrativa); g) cena – é a forma longa do *playback theatre*. É o momento de representação mais livre e com mais tempo, em que os atores vão retratar a história contada pelo participante que se senta na cadeira do narrador e assiste; h) mosaico – é uma forma curta de fechamento em que os atores, um por vez, vão ao centro do palco e dão vozes às pessoas e personagens que estiveram dentro das histórias, contadas durante aquele espetáculo. Porém, as falas são referentes às palavras, emoções e pensamentos não expressos por esses personagens durante o espetáculo. É uma maneira de contemplar ao máximo outros lados da história.

Por meio dessas formas fixas de atuação, atores retratam a vida de um espectador que se sentiu à vontade para expor sua história

diante de uma plateia. Essa visão de si, recon-tada no palco, tem efeitos de reperspectiva-ção, abrindo espaço para a espontaneidade moreniana.

O *playback theatre* proporcionou-me vi-vençar a espontaneidade moreninha em sua maior potência, visto que tenho, a cada espe-táculo, que recontar a história de outrem com meu próprio corpo, ao corporificar a história de um doador de narrativa de si da plateia. Ao contar a história de outro, eu sou convidado a refletir sobre a minha história e como ela se manifesta em meu corpo-mente. Eu sou cons-trangido a readequar minhas respostas ao incorporar a história de outrem no fazer tea-tral como prática clínica, nesse tipo de teatro. Assim, para mim, o *playback theatre* tem sido uma potente complementariedade ao meu processo autobiográfico e terapêutico realiza-do no psicodrama.

## Conclusão

Este trabalho possibilitou-me, por meio da narrativa escrita de minha história de vida, descobrir-me envolvido com estas duas meto-dologias de teatro terapêutico contempladas dentro do modelo de teatros do real: psicodra-ma e *playback theatre*, ambas formas de nar-rativas de si e de *performance* autobiográfica que, para mim, foram complementarmente te-rapêuticas e esclarecedoras de meus percur-sos profissional e criativo. Sendo, portanto, um exemplo da função terapêutica do próprio ato de narrar-se abordado por mim no fazer psi-codramático e no atuar do *playback theatre*. Por meio dessas duas metodologias, esclareci meu percurso de vida como influenciador das escolhas tanto da psiquiatria, quanto das tera-pias psicológicas com base teatral ou, melhor dizendo, dos teatros com fins terapêuticos. Da mesma maneira que o teatro terapêutico teve um viés terapêutico em minha vida, entendo

que ele também pode ter esse viés terapêutico na vida de outras pessoas.

O percurso espontâneo-criativo com o psi-codrama e o *playback theatre* pôde me pro-porcionar o entendimento de que ao longo da atuação profissional atual como ator-terapeu-ta tenho como propósito buscar um maior en-tendimento acerca da noção de atores e não atores na cena, acerca da atuação por meio da irrupção do real em confissões autobiográficas e testemunhos experimentados em primeira pessoa em cena psicodramática e acerca da criação de uma aproximação, de um vínculo, entre atuante e público tanto no psicodra-ma entre o protagonista e plateia, quanto no *playback theatre* entre o doador da história, os atores e a plateia.

## Referências

CONTRERAS DOMINGO, José. Relatos de experiencia, en busca de un saber pedagógico. **Revista Brasilei-ra de Pesquisa (Auto)biográfica**. Salvador, BIOgra-phi, v. 1, nº 1, p. 14-30, jan./abr. 2016. Disponível em: <https://www.revistas.uneb.br/index.php/rbpab/article/view/2518>. Acesso em: 28 nov. 2019.

DELORY-MOMBERGER, Christine. Formação e sociali-zação: os ateliês biográficos de projetos. **Educação e Pesquisa**. São Paulo, FEUSP, v.32, nº2, p.359-371, maio./ago. 2006. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1517-97022006000200011&script=sci\\_abstract&tlng=pt](https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1517-97022006000200011&script=sci_abstract&tlng=pt) Acesso em: 15 dez. 2019.

\_\_\_\_\_. Abordagens metodológicas na pesquisa biográfica. **Revista Brasileira de Educação**. Rio de Janeiro, ANPEd, v. 17, nº. 51, p. 523-536, dez. 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/rbedu/v17n51/02.pdf>. Acesso em: 28 nov. 2019.

\_\_\_\_\_. A pesquisa biográfica ou a construção compartilhada de um saber do singular. **Revista Brasileira de Pesquisa (Auto)biográfica**. Salvador, BIOgraph, v. 1, n. 1, p. 133-147, jan./abr. 2016. Dispo-nível em: <https://www.revistas.uneb.br/index.php/rbpab/article/view/2526>. Acesso em: 15 out. 2019.

SOUZA; Elizeu Clementino de. Territórios das escritas do eu: pensar a profissão - narrar a vida. **Educação PUCRS**, Porto Alegre, PUCRS, v. 34, p. 213-220, 2011. Disponível em: <https://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/faced/article/view/8707>. Acesso em: 28 nov. 2019.

\_\_\_\_\_. Diálogos cruzados sobre pesquisa (auto) biográfica: análise compreensiva-interpretativa e política de sentido. **Revista Educação UFSM**, Santa Maria, UFSM, v. 39, nº 1, p. 85-104, jan./abr. 2014. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/reveducacao/article/view/11344>. Acesso em: 10 nov. 2019.

FERNANDES, Sílvia. Experiências do real no teatro. **Sala Preta**, São Paulo, USP, v. 13, nº 2, p. 3-13, dec. 2013. Retirado de: <<http://www.revistas.usp.br/salapreta/article/view/69072>>. Acesso em: 18 jan. 2017. DOI: <https://doi.org/10.11606/issn.2238-3867.v13i2p3-13>.

FOX, Jonathan. **Beyond theatre: a playback theatre memoir**. New Paltz, NY: Jonathan Fox, 2015.

MORENO, Jacob Levy. **Psicodrama**. São Paulo: Cultrix, 1946/2007.

OSTETTO, L. E.; KOLB-BERNARDES, R. Modos de falar de si: a dimensão estética nas narrativas autobiográficas. **Pro-Posições**, v. 26, nº 1 (76). P. 161-178, jan./abr. 2015. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/0103-7307201507611>.

PALHARES, Juliana Mendonça. Por que cantam os passarinhos? **Revista Digital do LAV**, Santa Maria: UFSM, v. 11, n. 2, p. 121-134, mai./ago. 2018. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/revislav/article/view/32517/pdf>. Acesso em: 10 nov. 2019.

PORTELLI, Alessandro; RIBEIRO, Janine. Tradução: Maria Therezinha; Ribeiro Fenelón, Revisão Técnica: Déa Ribeiro Fenelón. O que faz a história oral diferente. **Projeto História**. v. 14, p. 25-39, fev. 1997. ISSN 2176-2767. Disponível em: <<https://revistas.pucsp.br/revph/article/view/11233>>. Acesso em: 28 nov. 2019<sup>8</sup>.

REÑONES, Albor Vives. **Do playback theatre ao teatro de criação**. São Paulo: Ágora, 2000.

Recebido em: 23.01.2020

Revisado em: 03.06.2020

Aprovado em: 04.06.2020

**Geraldo Alves Lacerda** é mestre em Letras/Linguística pela Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais (PUC Minas). Médico Psiquiatra do Departamento de Atenção à Saúde do Trabalhador (DAST) da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG). E-mail: [geraldodelacerda@dast.ufmg.br](mailto:geraldodelacerda@dast.ufmg.br)

8 Uma primeira versão, "Sulla specificità della storia orale", apareceu em Primo Maggio, 13 (Milano, Itália, 1979), p. 54-60; foi reimpressa como "On the peculiarities of oral history", em History Workshop Journal, 12 (Oxford, England, 1981), p. 96-107.