

ESTRELAS QUE ACOLHEM: RELATO DE EXPERIÊNCIA DE UM GRUPO PSICOTERAPÊUTICO FUNDAMENTADO NO PSICODRAMA

STARS THAT EMBRACE: AN EXPERIENCE REPORT OF A PSYCHODRAMA-BASED
PSYCHOTHERAPEUTIC GROUP

ESTRELLAS QUE ACOGEN: INFORME DE EXPERIENCIA DE UN GRUPO
PSICOTERAPÉUTICO FUNDAMENTADO EN EL PSICODRAMA

Camili Lassolli¹

Flávio Junior Feitosa Bispo²

Andreia Martins³

RESUMO: As relações interpessoais desempenham um papel fundamental na constituição dos sujeitos e influenciam a maneira como eles estabelecem vínculos. Nesse contexto, o Psicodrama se apresenta como uma abordagem que compreende o ser humano por meio de suas relações, utilizando o grupo como espaço de encontro, expressão e transformação. O estudo teve como objetivo relatar a experiência da condução de um grupo psicoterapêutico fundamentado no Psicodrama, desenvolvido em uma clínica-escola de Psicologia cuja temática é “Vínculos e Relações”. Trata-se de um estudo qualitativo e descritivo, do tipo relato de experiência, realizado no contexto de estágio supervisionado. A intervenção consistiu em oito encontros grupais, conduzidos segundo o método psicodramático e estruturados nas etapas de aquecimento, dramatização e compartilhamento. Os resultados evidenciaram o fortalecimento dos vínculos interpessoais, a ampliação da consciência acerca dos papéis relacionais e o desenvolvimento da espontaneidade das participantes. Observou-se, ainda, maior capacidade de expressão, reconhecimento de necessidades pessoais, reflexão sobre padrões relacionais e experimentação de novas formas de interação. Conclui-se, portanto, que o Psicodrama constituiu uma estratégia relevante para o trabalho com vínculos e relações interpessoais em contexto grupal, favorecendo processos de autoconhecimento, fortalecimento relacional e desenvolvimento da espontaneidade.

I

Palavras-chave: Psicodrama. Psicoterapia de grupo. Vínculos interpessoais. Espontaneidade. Clínica-Escola.

ABSTRACT: Interpersonal relationships play a fundamental role in shaping individuals and influence how people establish bonds. In this context, Psychodrama emerges as an approach that understands human beings through their relationships and uses the group as a space for encounter, expression, and transformation. This study aimed to report the experience of facilitating a psychotherapeutic group entitled “Stars That Welcome,” grounded in Psychodrama and developed at a psychology training clinic with the theme “Bonds and Relationships.” We conducted this qualitative, descriptive study as an experience report on a supervised internship. The intervention consisted of eight group sessions conducted according to the psychodramatic method and structured around the stages of warm-up, dramatization, and sharing. The results highlighted the strengthening of interpersonal bonds, increased awareness of relational roles, and the development of participants’ spontaneity. Furthermore, an increased capacity for self-expression, recognition of personal needs, reflection on relational patterns, and experimentation with new forms of interaction were observed. The study concludes that Psychodrama was a relevant strategy for working with bonds and interpersonal relationships in a group

¹ Graduanda em Psicologia, Centro Universitário da Fundação Educacional de Brusque – UNIFEDE.

² Graduando em Psicologia, Centro Universitário da Fundação Educacional de Brusque – UNIFEDE.

³ Orientadora, Centro Universitário da Fundação Educacional de Brusque – UNIFEDE. Doutora em Psicologia.

setting, fostering processes of self-knowledge, relational strengthening, and development of spontaneity.

Keywords: Psychodrama. Group Psychotherapy. Interpersonal Relationships. Spontaneity. Training Clinic.

RESUMEN: Las relaciones interpersonales desempeñan un papel fundamental en la constitución de los sujetos e influyen en la forma en que los individuos establecen vínculos. En este contexto, el Psicodrama se presenta como un enfoque que comprende al ser humano a partir de sus relaciones y utiliza el grupo como un espacio de encuentro, expresión y transformación. El estudio tuvo como objetivo relatar la experiencia de conducción de un grupo psicoterapéutico, denominado “Estrellas que Acogen” y fundamentado en el Psicodrama, desarrollado en una clínica universitaria de Psicología con la temática “Vínculos y Relaciones”. Se trata de un estudio cualitativo, descriptivo, de tipo relato de experiencia, realizado en el contexto de una práctica supervisada. La intervención consistió en ocho encuentros grupales conducidos según el método psicodramático, estructurados en las etapas de calentamiento, dramatización y compartir. Los resultados evidenciaron el fortalecimiento de los vínculos interpersonales, la ampliación de la conciencia acerca de los roles relacionales y el desarrollo de la espontaneidad de las participantes. Asimismo, se observó una mayor capacidad de expresión, reconocimiento de necesidades personales, reflexión sobre patrones relacionales y experimentación de nuevas formas de interacción. Se concluye que el Psicodrama constituyó una estrategia relevante para el trabajo con vínculos y relaciones interpersonales en contexto grupal, favoreciendo procesos de autoconocimiento, fortalecimiento relacional y desarrollo de la espontaneidad.

Palabras clave: Psicodrama. Psicoterapia de grupo. Relaciones interpersonales. Espontaneidad. Clínica Escuela.

1 INTRODUÇÃO

2

As relações interpessoais permeiam diferentes dimensões da experiência humana, influenciando a maneira como os indivíduos se percebem, constroem vínculos e se posicionam diante dos outros (MORENO JL, 1975). Dificuldades relacionadas à expressão, ao estabelecimento de relações e à flexibilização de padrões relacionais podem impactar a qualidade das interações cotidianas (FALEIROS EA, 2004). Nesse contexto, intervenções voltadas à compreensão e ao fortalecimento dos vínculos interpessoais se tornam relevantes no campo da Psicologia (GONÇALVES CS, et al., 2023).

À luz disso, o Psicodrama, desenvolvido por Jacob Levy Moreno, ganha destaque. Nessa abordagem, o ser humano é compreendido como um sujeito constituído pelas relações que estabelece ao longo da vida. Com base nessa perspectiva, os conceitos de átomo social, tele, encontro, espontaneidade e papel permitem a compreensão dos processos relacionais que permeiam a experiência humana. Esses conceitos também oferecem fundamentos para intervenções que visam favorecer o desenvolvimento de formas mais flexíveis, criativas e conscientes de se relacionar consigo mesmo e com os outros (MORENO JL e MORENO ZT, 2014; GONÇALVES CS, et al., 2023).

Dentre as modalidades de intervenção propostas por essa abordagem, a psicoterapia de grupo se destaca por utilizar as relações estabelecidas entre os próprios participantes como instrumento do processo psicoterapêutico. O contexto grupal favorece a expressão de experiências relacionais, a reflexão sobre os papéis desempenhados nas interações cotidianas e a experimentação de novas formas de posicionamento. Dessa forma, o grupo se configura como um espaço potencial para o fortalecimento dos vínculos interpessoais e para o desenvolvimento de espontaneidade e criatividade (MORENO JL, 1975; MORENO JL e MORENO ZT, 2014; GONÇALVES CS, et al., 2023).

Em vista disso, relatos de experiência desenvolvidos em contextos de clínica-escola possibilitam ampliar a compreensão sobre a aplicação prática dos pressupostos teóricos do Psicodrama. A sistematização dessas experiências contribui para a formação profissional dos estudantes, favorecendo a articulação entre conhecimentos teóricos e práticos. Ademais, possibilita a produção de conhecimento acerca das potencialidades do Psicodrama em intervenções voltadas aos vínculos e às relações interpessoais (CFP, 2013; UNIFEFE, 2015).

Diante desse contexto, o objetivo do artigo é relatar a experiência da condução de um grupo psicoterapêutico fundamentado no Psicodrama, desenvolvido em uma clínica-escola de Psicologia com a temática “Vínculos e Relações”. Busca-se, com isso, analisar as contribuições dessa intervenção para o fortalecimento dos vínculos interpessoais, para a ampliação da consciência acerca dos papéis relacionais e para o desenvolvimento da espontaneidade das participantes.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 Psicodrama e psicoterapia de grupo: o indivíduo nas relações

A concepção de ser humano proposta por Jacob Levy Moreno (1975) fundamenta-se na premissa de que o indivíduo não pode ser compreendido isoladamente, mas sim em relação aos seus vínculos e contextos sociais (LIMA LA, 2010; GONÇALVES CS, et al., 2023). Nessa perspectiva, o sofrimento psíquico, o desenvolvimento pessoal e os processos de mudança são entendidos como fenômenos construídos pelas interações humanas. A formulação moreniana insere-se no campo da Socionomia, definida por Moreno JL (1975) como a ciência das leis sociais. O campo socionômico dedica-se à investigação das relações interpessoais, das dinâmicas grupais e dos processos de transformação social.

Para compreender a organização dos vínculos interpessoais, Moreno JL (1975) propôs o conceito de átomo social, entendido como a menor unidade funcional das relações humanas. O átomo social corresponde ao conjunto de vínculos significativos que circundam o indivíduo em determinado momento de sua vida, incluindo pessoas, grupos e relações (GONÇALVES CS, et al., 2023). Para Moreno JL (1975), a compreensão dessas conexões permite identificar como os sujeitos organizam suas experiências afetivas e sociais, bem como os padrões relacionais que tendem a se reproduzir em diferentes contextos. A análise dos vínculos constitui, portanto, um elemento crucial para a compreensão do sofrimento humano e para o planejamento das intervenções psicoterapêuticas.

Nessa perspectiva, o conceito de tele ocupa posição central na teoria psicodramática. Tele refere-se à capacidade de percepção mútua e autêntica entre duas ou mais pessoas, constituindo a base dos vínculos saudáveis e de encontros genuínos. Diferentemente das relações marcadas por projeções ou expectativas passadas, a tele se caracteriza pela possibilidade de reconhecer o outro em sua realidade presente (FALEIROS EA, 2004; MORENO JL; MORENO ZT, 2014; KHOURI GS, 2025). Nessa ótica, a qualidade das relações interpessoais está diretamente relacionada à capacidade dos indivíduos de estabelecer contatos genuínos, pautados na reciprocidade e na abertura à experiência do encontro.

4

O encontro, por sua vez, representa uma das experiências mais valorizadas no pensamento moreniano. Para além de uma simples interação social, corresponde a um momento de presença autêntica entre os sujeitos, no qual há uma aproximação genuína entre suas experiências. Nesses momentos, os indivíduos têm a possibilidade de ampliar a compreensão de si mesmos e dos outros, favorecendo processos de transformação pessoal e relacional (MORENO JL; MORENO ZT, 2014). Segundo Moreno JL (1975), é justamente por meio do encontro que se tornam possíveis novas formas de expressão, comunicação e construção de vínculos.

Os pressupostos relacionais da teoria moreniana fundamentam a psicoterapia de grupo como um importante dispositivo psicoterapêutico. Ao contrário das abordagens centradas exclusivamente na relação entre psicoterapeuta e paciente, a psicoterapia de grupo amplia as possibilidades de intervenção (GONÇALVES CS, et al., 2023; VIDAL MO e AMARAL MS, 2025). Nela, as próprias relações estabelecidas entre os participantes tornam-se instrumentos do trabalho clínico. O grupo se configura, assim, como um espaço privilegiado para a observação, a experimentação e a transformação dos modos de se relacionar. Dessa forma, conflitos,

dificuldades e potencialidades emergentes nos vínculos podem ser trabalhados em um contexto protegido e compartilhado (FALEIROS EA, 2004; MORENO JL e MORENO ZT, 2014).

Na perspectiva psicodramática, o grupo é um espaço de construção coletiva no qual novas formas de relação podem emergir. As interações estabelecidas ao longo do processo grupal favorecem a revisão de padrões relacionais previamente cristalizados. Além disso, possibilitam a ampliação da percepção de si e a experimentação de modos mais espontâneos de se posicionar diante dos outros (MORENO JL, 1975; MORENO JL e MORENO ZT, 2014). A psicoterapia de grupo não se configura apenas como um conjunto de indivíduos reunidos no mesmo espaço. Trata-se de um contexto relacional capaz de promover encontros significativos e de favorecer transformações nos vínculos interpessoais.

2.2 Espontaneidade, criatividade e conserva cultural

No Psicodrama, o processo de transformação psicológica está fundamentado na relação dinâmica entre espontaneidade, criatividade e conserva cultural. A interação entre esses conceitos compõe a denominada tríade socionômica. Na teoria moreniana, essa formulação ocupa posição central na compreensão do desenvolvimento humano, dos processos de adoecimento e das possibilidades de mudança (MORENO JL, 1975; FALEIROS EA, 2004). Para Moreno JL (1975), a saúde psicológica não está associada à ausência de conflitos. Ela se manifesta na capacidade do indivíduo de responder de maneira adequada às situações da vida, mobilizando recursos criativos diante das demandas presentes em seu contexto relacional.

Entre os componentes da tríade socionômica, a espontaneidade ocupa posição central na teoria moreniana. Concebida como uma potencialidade inerente ao ser humano, ela se refere à capacidade de produzir respostas adequadas diante de situações novas ou de construir respostas novas diante de situações antigas (MORENO JL, 1975). A espontaneidade, distinta de comportamentos impulsivos ou desorganizados, envolve uma adaptação criativa à realidade, permitindo ao indivíduo ampliar suas possibilidades de ação e superar formas rígidas de funcionamento. Trata-se de uma condição que emerge no aqui e agora da experiência e favorece maior flexibilidade diante das circunstâncias da vida.

Entretanto, a expressão da espontaneidade e da criatividade ocorre em constante interação com aquilo que Moreno denominou “conserva cultural”. Esse conceito se refere ao conjunto de conhecimentos, normas, valores, comportamentos e modos de relação construídos socialmente e transmitidos ao longo das gerações. As conservas culturais têm uma importante

função organizadora, pois possibilitam a continuidade da vida social e a transmissão da experiência humana. Contudo, quando deixam de ser flexíveis e são reproduzidas de maneira automática, podem limitar o potencial criativo dos indivíduos e favorecer formas rígidas de funcionamento (MORENO JL, 1975; FALEIROS EA, 2004; BARROS R., 2025).

Quando as conservas culturais são reproduzidas de forma automática, os padrões relacionais previamente aprendidos tendem a ser repetidos, mesmo quando não respondem mais adequadamente às necessidades atuais do sujeito. Como resultado, a pessoa passa a utilizar as mesmas estratégias de interação, comunicação ou enfrentamento, podendo produzir sofrimento e dificultar o estabelecimento de vínculos (MORENO JL, 1975; FALEIROS EA, 2004). De acordo com Faleiros EA (2004), a cristalização desses padrões reduz a capacidade de adaptação a novas situações. Consequentemente, a espontaneidade é restringida e o desenvolvimento de alternativas mais funcionais diante dos desafios relacionais se torna limitado.

Na perspectiva psicodramática, muitos conflitos interpessoais decorrem justamente dessa repetição de respostas conservadas ao longo da história de vida. Embora tenham sido úteis em determinados momentos do desenvolvimento, tais formas de agir podem se tornar insuficientes diante das exigências atuais. O sofrimento surge, portanto, não apenas em decorrência dos acontecimentos vividos, mas também da dificuldade de produzir respostas diferentes perante situações que demandam novas formas de posicionamento (CUKIER R, 2015; 2018). Nessa compreensão, a mudança psicoterapêutica envolve ampliar a consciência sobre esses padrões e experimentar modos alternativos de se relacionar consigo mesmo e com os outros (MORENO JL, 1975).

Dessa forma, a mudança é compreendida como um processo de mobilização da espontaneidade e da criatividade diante das conservas culturais que organizam a experiência humana. Quando determinadas formas de pensar, agir e se relacionar se tornam excessivamente rígidas, podem restringir a capacidade de adaptação às demandas do presente e limitar a construção de novas respostas (FALEIROS EA, 2004; GONÇALVES CS, et al., 2023). Como resposta a esse processo, o psicodrama visa ampliar a consciência sobre padrões cristalizados e estimular a experimentação de alternativas mais espontâneas e criativas. Ao flexibilizar modos de funcionamento previamente consolidados, a intervenção psicodramática amplia as possibilidades de ação e favorece relações mais autênticas, adaptativas e satisfatórias consigo mesmo e com os outros.

2.3 Papéis e Método Psicodramático: Caminhos Para A Ressignificação Dos Vínculos

A teoria dos papéis ocupa uma posição central no Psicodrama, pois Moreno JL (1975) compreende o ser humano como um sujeito que se constitui e se expressa por meio dos papéis que desempenha em suas relações. Na teoria moreniana, o papel corresponde à manifestação concreta dos aspectos do indivíduo em um contexto relacional específico. Dessa forma, antes mesmo da consolidação de uma identidade estruturada, o sujeito experiencia diferentes formas de atuação no mundo, construindo sua subjetividade a partir das interações estabelecidas com outras pessoas (FALEIROS EA, 2004; GONÇALVES CS, et al., 2023; SILVESTRI MA, 2025).

O conceito de papel é frequentemente associado ao de contrapapel. Nenhum papel existe isoladamente, uma vez que seu significado é construído na relação com outro papel complementar. Dessa forma, papéis como mãe e filho, professor e aluno, cuidador e cuidado ou líder e liderado somente adquirem sentido na presença de seus respectivos contrapapéis. As experiências relacionais vividas ao longo da trajetória do indivíduo influenciam diretamente a forma como esses papéis são desempenhados, favorecendo tanto o desenvolvimento de repertórios flexíveis quanto a cristalização de modos específicos de interação (MORENO JL, 1975; FALEIROS EA, 2004; VASCONCELOS TT, 2025).

Quando determinados papéis se tornam excessivamente rígidos ou restritos, podem surgir dificuldades nas relações interpessoais. Em muitos casos, o sofrimento psicológico está relacionado à repetição de comportamentos construídos em experiências passadas e que continuam sendo reproduzidos mesmo em contextos diferentes. Como resultado, o indivíduo tende a responder às situações atuais por meio de padrões previamente estabelecidos, limitando sua capacidade de adaptação e reduzindo as possibilidades de construção de novos modos de relação. O psicodrama busca justamente ampliar o repertório de papéis do sujeito, possibilitando uma participação mais espontânea e criativa nos diversos contextos de sua vida (MORENO JL, 1975; GONÇALVES CS, et al., 2023).

Para alcançar esse objetivo, o psicodrama utiliza um método fundamentado na ação. Sua organização compreende três momentos interdependentes: aquecimento, dramatização e compartilhamento. Juntas, essas etapas formam a estrutura básica do processo psicoterapêutico, promovendo a expressão espontânea, a manifestação de experiências subjetivas e a elaboração conjunta de conteúdos emergentes (LIMA LA, 2010; FALEIROS EA, 2004).

O aquecimento corresponde ao momento inicial da intervenção, tendo como finalidade preparar os participantes para a experiência psicodramática. O processo em questão é

caracterizado por uma mobilização gradual, que busca fomentar o envolvimento emocional, cognitivo e relacional com a atividade proposta. Com o uso de diferentes recursos diversos, tais como exercícios expressivos, objetos intermediários, estímulos corporais ou reflexões temáticas, procura-se ampliar a disponibilidade dos participantes para a ação e para o contato com suas vivências. Além de promover maior integração grupal, o aquecimento contribui para a emergência de temas significativos e para a construção de um ambiente favorável à expressão espontânea (MORENO JL, 1975; LIMA LA, 2010).

A dramatização corresponde à essência da intervenção psicodramática. Por meio de ação dramática, conteúdos internos, experiências relacionais, conflitos e situações significativas são representados simbolicamente. Ao externalizar vivências que permanecem, muitas vezes, restritas ao plano verbal ou imaginário, o sujeito passa a observá-las sob novas perspectivas. A ampliação da compreensão acerca dos próprios sentimentos, pensamentos e formas de relação representa um importante aspecto da dramatização. Ademais, a experiência favorece experimentar diferentes posições e possibilidades de resposta. Portanto, o método em questão possibilita que os participantes revisitem experiências passadas, reflitam sobre situações presentes e explorem alternativas para desafios futuros (LIMA LA, 2010; FERNANDES VA, et al., 2021; GONÇALVES CS, et al., 2023).

A etapa final do método em questão corresponde à fase de compartilhamento. Nessa etapa, os participantes são convidados a expressar as ressonâncias despertadas pela experiência vivida, estabelecendo conexões entre a dramatização e suas próprias trajetórias. Em oposição a interpretações ou julgamentos, o compartilhamento prioriza a troca de experiências e a expressão autêntica dos sentimentos mobilizados durante a sessão. Diante do exposto, contribui para o fortalecimento da coesão grupal, para o reconhecimento de vivências semelhantes e para a ampliação do sentimento de pertencimento entre os integrantes do grupo (LIMA LA, 2010; GONÇALVES CS, et al., 2023).

Como desdobramento das vivências compartilhadas no grupo, destaca-se a catarse de integração, compreendida como um processo de elaboração emocional e atribuição de significado às experiências vividas durante a intervenção psicodramática. A catarse de integração, por sua vez, envolve a articulação entre emoção, reflexão e experiência relacional, favorecendo uma compreensão mais ampla dos conflitos e das possibilidades de transformação. A vivência individual adquire um significado coletivo, permitindo que os participantes

reconheçam aspectos de suas próprias histórias nas experiências compartilhadas pelos demais integrantes do grupo (LIMA LA, 2010; GONÇALVES CS, et al., 2023).

Nesse sentido, a teoria dos papéis e o método psicodramático fornecem fundamentos importantes para a compreensão dos processos de mudança promovidos em intervenções grupais. A partir desses pressupostos, é possível favorecer a experimentação de diferentes posições relacionais, ampliar a consciência sobre os papéis desempenhados e construir novas formas de interação (GONÇALVES CS, et al., 2023). Por meio desse processo, o psicodrama possibilita que os indivíduos revisitem experiências significativas e desenvolvam modos mais flexíveis de se relacionar. Portanto, a ação dramática constitui um recurso capaz de promover a ressignificação dos vínculos interpessoais, ampliando as possibilidades de encontro, expressão e transformação no contexto grupal.

3 METODOLOGIA

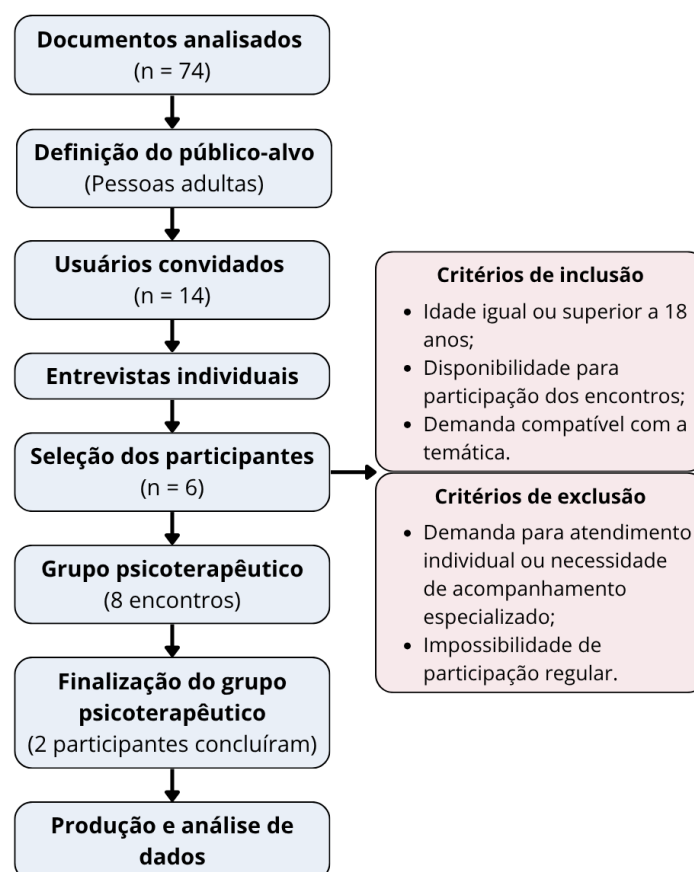
Trata-se de um estudo qualitativo, de caráter descritivo e delineamento do tipo relato de experiência. A escolha pela abordagem qualitativa se justifica pela necessidade de compreender as experiências subjetivas dos participantes e os significados por eles atribuídos aos vínculos e às relações interpessoais construídas no contexto grupal (REY FLG, 2005; GÜNTHER H, 2006). O relato de experiência foi adotado para possibilitar a sistematização e a reflexão crítica acerca de uma prática desenvolvida em um contexto específico, articulando a experiência profissional e o conhecimento científico (DALTRO MR; FARIA AA, 2019). As ações descritas têm como base os pressupostos teóricos e metodológicos do Psicodrama, especialmente a compreensão do ser humano como sujeito relacional e o potencial psicoterapêutico das interações grupais (MORENO, JL, 1975).

Essa experiência foi realizada entre os meses de abril e junho de 2026, no contexto do Estágio Supervisionado Específico em Psicologia e Processos de Promoção e Prevenção em Saúde. A intervenção ocorreu em uma clínica-escola vinculada ao curso de Psicologia de uma instituição de ensino superior localizada na região do Médio Vale do Itajaí, estado de Santa Catarina, sob supervisão de um docente com título de doutorado em Psicologia.

O processo de composição do grupo iniciou-se com um levantamento documental realizado nos registros institucionais de usuários que estavam em lista de espera para atendimento psicológico. Foram analisados 74 documentos, entre prontuários e fichas de acolhimento, correspondentes a usuários adultos e idosos. Essa análise visou identificar

demandas recorrentes e definir o público-alvo mais compatível com a proposta da intervenção. O percurso metodológico adotado encontra-se sintetizado na Figura 1, que descreve as etapas envolvidas na seleção dos participantes, na realização da intervenção e na produção dos dados.

Figura 1 - Fluxo metodológico de seleção dos participantes, composição do grupo psicoterapêutico e produção dos dados



Fonte: LASSOLLI C, et al., 2026.

Inicialmente, cogitou-se a possibilidade de formação de um grupo destinado à população idosa. Entretanto, em razão das dificuldades de contato, da baixa adesão e da incompatibilidade entre algumas demandas identificadas e os objetivos da proposta grupal, optou-se pela composição de um grupo voltado exclusivamente ao público adulto.

Após a conclusão da etapa anterior, 14 usuários foram convidados a participar de entrevistas individuais, cujo objetivo era o acolhimento e a avaliação. As entrevistas foram realizadas para identificar as demandas apresentadas, avaliar as condições para inserção em

contexto grupal e identificar possíveis contraindicações à participação. Os critérios de inclusão estabelecidos foram: a) idade igual ou superior a 18 anos; b) disponibilidade para participação nos encontros semanais; e c) demandas compatíveis com a temática proposta para o grupo. Os critérios de exclusão estabelecidos foram: a) circunstâncias que exijam atenção individual prioritária ou acompanhamento especializado; e b) inaptidão para a participação regular nas atividades desenvolvidas.

Ao término do processo de seleção, seis participantes foram consideradas aptas para integrar a intervenção. Em decorrência de desistências e ausências ocorridas ao longo do processo, duas participantes permaneceram ativas até o encerramento do grupo. Contudo, as análises apresentadas neste estudo contemplam três participantes, considerando que uma delas participou da maior parte da intervenção e permaneceu vinculada ao grupo até os encontros finais, desligando-se apenas nas etapas conclusivas do processo.

A intervenção consistiu na condução de um grupo psicoterapêutico fechado, denominado “Vínculos e Relações”, fundamentado no método psicodramático. Foi realizada uma série de oito encontros semanais, com duração aproximada de uma hora e meia a duas horas cada, em espaço destinado às atividades grupais da clínica-escola. A condução do experimento foi realizada por dois acadêmicos em formação, sob supervisão docente, com alternância das funções de diretor⁴ e ego auxiliar⁵ ao longo do processo.

II

A intervenção foi conduzida segundo o método psicodramático proposto por Moreno JL (1975), estruturado nas etapas de aquecimento, dramatização e compartilhamento. Os encontros foram meticulosamente planejados, tendo como diretriz principal a proposta elaborada pelo grupo, além de considerar as demandas emergentes do processo. Para tanto, utilizaram-se estratégias psicodramáticas, tais como atividades de apresentação, construção da identidade grupal, Átomo Social, inversão de papéis, espelho, duplo, jogos dramáticos, Jornal Vivo, recursos simbólicos e atividades expressivas. As estratégias foram selecionadas em consonância com os pressupostos teóricos e metodológicos do Psicodrama e com a temática dos vínculos e das relações interpessoais (MORENO JL, 1975; GONÇALVES CS, et al., 2023).

⁴ Responsável pela condução técnica e psicoterapêutica da sessão psicodramática (Gonçalves; Wolff; Almeida, 2023).

⁵ Psicoterapeuta ou pessoa treinada que atua na cena psicodramática (Nery, 2021; Fernandes; Cenci; Gaspodini, 2021).

A coleta de dados foi realizada por meio de registros elaborados durante e após as sessões grupais, incluindo anotações clínicas, observações do processo psicoterápico, prontuários e demais documentos produzidos sob supervisão. A pesquisa foi fundamentada em uma perspectiva qualitativa, considerando os conteúdos emergentes ao longo das sessões e sua articulação com os pressupostos teóricos do Psicodrama, especialmente os conceitos de espontaneidade, criatividade, tele, papéis e vínculos interpessoais.

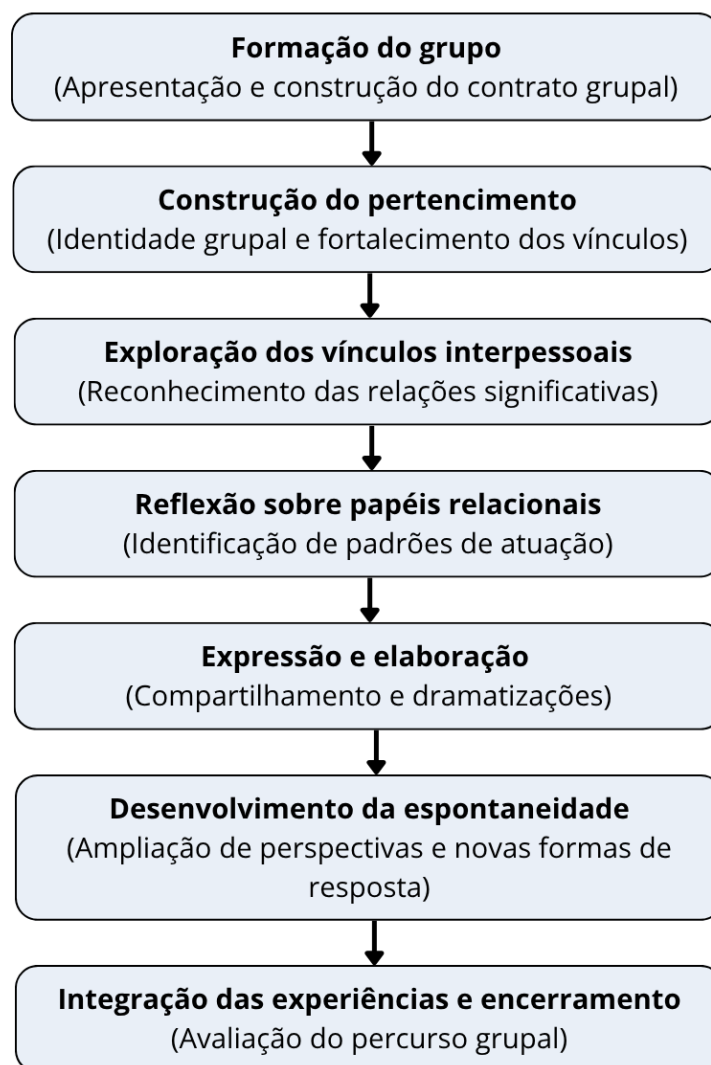
Previamente ao início da intervenção, os participantes foram devidamente informados acerca dos objetivos, procedimentos, benefícios e limites do trabalho grupal. Após a devida explanação, os participantes que concordaram com a participação assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), permitindo sua inclusão e a utilização dos registros produzidos para fins acadêmicos e científicos, observados os princípios de confidencialidade e anonimato.

Em atenção aos princípios éticos que orientam a prática psicológica e a produção científica, foram adotadas medidas para preservação da identidade dos participantes, mediante utilização de códigos de identificação (Shaughnessy JJ, et al., 2012). Além disso, foram observadas as normas institucionais e profissionais vigentes para a realização da intervenção, o armazenamento dos registros e a divulgação dos resultados, conforme as diretrizes do Conselho Federal de Psicologia (2005; 2013; 2025).

4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

De acordo com os resultados da intervenção, o grupo psicoterapêutico fundamentado no Psicodrama parece ter favorecido a construção de vínculos interpessoais, a ampliação da consciência acerca dos papéis relacionais e o desenvolvimento da espontaneidade das participantes. Em atenção aos princípios éticos de confidencialidade e anonimato, as participantes foram identificadas pelas letras A, B e C. A Figura 2 apresenta uma síntese dos principais movimentos psicoterapêuticos observados ao longo do processo grupal, desde a formação do grupo até a integração das experiências vivenciadas pelas participantes.

Figura 2 - Síntese dos principais movimentos psicoterapêuticos observados ao longo da intervenção grupal (2026).



Fonte: LASSOLLI C, et al., 2026.

4.1 Construção Dos Vínculos Grupais e Fortalecimento da Tele

Ao longo dos oito encontros, observou-se um processo gradual de fortalecimento dos vínculos grupais. Inicialmente, as participantes da pesquisa demonstraram insegurança diante da proposta grupal, receio em relação ao contato com o novo e dificuldades de exposição. Uma das participantes descreveu a experiência de inserção no grupo como um desafio, pois estava em uma situação que a distanciava de sua zona de conforto. Enquanto outra apresentou postura inicialmente ansiosa, com tendência à evitação e dificuldade de engajamento nas interações. Ademais, foram observadas falas breves e compartilhamentos mais restritos.

Sob a perspectiva psicodramática, as manifestações podem ser compreendidas à luz de características semelhantes à Matriz de Identidade Indiferenciada⁶ descrita por Moreno JL (1975). No âmbito do grupo, a necessidade de segurança, reconhecimento e adaptação diante de um novo contexto relacional é predominante. À medida que os encontros progrediram, observou-se um aumento na disponibilidade para a interação, uma ampliação nas trocas de experiências e um fortalecimento do sentimento de pertencimento ao grupo. Conforme os pressupostos de Moreno JL (1975) e Gonçalves CS et al. (2023), esse movimento tornou-se evidente nos relatos produzidos ao final da intervenção. As participantes passaram a definir o grupo como um “espaço de acolhimento, escuta e aprendizado”, bem como um local no qual se sentem “compreendidas e seguras para compartilhar sentimentos”.

A construção coletiva das normas grupais, as atividades de apresentação e a elaboração da identidade do grupo propiciaram criar um ambiente de acolhimento e confiança. Escolher o nome “Estrelas que Acolhem” e construir a identidade visual do grupo foram aspectos significativos para fortalecer o sentimento de pertencimento e consolidar uma identidade grupal compartilhada (VITALI MM, 2024; FALEIROS EA, 2004).

Com o avanço dos encontros, observou-se um aumento da participação das integrantes nas atividades propostas e uma ampliação da disponibilidade para compartilhar experiências relacionadas às histórias de vida, relações familiares, inseguranças pessoais e necessidades. As participantes passaram a perceber o grupo como um espaço seguro de escuta, acolhimento e apoio mútuo, favorecendo o fortalecimento dos vínculos estabelecidos (GONÇALVES CS, et al., 2023; LIMA LA, 2010).

Sob a ótica psicodramática, o movimento em questão pode ser compreendido como um desenvolvimento da tele, conceito que se refere à percepção recíproca e autêntica entre os indivíduos (MORENO JL e MORENO ZT, 2014). O fortalecimento das relações télicas foi evidenciado pela frequência de manifestações espontâneas de identificação, reconhecimento e apoio entre as participantes especialmente durante os momentos de compartilhamento. Em diferentes situações, as integrantes passaram a atuar como agentes psicoterapêuticos umas das outras, oferecendo acolhimento e contribuindo para a elaboração coletiva das experiências vivenciadas. Diante do exposto, infere-se que os resultados observados corroboram a compreensão de que o grupo constitui um espaço privilegiado para a construção de vínculos

⁶A fase de indiferenciação da Matriz de Identidade caracteriza-se pela ausência de diferenciação entre o eu e o outro, sendo marcada pela busca de segurança e reconhecimento nas relações (MORENO JL, 1975).

significativos e para a vivência do encontro, conceito central na teoria moreniana (FALEIROS EA, 2004; MORENO JL, 1975).

4.2 Reconhecimento e Ressignificação dos Papéis Relacionais

A compreensão dos papéis relacionais constituiu um dos elementos centrais observados ao longo do processo grupal. As atividades psicodramáticas possibilitaram a identificação de padrões de interação anteriormente pouco percebidos. Dessa forma, o estudo favorece reflexões sobre os modos habituais de atuação nas relações interpessoais, concomitantes às postulações de Moreno JL e Moreno ZT (2014) e Lima LA (2010).

Entre os conteúdos emergentes, destacaram-se temas relacionados ao cuidado excessivo com o outro, à dificuldade de reconhecer necessidades próprias, à busca por acolhimento e à tendência de assumir responsabilidades para além dos próprios limites. As demandas foram particularmente evidenciadas em atividades como o Átomo Social, o Jornal Vivo e as dramatizações realizadas ao longo do processo grupal.

A participante A demonstrou identificação com o papel de cuidadora, apresentando tendência à responsabilização excessiva pelas demandas dos familiares e dificuldade em priorizar suas próprias necessidades. Durante os compartilhamentos e dramatizações, emergiram conteúdos relacionados à sobrecarga emocional, ao sentimento de obrigação constante e à dificuldade de estabelecer limites. Ao longo do processo, observou-se uma maior conscientização acerca desses padrões e movimentos iniciais de flexibilização do papel desempenhado.

De forma análoga, a participante B revelou conteúdos associados à necessidade de acolhimento e à dificuldade de expressar determinados sentimentos. Em diferentes atividades mediadas por recursos simbólicos, observou-se a coexistência de experiências de sofrimento e bem-estar, indicando dificuldades na integração de emoções contraditórias. Constatou-se, de forma progressiva, a ampliação da capacidade de reconhecer, comunicar e compartilhar experiências, favorecida pelo contexto grupal e pelas vivências dramáticas.

A participante C demonstrou sinais de retraimento, à necessidade de controle e ao receio de exposição. Ainda que o processo grupal não tenha sido finalizado, a participação do sujeito permitiu a identificação de padrões de funcionamento caracterizados por dificuldades de vinculação e resistência à aproximação interpessoal. Os padrões identificados reforçam a compreensão de que os conteúdos relacionais emergem nas interações grupais, conforme

Gonçalves CS, et al. (2023) e Lima LA (2010), constituindo importante material para intervenção psicoterapêutica.

Diante do exposto, infere-se que os resultados observados corroboram a ótica psicodramática, visto que os papéis constituem formas de atuação desenvolvidas nas relações e passíveis de transformação. Ao fomentar a reflexão sobre padrões relacionais previamente cristalizados, o Psicodrama amplia as possibilidades de experimentação de novas formas de posicionamento diante de si mesmo e dos outros. Dessa forma, contribui para a construção de respostas mais flexíveis e conscientes (MORENO JL, 1975; FALEIROS EA, 2004; GONÇALVES CS, et al., 2023).

4.3 Desenvolvimento da espontaneidade e Ampliação da Expressão

O desenvolvimento da espontaneidade foi um dos fenômenos observados durante a intervenção. Segundo Moreno JL (1975), a espontaneidade corresponde à capacidade de responder de forma adequada a situações novas ou de produzir respostas novas diante de situações antigas. Sob essa perspectiva, o processo psicoterapêutico busca favorecer a flexibilização de padrões relacionais cristalizados e ampliar o repertório de respostas disponíveis ao sujeito (FALEIROS EA, 2004).

16

As estratégias psicodramáticas empregadas durante a intervenção possibilitaram a exploração e a elaboração de conteúdos relacionados aos vínculos interpessoais, aos papéis relacionais e às necessidades das participantes. Recursos como o Jornal Vivo, a inversão de papéis, o duplo, o espelho e as atividades com recursos simbólicos possibilitaram a externalização de sentimentos, conflitos e necessidades frequentemente minimizados ou silenciados no cotidiano.

No Jornal Vivo, destacaram-se reflexões relacionadas à necessidade de reservar tempo para si e de reduzir a sobrecarga decorrente do cuidado excessivo com os outros. Já nas atividades mediadas por *emojis* e no Átomo Social, emergiram conteúdos relacionados à solidão, à necessidade de acolhimento e à importância dos vínculos afetivos. A utilização de recursos expressivos favoreceu o contato com experiências significativas e possibilitou novas formas de compreensão dessas vivências (MORENO JL e MORENO ZT, 2014; GONÇALVES CS, et al., 2023).

As dramatizações contribuíram para que as participantes observassem suas experiências sob diferentes perspectivas, ampliando a compreensão acerca dos próprios sentimentos e

comportamentos. A representação simbólica de situações vividas permitiu a revisitação de experiências relacionais, a reflexão sobre padrões de comportamento e a experimentação de alternativas diante de desafios interpessoais. Diante do exposto, infere-se que os resultados observados reforçam a compreensão de que a ação dramática propicia a ampliação da consciência e a ressignificação das experiências relacionais (FALEIROS EA, 2004; GONÇALVES CS, et al., 2023).

Nos encontros finais, as participantes relataram progressos relacionados à comunicação interpessoal, ao reconhecimento das próprias necessidades, à capacidade de solicitar ajuda e ao desenvolvimento de práticas de autocuidado. A retomada simbólica de experiências trabalhadas anteriormente, associada às atividades de encerramento, favoreceu a integração do percurso realizado e o reconhecimento das transformações percebidas ao longo do processo. Desse modo, convergindo com as postulações psicodramáticas propostas por Moreno JL (1975), Faleiros EA (2004) e GONÇALVES CS, et al. (2023).

Conforme observado, os resultados observados sugerem que a experiência grupal não apenas favoreceu a expressão de conteúdos significativos, mas também a ressignificação de aspectos relacionados aos vínculos interpessoais e aos papéis desempenhados pelas participantes. Além disso, a intervenção contribuiu para a ampliação da espontaneidade e da criatividade, possibilitando a construção de formas mais flexíveis e conscientes de se relacionar consigo mesmas e com os outros (MORENO JL, 1975; RAMALHO CMR, 2010).

17

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo teve como objetivo relatar a experiência de condução de um grupo psicoterapêutico fundamentado no Psicodrama, desenvolvido em uma clínica-escola de Psicologia com a temática “Vínculos e Relações”. Dessa maneira, a experiência permitiu compreender as potencialidades do contexto grupal para o fortalecimento dos vínculos interpessoais, a ampliação da consciência acerca dos papéis relacionais e o desenvolvimento da espontaneidade das participantes.

Os resultados da pesquisa indicaram que o grupo constituiu um espaço de acolhimento, compartilhamento e construção de vínculos significativos. Ao longo do processo, observou-se o fortalecimento das relações télicas, maior abertura para a expressão e ampliação da capacidade de refletir sobre experiências relacionais. As atividades psicodramáticas promoveram o reconhecimento de padrões de interação, a ressignificação de papéis desempenhados no

cotidiano e a experimentação de formas mais flexíveis de posicionamento diante das relações interpessoais.

Sob a perspectiva psicodramática, os resultados observados corroboram a compreensão de que o grupo não se constitui apenas como um conjunto de indivíduos reunidos em um mesmo espaço. O contexto grupal configura-se como um ambiente relacional capaz de promover encontros significativos, ampliar a espontaneidade e favorecer processos de transformação. A metodologia empregada, que envolveu o uso de dramatizações, técnicas de inversão de papéis, atividades expressivas e momentos de compartilhamento, possibilitou a emergência de conteúdos relevantes para a compreensão das experiências vividas pelas participantes. Ademais, essas estratégias contribuíram para a construção de novas formas de relação consigo mesmas e com os outros.

Além das contribuições observadas nas participantes, a experiência constituiu um relevante espaço de aprendizagem para os estagiários. A condução do grupo permitiu a articulação entre teoria e prática, o desenvolvimento do raciocínio clínico e a reflexão crítica sobre o manejo de intervenções grupais fundamentadas no Psicodrama. Nesse sentido, a intervenção evidenciou a relevância das clínicas-escola de Psicologia como espaços de aprendizagem, produção de conhecimento e oferta de serviços à comunidade.

18

Dentre os aspectos limitantes da experiência, destaca-se o número reduzido de participantes que permaneceram até o encerramento da intervenção grupal. A ocorrência de desistências ao longo do processo restringiu a diversidade de experiências compartilhadas e reduziu as possibilidades de interação no contexto grupal. Além disso, o desenvolvimento da proposta ao longo de oito encontros delimitou o período de acompanhamento das participantes. Dessa forma, a experiência possibilitou a compreensão de fenômenos relevantes relacionados aos vínculos interpessoais, aos papéis relacionais e ao desenvolvimento da espontaneidade.

Portanto, infere-se que a experiência descrita fortalece a capacidade do Psicodrama como um método de intervenção voltado ao trabalho com vínculos e relações interpessoais em contexto grupal. Recomenda-se que futuras pesquisas aprofundem a investigação sobre as contribuições do método psicodramático em diferentes contextos e para distintos públicos. Dessa forma, será possível ampliar a compreensão a respeito de suas potencialidades no desenvolvimento da espontaneidade, na ressignificação de papéis relacionais e no fortalecimento dos vínculos interpessoais.

AGRADECIMENTOS

Primeiramente, é imprescindível expressar a mais profunda gratidão aos indivíduos responsáveis pelo apoio financeiro concedido pelo Centro Universitário da Fundação Educacional de Brusque (UNIFEBE) para a realização deste projeto.

REFERÊNCIAS

BARROS R. Psicodrama online: expansão e novas possibilidades como consequências da pandemia de Covid-19. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 2025; 33: 1-12.

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRUSQUE (UNIFEBE). Conselho Universitário (CONSUNI). Regulamento da Clínica-escola e dos Serviços de Psicologia (CESP). Resolução CONSUNI n. 11/15, de 8 de abr. 2015. Brusque: UNIFEBE, 2015.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA (CFP). Carta de serviços sobre estágios e serviços-escola. Brasília: Conselho Federal de Psicologia, 2013.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA (CFP). Código de ética profissional do psicólogo. Brasília: CFP, 2005.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA (CFP). Manual orientativo de registro e elaboração de documentos psicológicos. 1. ed. Brasília: Conselho Federal de Psicologia, 2025.

CUKIER R. Sobrevivência emocional: as dores da infância revividas no drama adulto. 6. ed. São Paulo: Ágora, 2015. 120 p.

CUKIER R. Vida e clínica de um psicoterapeuta. São Paulo: Ágora, 2018. 176 p.

DALTRO MR, FARIA AA. Relato de experiência: Uma narrativa científica na pós-modernidade. *Psicologia Clínica e Psicanálise*, 2019, 19(1): 1-15.

FALEIROS EA. Aprendendo a ser psicoterapeuta. *Psicologia, Ciência e Profissão*, 2004; 24(1): 14-27.

FERNANDES VA. et al. Intervenções em psicodrama: uma revisão sistemática. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 2021; 29(1): 4-15.

FILIPINI R. Psicoterapia psicodramática com crianças: uma proposta socionômica. São Paulo: Ágora, 2014. 151 p.

GÜNTHER, H. Pesquisa Qualitativa Versus Pesquisa Quantitativa: Esta é a Questão? *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 2006, 22(2): 201-210.

GONÇALVES CS. et al. Lições de psicodrama: introdução ao pensamento de J. L. Moreno. São Paulo: Ágora, 2023. 112 p.

KHOURI GS. O arcano da psicoterapia: campo télico de cura. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 2025; 33: 1-14.

LIMA LA. Psicodrama e dinâmica de grupo: re-criando possibilidades para o ensino de Psicologia na Universidade. In: BARRETO MFM, orga. *Dinâmica de grupo: história, prática e vivências*. 4. ed. São Paulo: Alínea; 2010. p. 55-85.

MORENO JL. *Psicodrama*. São Paulo: Cultrix; 1975. 492 p.

MORENO JL., MORENO Z.T. *Fundamentos do psicodrama*. São Paulo: Summus; 2014. 312 p.

RAMALHO CMR. *Psicodrama e dinâmica de grupo*. Aracaju: Iglu; 2010. 190 p.

REY, FLG. *Pesquisa qualitativa e subjetividade: os processos de construção da informação*. São Paulo: Thomson Learning, 2005. 222 p.

SHAUGHNESSY, JJ. et al. *Metodologia de pesquisa em psicologia*. 9. ed. Porto Alegre: AMGH, 2012. 479 p.

SILVESTRI MA. Matrices en disputa: creatividad, performatividad y psicodrama. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 2025; 33: 1-10.

VASCONCELOS TT. Sociodrama do povo brasileiro: reflexões sobre socionomia e subjetividade digital. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 2025; 33: 1-10.

VIDAL M.O., AMARAL MSS. Das raízes à primeira vez: quem tem medo do psicodrama? *Revista Brasileira de Psicodrama*, 2025; 33: 1-11.

20

VITALI, MM. A espontaneidade como fator E-ssencial no processo ensino-aprendizagem. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 2024, 32: 1-11.