

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO  
CENTRO DE CIÊNCIAS HUMANAS  
DEPARTAMENTO DE ARTES CÊNICAS  
CURSO DE LICENCIATURA EM TEATRO**

**LUZICÉLIA DA COSTA SILVEIRA**



**TEATROTERAPIA: OS JOGOS TEATRAIS COMO PROCESSO DE CURA**

São Luís

2024

**LUZICÉLIA DA COSTA SILVEIRA**

**TEATROTERAPIA: OS JOGOS TEATRAIS COMO PROCESSO DE CURA**

Artigo apresentado como requisito  
parcial para a conclusão do curso de  
Licenciatura em Teatro pela  
Universidade Federal do Maranhão

Orientadora: Profa. Ma. Daiana Roberta  
Silva Gomes

São Luís

2024

da Costa Silveira, Luzicélia.

Teatroterapia : os jogos teatrais como processo de cura

/ Luzicélia da Costa Silveira. - 2024.

30 f.

Orientador(a): Daiana Roberta Silva Gomes. Curso de Teatro,  
Universidade Federal do Maranhão,

Ufma, 2024. 1.

Teatroterapia. 2. Arteterapia. 3. Terapia. 4. Jogos Teatrais. 5. . I.  
Roberta Silva Gomes, Daiana. II

Título.

**TEATROTERAPIA:** Os jogos teatrais como processo de cura

**THEATER THERAPY:** Theatrical games as a healing process

**LUZICÉLIA DA COSTA SILVEIRA<sup>1</sup>**

## **RESUMO**

Neste artigo, exploraremos a relação entre o jogo teatral, a teatroterapia e a arteterapia, esgrimindo o estudo das técnicas práticas, e assim, relacionando sempre ao jogo e suas classificações: dramático e teatral. Esmiuça-se as teorias de Augusto Boal (1986) com o Teatro do Oprimido, Violin Spolin (1946) em exercícios coletivos e Carl Gustav Jung (1921) com a psicologia analítica. Relaciona-se o conceito de teatroterapia ainda ao trabalho desenvolvido por Jacob Levy Moreno (1921) com o psicodrama, sociometria e espontaneidade; Nise da Silveira (2015) com a humanização no tratamento psiquiátrico utilizando a arte como terapia no trabalho do inconsciente. Este estudo teve objetivo de selecionar os jogos teatrais como metodologia no processo terapêutico. Baseia-se numa pesquisa exploratória, qualitativa com levantamento bibliográfico e aplicação de um formulário para estudantes e profissionais de teatro, tendo como resultado a Teatroterapia como ferramenta para auxiliar no processo de cura e o bem estar emocional.

**Palavras-chave:** Teatroterapia; arteterapia; terapia; jogos teatrais

## **ABSTRACT**

In this article, we will explore the relationship between theatrical play and art therapy, delving into the study of practical techniques and always relating them to play and its classifications: Dramatic and theatrical. We will examine theories on the artistic expression of games and how they can be used as therapeutic and effective tools, considering the possibilities for application in the classroom. Emphasizing the importance of the art education professional, we will reinforce that art is fundamental to the critical and creative development of students, and that theater therapy can be an additional tool for integration in school teaching. Moreover, it provides students with another practical tool, offering new possibilities not only to understand the external environment but also to better understand themselves. This approach also enriches the field of art education by valuing the teaching staff and helping to dismantle the stigmatized perception that art in schools often has in society.

---

<sup>1</sup> Acadêmica do curso de Licenciatura em Teatro. E-mail: luzicelia@hotmail.com

**Keywords:** Theater therapy; Art therapy; Therapy; Theatrical games;

## 1 INTRODUÇÃO

Durante minha experiência em disciplinas do curso de Licenciatura em Teatro na UFMA, em particular Prática de Extensão II<sup>2</sup>, realizada na escola CEM<sup>3</sup>, bem como muitas das demais aulas práticas envolvendo jogos teatrais pude perceber não somente o prazer no momento das atividades, tanto para o como docente como para o discente, como também pude notar uma sensação de bem-estar depois de cada exercício de jogos teatrais em sala de aula.

Na disciplina de Prática de Extensão II, após a aplicação dos jogos, um aluno com deficiência executou todos os exercícios e ao final, numa roda de conversa, que tinha como finalidade que cada participante falasse sobre suas impressões e experiências no jogo, o aluno levantou vários pontos positivos, afirmando que se sentiu integrado no jogo, esquecendo das limitações.

Mesmo com a má estrutura oferecida naquele momento para os alunos no ambiente escolar, especialmente para o aluno PCD, houve uma genuína disposição dos participantes em absorver cada sentimento ofertado resultante do fazer teatral. Outra aluna, de natureza muito quieta e tímida, me surpreendeu ao desempenhar os exercícios e fluir sua prática durante o processo. Na roda de conversa, ela expôs o que tinha absorvido das atividades e consegui, naquele instante, atingir meu objetivo enquanto docente.

Depois de várias reflexões acerca dos depoimentos dos alunos, passei a me questionar sobre quão necessária é a prática teatral dentro das escolas e porque, apesar disso, as atividades nesse contexto serem limitadas. Sabemos que, nos últimos anos, transtornos mentais como a depressão e ansiedade estão atingindo números alarmantes e alternativas inseridas no contexto escolar, como o jogo teatral podem levar o estudante ao prazer de se sentir melhor, elevando sua autoestima e a identificação de si mesmo.

Essas reflexões me levaram a pesquisar a respeito da arteterapia, área relacionada ao campo da psicologia. Ao procurar mais referências, dessa vez ligadas aos jogos teatrais, me deparei com os estudos de teatroterapia.

---

<sup>2</sup> Refiro-me à disciplina ministrada pela professora Dra. Maria José Lisboa, em 2014.

<sup>3</sup> Centro de Ensino Médio - Anexo Jardim São Cristóvão

A arteterapia é um método que se utiliza de várias formas de expressão artística com uma finalidade: a terapêutica. Revela-se assim a temática desta pesquisa, qual seja, investigar os jogos teatrais aplicados em aulas de arte, de forma terapêutica, compreendendo também a arte como instrumento de trabalho no campo específico da psicologia.

A arte é uma ferramenta valiosa para atuação nos estudos da psicologia nos mais variados aspectos. Em relação aos jogos teatrais, há estudos já elaborados, como o conceito de psicodrama, termo criado por Jacob Levy Moreno (1921). O psicodrama é uma técnica que visa revelar comportamentos e sentimentos sabotadores que a pessoa ainda não identificou, de forma a eliminá-los. Portanto, Moreno desenvolveu várias técnicas, como dramatização em cena, técnica do espelho e inversão de papéis, sempre trabalhando em grupo, na presença de um terapeuta (diretor da cena), seus egos auxiliares e os pacientes (tanto como protagonista quanto como público).

Esta pesquisa também dialoga com Carl Gustav Jung (1921), devido suas contribuições na criação da psicologia analítica, em que desenvolveu estudos acerca da psique, inconsciente, arquétipos e da individuação. A intenção desses trabalhos não é “curar” o indivíduo, mas elaborar no processo criativo de cada pessoa, a questão da emoção, através da psicoterapia. Assim, este trabalho também conversa com teóricos do teatro que aproximam seus estudos da área da psicologia, o que tanto engaja e alimenta na construção dos processos para ambos os lados.

Em busca de equilíbrio emocional e de bem estar, podemos utilizar os jogos teatrais como ponte para alcançar o objetivo de uma abordagem terapêutica no campo da arteterapia, ressaltando o poder da “cura” nesse processo teatral. Importante ressaltar que a arteterapia também se relaciona com outras linguagens artísticas, como a musicoterapia, a dançaterapia entre outros, que não são, no entanto, o foco desta pesquisa, uma vez que neste trabalho, nossa discussão teórica se dá especificamente no campo do teatro.

## **2 ABORDAGENS DA ARTETERAPIA**

A arteterapia é uma abordagem terapêutica que utiliza a expressão criativa como um instrumento que pode promover a cura e o bem-estar e isso se dá a partir de diversos aspectos de expressão artística. A arte faz com que o indivíduo possa se conectar ao trabalho proposto ao ponto de levar para a alma. Além disso, “[...] quando Freud inventou a psicanálise, ele inspirou-se no teatro grego, nas tragédias em particular e na

experiência de catarse como ab-reação dos afetos” (Dunker; Thebas, 2021, p. 68), ou seja, é um desbloqueio de emoções, sentimentos e tensões reprimidas que se mantém no inconsciente.

Freud<sup>4</sup> ligou o conhecimento de catarse à prática da hipnose. De certo, “[...] revivendo o que se passou, e acomodando os afetos com as ideias, muito de nossa experiência de vida encontra a sua cura [...]” (Dunker; Thebas, 2021, p. 68). Portanto, precisamos nos curar para termos uma estabilidade na relação com nossos afetos. Sabemos que temos a capacidade de pensar, no entanto, podemos nos observar perante vida. Nisso, dá-se sentido à origem da psicoterapia no geral, que pode tornar fluido o experimento diante da disposição de quem deseja usufruir da terapia.

Aristóteles (384-322 a.C), definiu o conceito da catarse (do grego, *katharsis*) como a purificação das almas. A catarse é utilizada para mostrar o estado de libertação psíquica que o ser humano experimentou quando obtém a superação de algum trauma como medo, opressão ou outra perturbação psíquica.

Assim, em vista de tudo aquilo que foi aqui exposto, percebe-se claramente que, na concepção de Aristóteles, a catarse se dá por meio da arte trágica, que atua sobre a alma do espectador, no teatro, fazendo-o sentir as paixões narradas/representadas e permitindo-lhe, ao imitá-las em seu interior, libertar-se delas, purificando-se. (Queiroz, 2013, p.2)

As origens da arteterapia encontram-se nos trabalhos desenvolvidos pela educadora estadunidense Margareth Naumburg, que podemos considerar como a primeira pessoa a sistematizar experiências nesse sentido, por volta de 1941. No Brasil, Osório César e Nise da Silveira, ambos psiquiatras, aderiram às teorias da arteterapia visando resistir às práticas mais recorrentes da época, como os eletrochoques e o isolamento, por isso,

[...] a psiquiatria tradicional despreza o estudo das vivências do espaço. Entretanto, já Bleuler havia observado que delírios e alucinações influem sobre a orientação no mundo exterior e que, na esquizofrenia, uma orientação falsa, motivada por fatores subjetivos, poderia coexistir com a orientação correta da realidade. (Silveira, 2015, p.33).

Na busca da relação entre arte e loucura, Silveira (2015) foi inspirado em Carl Jung (1875), fundador da psicologia analítica, que não tinha a finalidade de curar, mas levar ao desenvolvimento da criatividade de cada indivíduo. Nise da Silveira revolucionou a prática de tratamento psiquiátrico no Brasil, implantando cuidados

---

<sup>4</sup> Sigmund Freud (1856-1939) médico e pesquisador austríaco que criou a Psicanálise, método utilizado para o tratamento de doenças mentais.

mais humanizados. Como mulher, fez história também por se tratar de uma área dominada pelos homens e pelo machismo. Ela desenvolveu seus estudos da psicologia e no ramo artístico, proporcionando mudanças nos tratamentos da época até os dias atuais.

Existe também no Brasil, desde 2006, a União Brasileira de Associação de Arteterapia (UBAAT), que tem como finalidade garantir uma qualidade aos profissionais (arteterapeutas) e criar objetivos em prol de uma representação democrática formada por grupos em cada estado, ou seja, possui associações regionais.

[...] No Brasil, o movimento de Arte-educação surgiu na Semana de Arte Moderna, de 1922, com a influência de Dewey. Os princípios de Franz Cizek<sup>1</sup>, também contribuíram para a formação do movimento por meio de Anita Malfati, que apoiada nas ideias de livre-expressão passou a orientar as classes de arte em São Paulo. [...]. (Bacarin, Noma, 2005, p.1).

No que diz respeito à legislação, cabe destacar que apenas recentemente, no dia 25 de junho 2024, a Câmara dos Deputados aprovou o projeto<sup>5</sup> de lei que regulamenta a profissão do arteterapeuta. A lei é um avanço e representa uma melhoria na representatividade de uma prática tão rica e importante na terapia.

A expectativa é o aumento de novos profissionais que irão surgir, fora os que já trabalham há algum tempo sem a devida regulamentação. É um salto para o avanço que a arte e a psicologia irão realizar, por estar juntas nessa luta há anos, neste estudo que promove uma grande melhoria para quem precisa de tratamento para o reparo emocional.

Em 2010, visando proporcionar o enriquecimento em virtude do ensino e da pesquisa científica dos alunos do Curso de Arte, bem como a fim de incentivar a agregação entre a sociedade e a Universidade, a Biblioteca Setorial de Artes produziu o livro *Os desafios do ensino da arte* (2010) organizado pelas professoras Ana Teresa Desterro Rabêlo e Elén Cristina Costa Ribeiro.

Do livro, destaco para esta pesquisa o capítulo *A arte terapia como facilitadora da cura: a arte será capaz de promover saúde?* (2010), em que a autora Elizangela Rodrigues Corrêa<sup>6</sup>, faz um breve resgate histórico sobre a arteterapia, trazendo o assunto para atualidade e levantando comentários da pesquisa em campo realizado nos hospitais Nina Rodrigues, Dia Vida e Liberdade e Instituto Maranhense de Oncologia

---

<sup>5</sup>Comissão de Constituição e Justiça aprova regulamentação da profissão de arteterapeuta, Fonte: Agência Câmara de Notícias, 25 de jun. 2024. Disponível em <https://www.camara.leg.br/noticias/1076826-comissao-de-constituicao-e-justica-aprova-regulamentacao-da-profissao-de-arteterapeuta>. Acesso em: 27/06/2024

<sup>6</sup> Licenciada em Artes - UFMA

Aldenora Belo, todos localizados em São Luís. A autora também destacou a importância da arteterapia para a saúde. Segundo Corrêa, “[...] a arte põe em ação o nosso biológico, para que o diálogo seja restabelecido, que as informações e a energia fluam e a mente esteja a serviço do corpo [...]”. (Corrêa, 2010, p. 42). Concordo com a autora, pois a arte é fundamental para a vida.

Como seres humanos temos a capacidade de realizar movimentos, agir e pensar e, sobretudo, de nos comunicar. Nós nos sentimos vivos fazendo arte, qualquer que seja ela, seja uma pintura, teatro, dança, música. Ao fazer isso, sempre ocorre uma comunicação, seja ela interna ou externa. Nessa prática, ocorre uma colaboração com o equilíbrio da mente. De certo “[...] o que torna importante a arte como terapia para saúde, é que o artista-paciente possa percorrer o caminho do autoconhecimento [...]”. (Corrêa, 2010, p. 42). Quando se entra na questão da comunicação se abrange uma procura, logo, se trabalha a imaginação, e quando entra nesse mundo imaginário, inicia uma investigação do “EU”.

A necessidade de se expressar se confunde com a história da humanidade, desde quando os primeiros ancestrais da humanidade faziam desenhos rupestres. Ao utilizar cavernas e paredes como áreas para expressão, na era paleolítica, isso não deixava de ser também, uma maneira de se manifestar. Isso também pode ser dito acerca do teatro.

O teatro dos povos primitivos assenta-se no amplo alicerce dos impulsos vitais, primários, retirando deles seus misteriosos poderes de magia, conjuração, metamorfose dos encantamentos de caça dos nômades da Idade da Pedra, das danças de fertilidade e colheita dos primeiros lavradores dos campos, dos ritos de iniciação, totemismo e xamanismo e dos vários cultos divinos. (Margot, 2001, p.2)

O teatro tem se destacado como uma poderosa forma de terapia. A sociedade já atuava na prática do exercício da arte como terapia, sem mesmo ter a noção do quanto ela é ideal para a mente e corpo. Logo,

Desde o século V a.C há registros da arte utilizada na Grécia como um recurso terapêutico para promover a recuperação e manutenção da saúde. Naquela época, a arte era considerada como um manifesto de transformação e de colaboração na construção de seres mais criativos e saudáveis. (Corrêa, 2010, p. 30).

O teatro como manifestação atua como uma válvula de escape para quem precisa explodir emocionalmente no exercício da expressão corporal. Utilizada como meio de equilíbrio das emoções, então, a arte também possui o aspecto da contribuição no desenvolvimento da criatividade e expressão, promovendo um estado de bem estar.

A teoria psicodramática<sup>7</sup> criada por Jacob Levy Moreno (1921), buscou nos estudos da técnica a “cura” ou conforto nos seus pacientes, enfatizando sempre o trabalho em grupo. De acordo com Ramalho (2002, p.38) “o conceito da espontaneidade é central no pensamento moreniano e dominou toda sua pesquisa, durante sua vida. Segundo ele, espontaneidade é definida como a capacidade de responder de forma nova a situações recentes ou às situações antigas”. O autor define também, “a espontaneidade”, pois trata-se de um potencial a resposta de situação recente ou antiga.

Para Moreno os conflitos sociais geram, desde a infância, experiências vividas pelo sujeito. Para ele, existe "a placenta social da criança, o lócus em que ela mergulha suas raízes. Proporciona ao bebê humano segurança, orientação e guia." (Moreno, 1975, p. 114). Ele designa de *placenta social* o conjunto de raízes que o meio social envolve o indivíduo ao nascer. Por isso, o sujeito precisa estar num campo relaxado, que lhe permita a possibilidade de alcançar as soluções de seus conflitos.

Moreno (1921) também foi criador da sociometria (*socius* - o companheiro, *metrum* - a medida e *drama* - ação), que utiliza técnicas como psicodrama, o sociodrama e teste sociométrico para descobrir as semelhanças e as distâncias entre indivíduos do grupo, que deu origem à ciência das redes sociais.

[...] O sociograma individual poderá ajudar para integrar um membro no grupo escolar e inseri-lo nas atividades do grupo. Toda a atuação do professor, ainda que em estudos sociométricos, é normativa. Os resultados do teste sociométrico são, por isso, de interesse do professor, para o seu uso e, como tal, não devem ser revelados aos alunos. É, pois, necessária uma meticulosa reflexão sobre a atitude a tomar, estratégias a utilizar e consequências que daí advêm. [...]. (Bonito, 2018, p.33)

A sociometria é uma técnica que possibilita estratégias para uma conexão de forma ética para inserir um aluno no grupo, identificando padrões e conexões da interação deste aluno, que pode, dessa forma, manter ou iniciar uma relação com a sociedade.

Somos seres de relações e sempre temos a consciência de uma condição incompleta, que nos leva a buscar mais, inclusive mais interação. Como diz Paulo Freire (1967). Em suma “a partir das relações do homem com a realidade, resultantes de estar com ela e de estar nela, pelos atos de criação, recriação e decisão, vai ele dinamizando o seu mundo.” (Freire, 1967, p.43). O autor defende a ideia do “ser mais” e ressalta que a

---

<sup>7</sup> No Brasil, foi criado no dia 21 de agosto de 1976, a Federação Brasileira de Psicodrama (FEBRAP), e tem como principal objetivo organizar e promover encontros, congressos, seminário entre outros. Logo, mantém o intercâmbio ampliando as relações. A sede fica em São Paulo, distribuída em outros estados pelo Brasil.

ideologia da educação deve ser transformadora, porém, de forma humanizada, de modo a levar em consideração os processos de ação e reflexão. Isso dá condições de interferir na sociedade e transformá-la em um lugar democrático. Portanto, na prática de jogos teatrais ou de qual segmento da arte for, é necessário sempre ser questionador enquanto docente.

Vale ressaltar que há uma importância em se estar disposto a obter essa entrega no jogo, com foco na ludicidade. Ronaldo Yudi Kuchiishi Yozo (psicólogo, professor e psicodramatista), cita em sua obra *100 jogos para grupos* (1996), que a “[...] *ordem lúdica* é a interrupção temporária da vida real para jogar. Esta interrupção permite ao indivíduo libertar-se de suas ‘amarras’ sociais. É um momento mágico onde o ‘jogar’ é desprovido de censuras ou críticas”. (Yozo, 1996, p.13). Assim, estar disponível é primordial em todo processo dos jogos, algo indiscutível no campo teatral. Logo, também faz sentido na investigação de um paciente (clínico): ele precisa estar disposto ou desprendido dos problemas sociais, então tudo será válido e fluente.

Carl Gustav Jung, o criador dessa teoria, trabalhou sobre a psique, sendo muito relevante no campo da psicologia. Ele se baseou nos estudos de Freud (1923) partindo da criação da psicanálise. Nesse meio, segundo Ramalho (2002, p.129) “as estratégias desenvolvem-se na interação grupal, conforme as necessidades emergentes, funcionando como iniciadores e facilitadores do contato com o inconsciente, devendo, para tal, criar uma atmosfera espontânea - criativa em campo relaxado.” A interação entre os indivíduos gera confiança no trabalho em grupo e desta maneira podem revelar o inconsciente quando estão relaxados.

A psicologia junguiana, associada ao jogo dramático, tem a função de trabalhar o conflito ou drama, dentro do contexto do inconsciente, dos arquétipos e do processo de individuação, recriando a própria vida. A atividade permite avaliar e desenvolver o grau de criatividade do campo imaginário partindo do questionamento planejado.

Durante o período da pandemia do coronavírus, a partir de 2020, além dos mais de 700.000 óbitos<sup>8</sup>, o crescimento de doenças psicossomáticas atingiu níveis alarmantes. Souza (2020, p.1) observa que:

[...] A relação entre doenças físicas e emocionais é bastante comum, mas, com a pandemia, a tendência se agravou. Uma pesquisa feita em maio pela Associação Brasileira de Psiquiatria (ABP) mostrou que cerca de 89% dos 400 psiquiatras destacaram o agravamento de quadros de saúde mental em seus pacientes devido à pandemia do novo coronavírus. [...]. (Souza, 2020, p.1).

---

<sup>8</sup> Dados do site Coronavírus Brasil - atualizado - fonte: SVS

A pandemia que deixou a sociedade com traumas e marcas, fora as atribuições políticas que influenciam na sociedade, e refletiram no sistema. Ainda mais que, conforme Calil (2021, p.42) “com o crescimento do número de óbitos [...] o eixo do negacionismo passou a se concentrar no anúncio de medicamentos supostamente milagrosos (em especial, a cloroquina) e na contestação da veracidade dos registros”. Com isso, percebemos tantos problemas que nos trouxeram e deixaram marcas até o momento, desde o desespero e insegurança ante as políticas públicas do país até as informações falsas (*fakes news*) e atraso na campanha das vacinas, fatores que originaram temor em toda população. Quem já sofria com doenças psicossomáticas, teve o quadro agravado nesse período.

Antes da pandemia, a ansiedade já havia se disseminado como o mal do século, com vários motivos associados, como rotinas estressantes, traumas pessoais, sobrecarga de trabalho, problemas familiares, entre outros. Certamente “[...] vivemos numa sociedade urgente, rápida e ansiosa. Nunca as pessoas tiveram uma mente tão agitada e estressada. Paciência e tolerância a contrariedades estão se tornando artigos de luxo”. (Cury, 2013, p.1). Entre esses fatores, também podemos incluir o aumento no consumo das tecnologias digitais.

Atualmente as pessoas se irritam com facilidade com o computador que trava, não conseguem ficar desconectados da internet, ficar sem celular ou mesmo sem redes sociais. Conforme destacou Cury (2013, p.1), “raros são os que contemplam as flores nas praças ou se sentam para dialogar nas suas varandas ou sacadas. Estamos na era da indústria do entretenimento e, paradoxalmente, na era do tédio”. Sendo reforçado a presença nas redes, com o uso excessivo do celular, dificultando a interação presencial no aqui e agora.

A tecnologia digital é primordial na atualidade e faz parte do nosso cotidiano, contudo, o avanço dela nos trouxe sérios problemas para a saúde. Temos que aprender a dosar o uso deste recurso e perceber o tempo que utilizamos, muitas vezes de forma desnecessária, acessando o mundo digital. Este é um tema muito significativo e sempre relevante para se pautar na sala de aula.

Nessa perspectiva, vemos o motivo de tantas frustrações instantâneas por causa do imediatismo da atualidade, quando as informações chegam de forma muito fácil e rápida. A paciência não chega a ser trabalhada, deu-se lugar da espera para a inquietude. O mal do século, como diz Cury (2013), é a ansiedade, e gera outros transtornos, como

a síndrome do pensamento acelerado (SPA), por exemplo. No entanto, o ser humano está sempre em busca de soluções para não viver refém de algum problema de saúde.

Visando essa busca por uma solução mais confortável, o tratamento terapêutico é um caminho alternativo para minimizar tais sintomas em quadros da ansiedade e depressão. É nesse lugar que a arteterapia integrou-se, fornecendo formas maleáveis na melhoria dos sintomas adquiridos por tais disfunções das atividades cerebrais. Nise da Silveira (1981) utilizou também Artaud (1938) como referência em seus estudos. Segundo ela:

Pareceu-me que Artaud referia-se a certos acontecimentos terríveis que podem ocorrer na profundidade da psique, avassalando o ser inteiro. Descarrilhamentos da direção lógica do pensamento; desmembramentos e metamorfoses do corpo; perda dos limites da própria personalidade; estreitamento angustiantes ou ampliações espantosas do espaço; caos; vazio; e muitas mais condições subjetivamente vividas que a pintura dos internados de Engenho de Dentro tornavam visíveis. (Silveira, 1986, p.5).

Na citação acima, Nise relaciona-se com pacientes com quadro com esquizofrenia. Cabe ressaltar aqui que Antonin Artaud<sup>9</sup> deixou seu legado pela luta antimanicomial, por já ter vivido a experiência de internação e ter sido submetido ao tratamento da época: eletrochoques.

Artaud (1938) usou sua genialidade e utilizou o teatro para realizar protestos políticos. Seu sistema ficou conhecido como o Teatro da Crueldade. Sem utilizar muitas falas, somente com gestos, sons, palavras, fogo, gritos, foi uma maneira de manifestação diante do sofrimento e, certamente, causou estranheza, mas também inspirou e permitiu o surgimento de novos horizontes para diferentes formas de terapia na área da saúde mental.

No caso da esquizofrenia, os sintomas não deixam de ser um, até certo ponto, similares aos de pacientes com transtornos de ansiedade ou depressão. Nise optou por aplicar o tratamento mais humanizado, descartando a prática da lobotomia, eletrochoque e uso de tranquilizantes. Ela utilizou a arte como método para que esse contato fosse tratado de forma pacífica na terapia.

### **3 TEATROTERAPIA**

A arte sempre foi um poderoso meio de expressão e transformação. Ao longo dos anos, diversas formas de arte têm sido utilizadas como uma forma de terapia, visando promover o bem-estar e o desenvolvimento pessoal. Nessa situação, os jogos teatrais

---

<sup>9</sup> Antonin Artaud foi um poeta, ator, escritor, dramaturgo, roteirista e diretor de teatro francês, conhecido por ser um dos maiores inovadores e teóricos do teatro no século XX.

têm se destacado como uma abordagem de muita eficácia da arteterapia, proporcionando uma experiência lúdica, expressiva e terapêutica. Por certo, o trabalho com “teatroterapia é ativo, experiencial e permite fornecer o contexto para que o participante narre suas histórias, estabeleça metas, resolva problemas, expresse sentimentos e alcance a resolução de traumas, superando obstáculos e desenvolvendo-se psicologicamente.” (Rojas, 2019, p.18). A prática do jogo teatral gera em cada indivíduo a capacidade de trabalhar o improviso baseando sempre na realidade de suas vivências.

Há muitos trabalhos em arteterapia voltados para estudos da psicologia, mas não podemos deixar de mencionar as contribuições necessárias e importantes de teóricos do teatro, como Augusto Boal (1986) com o Teatro do Oprimido e Viola Spolin (1946) em exercícios coletivos, entre outros.

Infelizmente, não existe uma história concreta relacionada ao surgimento do termo *teatroterapia*, mas constam muitos trabalhos em que a nomenclatura é citada nos últimos 20 anos, especialmente no Brasil, em Portugal e na Itália. Em geral, o termo arteterapia é muito mais utilizado.

Em busca da teatroterapia encontrei diversas publicações trazendo-a como o uso de técnicas teatrais para fins terapêuticos, mas nenhuma se propondo a apresentá-la formalmente como uma metodologia terapêutica assim como a arteterapia, a dançaterapia e a musicoterapia já haviam realizado. (Ferreira, 2013, p.2).

Assim como na arte-educação, o teatroterapia utiliza-se em especial das técnicas de jogos teatrais, contação de histórias e leitura de contos. A área de teatroterapia é um processo que pode ser interessante inclusive para o desenvolvimento do ator profissional, por dar um novo sentido às emoções pelos gestos corporais. Com o propósito de racionalizar os movimentos corpóreos, o ator vai adquirindo conhecimento do seu corpo transcendendo nessa autoconsciência perante a construção do personagem, utilizando movimentos mais objetivos, vibrantes e despoluídos, pressuposto importante para encenadores do século XX. Segundo Carbonari (2013, p.18),

O corpo biomecânico de Meyerhold vai além de um corpo cênico. É um único organismo completo e consciente de seu potencial expressivo e comunicativo. O corpo que Meyerhold estuda, vive e constrói, é um corpo sujeito-histórico, um corpo vivo, dentro e fora do palco.

A teatroterapia propõe uma modificação consciente e íntima, favorecendo a transição pessoal e emocional por meio da compreensão da criação cênica. Vai muito além de usar o teatro como ferramenta terapêutica, englobando também a educação e

percepção do movimento corporal e vocal. O trabalho pré-expressivo, essencial para a criação cênica, é um componente crucial. Novamente, Carbonari (2013, p.15) nos relaciona a um encenador russo e explica que, “para Stanislavski<sup>10</sup>, o corpo não é um mestre. É a vontade que estimula o aparato criador da mente que, por sua vez, motiva seus sentimentos que, finalmente, serão expressos por meio de ações físicas pelo corpo em cena.” O autor frisa que a vontade é essencial para o método criativo do ator no trabalho psicofísico para cena. Se torna autêntico e emocionalmente convencedor, mantendo esse controle da mente consciente das emoções.

### 3.1 Jogos teatrais

Os jogos teatrais são atividades que envolvem exercício e improvisação, dramatização, expressão corporal e vocal. O jogo estimula a criatividade, o trabalho em grupo e a comunicação interpessoal. Quando utilizados como ferramenta terapêutica, esses jogos podem promover a auto expressão, a descoberta de emoções, o desenvolvimento da empatia e a melhoria da autoconfiança.

Antes criávamos lagoas de emoção, profundas lagoas emocionais, mas a empatia, a ligação emocional personagem-espectador, é necessariamente dinâmica. Um excesso de proustianismo e de subjetividade pode levar a ruptura das relações entre as personagens e a criação de lagoas de emoção isoladas. Mas nós precisamos criar rios em movimento dinâmico e não a mera exibição da emoção. Teatro é conflito, luta, movimento, transformação e não simples exibição de estado da alma. É verbo, e não simples adjetivo. (Boal,1998, p.47-48).

Além de exibir emoções estáticas e concentradas, como “lagoas de emoção”, a arte teatral deve evoluir para se agrupar em atuações dinâmicas e recíprocas entre personagens e espectadores, configurando-se como “rios em movimento”. Boal ressalta que o teatro deve ser um espaço de conflito, movimento e transformação, onde a ação e a interação entre personagens são importantes para gerar uma experimentação emocional e, racionalmente, atrair o público.

Nesse âmbito das relações resulta a troca de saberes da experiência na prática, lembrando que, para Silveira (2015), o que cura, principalmente, é o incentivo à criatividade, cujo pensamento é bem idêntico aos teóricos do teatro. Ela comenta que:

Para explicar o surgimento de certas ideias, de certas imagens “imensamente impressionantes” na esquizofrenia e, muitas vezes também, nos sonhos e fantasias de pessoas normais, tendo analogias surpreendentes com mitos,

---

<sup>10</sup> Encenador russo, elaborou progressivamente suas teorias fundamentadas numa análise psicológica, inspirada nos estudos de Sigmund Freud.

contos de fada e outros produtos da criatividade humana. (Silveira, 2015, p.148).

A criatividade expande a funcionalidade da atividade dos jogos teatrais, aumentando a capacidade da improvisação e fortalecendo a experiência de aprofundar os instintos do personagem em cena. Acima de tudo a “criatividade é uma atitude, um modo de encarar algo, de inquirir, talvez um modo de vida - ela pode ser encontrada em trilhas jamais percorridas.” (Spolin, 2010, p.257). Isso também depende da liberdade criativa, quando nos desprendemos de certos padrões e ficamos mais livres em expressar o que foi desenvolvido no jogo teatral.

Além disso, a participação em atividades teatrais envolve a interação com outros participantes, promovendo o desenvolvimento de habilidades sociais. Durante ensaios e apresentações, os indivíduos criam estímulos à comunicação e aprendem a trabalhar em equipe.

A arteterapia baseada em jogos teatrais pode envolver seus participantes na criação de um espaço seguro e acolhedor, em que eles são convidados a explorar diferentes papéis, emoções e situações por meio da dramatização. Essa interpretação proporciona uma oportunidade para que os indivíduos expressem suas emoções, experiências e desafios de uma maneira não ameaçadora, utilizando a arte como um meio de comunicação.

Os processos psíquicos que se desenvolvem no outro não são acessíveis diretamente. Comunicamo-nos através da palavra, da mímica e das reações psicomotoras, da realização de atos, das várias modalidades de expressão plásticas. (Silveira, 2015, p.125).

Os jogos teatrais também têm se mostrado eficazes no tratamento de diversos transtornos psicológicos, como ansiedade, depressão e traumas. As atividades podem melhorar as crises de ansiedade, aumentar a autoestima e consciência corporal e desenvolver a memória. Através da dramatização de situações problemáticas e de situações da realidade ligadas ao dia a dia, os participantes podem explorar suas emoções e buscar soluções para os desafios que enfrentam.

### 3.1.1 Tipos de Jogos Teatrais

O jogo teatral, para Violin Spolin (2010), se define a partir do aluno. Existe uma liberdade na experimentação que o indivíduo conduz nas suas atividades criativas, para assim atingir o foco do trabalho, seguindo as regras do jogo. Isso faz com que o grupo respeite as regras e também faça parte na composição das regras para a inserção do

aluno na prática, de modo que todos se sintam incluídos. Entretanto, cabe ressaltar que “o jogo teatral não pode ser confundido com jogo dramático, na medida em que o jogo teatral pressupõe um conjunto de princípios pedagógicos que constituem um sistema educacional específico.” (Spolin, 2007, p.22). O jogo teatral é mais técnico por se tratar de um treinamento voltado ao direcionar público (plateia), favorecendo o lúdico e se utilizando de diferentes situações do dia-a-dia.

O jogo dramático, por sua vez, entra no trabalho do “EU”, um exercício que desenvolverá o corpo e controle pessoal. O foco é o trabalho com o conflito.

No âmbito do jogo dramático, Yozo (1996) destaca: a) jogo da apresentação, b) jogo de aquecimento, c) jogos de relaxamento e interiorização e d) jogos de sensibilização. Nesse caso, existe um sistema para a execução do jogo.

Dentre os jogos, menciono aqui o jogo de relaxamento e interiorização, em que o paciente ou aluno entra num mundo de autoconhecimento na descoberta de identidade do “EU”. No caso desse tipo de jogo “é fundamental que o diretor tenha a sutileza em respeitar a dinâmica do grupo, através de seu ritmo, limite e espaço” (Yozo, 1996, p.52). Na técnica de Moreno (1921), ele caracterizou a prática nos seguintes elementos: “Ação e Improvisação”, “Protagonista e Grupo”, “Diretor<sup>11</sup> de Psicodrama”, Técnicas de “Espelhamento e Duplo” e “Integração e Discussão”, ambos são importantes para o trabalho com o psicodrama.

### **3.2 Augusto Boal e as proposições para teatro terapia**

O teatro do oprimido surgiu dentro de um momento crítico da história política e social no Brasil: a ditadura militar. Mesmo exilado, Augusto Boal conseguiu nos fornecer um vasto conteúdo, enriquecendo os estudos teatrais não somente no Brasil, mas também no mundo. A pesquisa de Boal se desenvolveu de uma forma grandiosa e quebrou paradigmas.

Para Augusto Boal (2009, p. 138) o “ser humano é ser artista”, ou seja, ele se refere, entre outras coisas, à capacidade do fazer teatral, devido à habilidade que possuímos de nos observar perante aos nossos sentimentos e ações. Para ele, “teatro – ou teatralidade – é aquela capacidade ou propriedade humana que permite que o sujeito se observe a si mesmo, em ação, em atividade.” (Boal, 2002, p. 27). A finalidade do Teatro do Oprimido é estimular a discussão e a problematização de questões do cotidiano, tendo como objetivo refletir sobre as relações, e instigar o debate, a partir de

---

<sup>11</sup> O terapeuta, conhecido como "diretor", é responsável por auxiliar o protagonista na dramatização.

uma análise minuciosa das ações desenvolvidas. O Teatro do Oprimido também funciona como um mediador entre o espectador e o mundo, a favor da inclusão social.

Portanto, o Teatro do Oprimido é encarado neste trabalho como uma forte estratégia de educação não formal para unidades que aplicam medidas socioeducativas, podendo ser utilizado como ferramenta pedagógica para facilitar a Educação em Direitos Humanos e ainda ser capaz de propor a execução das medidas com uma real proposta de transformação. A metodologia poderá ser moldada de acordo com o perfil dos adolescentes e, a partir de jogos, de oficinas e das demais técnicas utilizadas no Teatro do Oprimido, será possível debater temas relevantes para o grupo de uma maneira que o ponto de vista deles seja colocado em foco diante das temáticas abordadas, facilitando o processo de discussão e, sobretudo, valorizando o diálogo e a reflexão.

Perante as técnicas do arco-íris do desejo, Boal (2009) apresenta como: modos, e podem ser utilizados de maneira variada. Isso facilita na compreensão da cena e construção das cenas. Com a improvisação, outra técnica mais utilizada, enriquecendo e deixando complexo o jogo de imagens.

Independente de sua forma, a catarse (do grego: *kátharsis*) significa purga, purificação e limpeza. Nesse ponto é que se encontra sua grande e única semelhança: o indivíduo ou o grupo se purifica de qualquer elemento perturbador de seu equilíbrio interno. A purga do agente perturbador se constitui no elemento comum a todos os fenômenos catárticos. (Boal, 2009, p.81).

A catarse para Boal (2009) é dividida em quatro partes: aristotélica, clínica, “moreniana” e Teatro do Oprimido. Ele explica que “na catarse aristotélica, o que é eliminado é sempre uma tendência do herói de violar a lei, independentemente de ser humana ou divina” (Boal, 2009, p.81). A catarse clínica, por sua vez, tem o objetivo de excluir os elementos ou os motivos que causaram sofrimentos físicos, psicológicos ou psicossomáticos dos indivíduos. Na catarse “moreniana”, baseado nos estudos de Jacob Levy Moreno, o que é excluído ou reprimido é, de certo modo, um veneno (tudo que ficou na psique). A dramatização surge das perturbações internas daquele indivíduo, que ao expressar tudo que está contido, vai resultar no bem estar. Por fim, a catarse “Teatro do Oprimido” gera um desequilíbrio para que os indivíduos criem consciência crítica para tentar ou solucionar problemas, a partir das situações de opressão.

O teatro é uma forma de arte que permite às pessoas explorarem e expressarem suas emoções de forma segura e criativa. Através da atuação, os indivíduos podem se conectar com personagens e histórias, identificando-se com suas experiências e

emoções. Isso proporciona uma oportunidade única de explorar e processar suas próprias emoções de uma forma não ameaçadora, promovendo a expressão emocional e o autoconhecimento.

O nosso ponto de vista era diferente: queríamos que o ator pudesse anular de saída todas as suas características pessoais e fizesse florescer outras: as da personagem. Este e outros exercícios serviam para anular a chamada “personalidade” do ator (a sua forma e o seu molde) e para permitir que nascesse a “personalidade” da personagem, a sua forma. Mas como chegar a essa forma? Nessa altura respondíamos: Há que sentir primeiro as emoções da personagem e essas emoções encontrarão, no corpo descontraído do ator, a forma adequada e mais eficaz de ser transmitida ao espectador, com vista a despertar nele as emoções iguais. (Boal, 1998, p.40).

Na investigação pelo despertar emocional, Boal (1998), fala sobre a capacidade do ator em saber anular sua personalidade e ativar suas emoções do personagem. Saber diferenciar a realidade do que não é real ajudaria certos pacientes com dificuldade em lidar com a sua situação atual e real, criando nesse paciente a ideia dessa diferenciação entre realidade x personagem x quadro clínico. Fazer entender, na prática com jogos teatrais, que esse processo no desenvolvimento na construção do personagem, se obtém por meio de um corpo descontraído, afastando-o, portanto, dos problemas emocionais que tanto o afetam.

Ao ver-se, percebe o que é, descobre o que não é, e imagina o que pode virar ser. Percebe onde está, descobre onde não está e imagina onde pode ir. Cria-se uma tríade: EU observador, EU em situação, e o Não –EU, isto é, o OUTRO. O ser humano é o único animal capaz de se observar num espelho imaginário (antes deste, talvez tenha utilizado outro espelho dos olhos da mãe ou o da superfície das águas-porém pode agora ver-se na imaginação, sem esses auxílios. (Boal, 1996, p.27).

Boal (1998) destaca a questão da auto-observação como função única ou capacidade original do ser humano. Tal função favorece o indivíduo na análise de suas ações, pensamentos e sentimentos, dando possibilidades de refletir sobre as questões mais profundas e complexas deste processo. Compreende-se assim, de certa forma, a existência de uma visão crítica, advinda do ato de nos conhecer e reconhecer, e com isso notar que há alternativas para mudança interna em cada uma de nós.

O teatro também é uma poderosa ferramenta para desenvolver a empatia e as habilidades sociais. Ao interpretar personagens, os participantes são desafiados a se colocarem no lugar de outra pessoa, compreendendo suas motivações, desejos e medos. Essa prática fortalece a capacidade de empatia, ajudando os indivíduos a entenderem melhor as emoções e perspectivas dos outros.

Do mesmo modo que na empatia o indivíduo inconscientemente encontra prazer nos seus próprios sentimentos projetados sobre o objeto, na abstração, sem o saber, está se contemplando a si mesmo quando se aterroriza com a impressão que o objeto faz sobre ele. (Silveira, 2015, p.21).

Nise apresenta uma proposta sobre as emoções e percepções humanas, na qual conseguimos idealizar de forma inconsciente ou de forma projetadas em situações e objetos. Com efeito, em cada ser é possível encontrar o prazer, que eventualmente leva à transferência de nossos próprios sentimentos sobre algo, também de maneira inconsciente, como uma conexão de emoções.

Casos de identificação durante uma dramatização são chamados de simpatia, do latim *sympathia*, (*sym* – com; *pathos*, sentimento. Então simpatia significa “sentir com”, ou seja, compartilhar o mesmo sentimento. Através da simpatia somos capazes de compreender e isso contribui para a capacidade de se relacionar emocionalmente, de nos relacionarmos uns com os outros. A psiquiatra observa ainda que “empatia e abstração são necessárias para a apreciação do objeto e para a criação estética. Ambas se acham presentes em todo indivíduo, embora desigualmente diferenciadas[...]”. (Silveira, 2015, p.21). A simpatia o indivíduo fica mais passível a trabalhar de forma prazerosa, portanto, na abstração leva-o a introversão, ambos reagem de forma inconsciente.

Quando o indivíduo não sente prazer ou há outra emoção de forma mais intensa, sente-se o medo. Ocorre então uma reação de abstração, que gera um olhar para dentro de si, ou seja, há uma reação interna. Enquanto a empatia se aproxima do objeto, na abstração há um distanciamento. Essas características estão presentes em qualquer ser humano e se manifestam de várias formas. No trabalho com as artes, a emoção eleva um lado observador do participante enquanto a abstração explora formas e conceitos.

### 3.2.1 Jogos na obra *Arco-Íris do Desejo*

Durante seu exílio político (1971-1986), em consequência da ditadura militar, Augusto Boal criou o Teatro do Oprimido. Ele passou por vários países da América Latina e Europa, e criou práticas como o teatro-jornal, o teatro invisível e o teatro-fórum. Sem dúvida, “o exílio e o cerceamento da liberdade de Augusto Boal em seu país certamente também possibilitaram uma propagação maior do Teatro do Oprimido, através da rede de contatos do teatrólogo, especialmente na França.” (Andrade, 2018, p.135). Na França, inclusive, houve maior organização e o projeto se propagou, ficando conhecido pela África e Ásia.

*O arco-íris do desejo* levanta várias questões acerca de opressões. Boal percebeu que as opressões na Europa eram diferentes comparadas às da América Latina, que incluíam problemas de ordem política, econômica e social. Nessa técnica, o Teatro do Oprimido tem a função de fazer a ressignificação de problemas internalizados.

A utilidade dessa técnica reside em ajudar a clarificar esses desejos, vontades, emoções e sensações. Ela permite que o protagonista se veja a si mesmo, não uno como sua imagem física no espelho físico, mas múltiplo; imagem refletida no calidoscópio que são os participantes. As paixões do protagonista se apresentam aqui divididas em todas suas cores invisíveis a espelho nu, como a luz branca do sol que, atravessando a chuva, transforma-se em Arco-Íris. E nele podemos ver todas as cores que a luz branca escamoteia. (Boal, 1996, p.185).

*O Arco-Íris do Desejo* faz uma analogia à refração da luz refletida no caleidoscópio, que gera uma visão mesclada de cores e formas. Descobre-se outras partes variantes e obscuridade. A ideia é demonstrar emoções e sensações e, ao longo dos estudos, Boal compreendeu que o indivíduo internaliza no inconsciente o opressor que encontra no convívio com a sociedade. Logo, o teatro imagem surge como uma técnica que o faz analisar situações de opressões vindo do cenário social. O arco íris tem um significado com referência devido a refração da luz. Quando a luz branca atravessa as gotículas de água da chuva, ocorre a separação da luz em todos os seus sete tons.

Nisso, fica claro que precisamos ter uma sabedoria em lidar com nossas emoções, para não guardarmos certos sentimentos ao ponto de desgaste, resultando na compreensão e conhecimento do “eu” mal interpretado. Com certeza “o corpo é também emotivo e as sensações de prazer ou dor podem nos levar a emoções de amor ou ódio. Ou medo. Ou qualquer outra.” (Boal, 1996, p.46). Nosso corpo está ligado às emoções, isso é natural. Quando alguém querido nos abraça, por exemplo, sentimos uma extensa gratidão, uma sensação de ternura e acolhimento.

Sentimentos internalizados na infância podem surgir em nossa memória de forma recente a partir de uma experiência boa ou ruim na vida adulta. Desse modo, “toda sensação, no ser humano, provoca emoção. E o ser humano é racional. Ele sabe. É capaz de raciocinar, capaz de compreender e também capaz de errar”. (Boal, 1996, p.46). O ser humano por ser racional, não está isento de errar. É uma condição humana, onde precisa ocorrer um equilíbrio nas emoções.

Na obra *Arco-Íris do Desejo*, de Augusto Boal (1996), são abordados os jogos teatrais elaborados para a prática do teatroterapia tais como “A imagem da palavra”, “Imagem e Contra-imagem”, “A imagem caleidoscópica”, “A Imagem projetada”, “A imagem da hora”, “Imagens em rodízio”, “Imagem do grupo” e “Imagem das imagens”.

Para o indicativo de uma possível prática na sala de aula, selecionei para este diálogo os seguintes jogos: a) Imagem das imagens; b) A imagem da palavra e) Imagem do grupo. Irei explicar como relaciono esses jogos com a mediação docente em sala de aula, grupos de teatro e em espaços comunitários.

O primeiro jogo de “imagem das imagens” é uma técnica para iniciar um trabalho em grupo. Nele, trabalhamos problemas individuais e coletivos. Para tanto, formamos grupos de cinco pessoas e cada uma deverá imaginar uma opressão atual. Essa imagem pode ser real ou surreal, mas precisa ser verdadeira no sentimento do protagonista. O protagonista não fala e através da expressão facial e dos gestos, vai ser construindo a imagem do oprimido. A imagem é uma forma de comunicar e passar a proposta. Contudo, “o protagonista deve necessariamente conservar sua própria posição de oprimido dentro da imagem [atribuindo] aos outros participantes as posições que desejar, seja como opressores, seja como aliados” (Boal, 1996, p.87). A partir da construção deste personagem, cada um vai desenvolvendo cada modelo de sua imagem. A imagem que mais se destacar será escolhida. O grupo fará análise após a apresentação individual relacionando ao ator-imagem e, na etapa final, cada participante vai falar sobre suas impressões enquanto personagens na imagem do oprimido.

No segundo jogo “A imagem da palavra”, os participantes escolhem uma palavra, e a partir dessa palavra cria-se uma imagem relacionada a ela, representada de forma corporal, traduzido pela expressão corporal. Assim, “o grupo forma um círculo e todos os seus membros mostram suas imagens simultaneamente; depois reagrupam-se em famílias de imagens que se assemelham. Uma de cada vez, cada família dirá em voz alta palavras inspiradas pela Imagem.” (Boal, 1996, p.97). Por seguinte, as imagens são apresentadas em círculo, e se faz uma análise geral para saber – alguma imagem se relaciona com outra. Para finalizar, o grupo compartilha suas impressões no trabalho das imagens permitindo uma discussão sobre o assunto.

O terceiro jogo, “Imagem do grupo”, é outra ferramenta fundamental no método de Augusto Boal, no Teatro do Oprimido, e tem como objetivo promover a reflexão coletiva e explorar temas sociais por meio de representações corporais. Na prática, todos os jogos são executados de forma espontânea, mas com improvisos. A arte de improvisar, permite abrir um leque de possibilidades de expressão na esfera traumática daquele indivíduo, fornecendo as três ferramentas classificadas por Cecília Boal (2006): o autoconhecimento, a expressão emocional e a transformação social. Ela prossegue

explicando que o improviso instala de imediato o ator no registro da metáfora. “No plano imaginário, o teatro permite aos pacientes-atores a possibilidade de encarnar outros personagens, que eles gostariam de ser, mas não são devido à sua realidade.” (Carvalho; Corral, 2015, p.4). O teatro permite viver o diferente, uma maneira de trabalhar com um personagem desconhecido, podendo viver de outras formas abrindo caminhos de uma nova consciência da visão do mundo, ao redor e o mundo de si.

#### 4 ANÁLISE DO FORMULÁRIO

Como parte integrante deste estudo, foi realizada uma pesquisa com estudantes do curso de licenciatura em teatro. 11 alunos responderam ao formulário<sup>12</sup> *A teatroterapia na prática docente*. Algumas questões foram:

- a) Você conhece a arteterapia?
- b) Você já fez extensão I e II?
- c) Você já teve experiência com jogos teatrais? Se sim, quais foram?
- d) Você acha que é possível desenvolver Teatroterapia na sala de aula e /ou no ensino de teatro?

Essas perguntas tiveram como intuito investigar mais sobre como a arteterapia, em especial a teatroterapia, de fato é conhecida pelos próprios estudantes de teatro. Ao analisar as respostas do formulário observamos que somente três respostas foram mais claras diante das questões.

É importante ressaltar que as pessoas que responderam o formulário nunca tinham ouvido falar sobre o assunto e ficaram curiosas. Por outro lado, a maioria não respondeu de forma dissertativa, foram respostas curtas, indicando certa dificuldade também em serem coesos no questionário. Somente uma respondente, formada pelo curso de Licenciatura em Teatro (UFMA), trabalhou na área, adquirindo experiência na clínica ABA (Clínica de psicopedagogia). Diante da pergunta “Qual sua sugestão para a realização do teatroterapia na sala de aula?” A aluna respondeu: “Preparar a aula pensando na necessidade de cada aluno, de preferência uma aula que inclua todos os alunos de forma humanizada, onde os mesmos podem está aprendendo e ajudando uns aos outros”. A aula com objetivo de trabalhar com a prática de teatroterapia, precisa ser planejada pensando em todos os detalhes, desde a ambientação da sala, até os jogos utilizados para promover a interação e integração entre os alunos, tendo em vista que a

---

<sup>12</sup> O formulário foi criado e compartilhado pela ferramenta Google Forms.

colaboração precisa ser estimulada durante os jogos teatrais, e assim, promover um ambiente de escuta e acolhimento na educação básica.

Geralmente, quando falamos em arteterapia para alguns alunos, o primeiro pensamento remete à palhaçoterapia, que são visitas realizadas em hospitais para pacientes internados, pessoas que precisam de um bem estar emocional naquela situação. Em muitos casos alguns pacientes se sentem tão bem que pode haver uma melhora no tratamento.

Fica claro que ainda há muito estudo para consolidar as teorias do estudo da teatroterapia, de modo a tornar esse conhecimento mais acessível e possível de ser utilizado cada vez mais na sala de aula, saindo dos espaços hospitalares e gerando acessos às escolas ou rede de ensino, se transformando em ferramenta na arte educação.

Arte-educação é uma área de estudos extremamente propícia à fertilização interdisciplinar e o próprio termo que é designo de nota pelo seu binarismo a ordenação de duas áreas num processo que se caracterizou no passado por um acentuado dualismo, quase que uma colagem das teorias da educação ao trabalho com material de origem artística na escola, ou vice e versa, numa alternativa de subordinação.(Barbosa, 2006, p. 12 e 13).

A arte-educação é representada como uma área de estudos ligada à interdisciplinaridade, um campo reprodutivo para a ligação dos saberes em áreas distintas. Por muito tempo a arte educação foi tratada como campo somente para trabalho artístico ou uma combinação com outro campo, sem a real ideia de interdisciplinaridade. Pelo fato da arteterapia ainda soar como somente como algo clínico, talvez novos estudos em teatroterapia venham auxiliar no campo da arte educação com a proposta de ampliar o ensino.

## **5 METODOLOGIA**

O processo da pesquisa se deu pela abordagem qualitativa, a partir de resgates dos estudos fundamentados pelos teóricos de teatro, arte-educação e psicologia. A questão do trabalho em grupo de Moreno (1921), da denúncia de cada paciente através das pinturas apontada por Silveira (2015), a descoberta do inconsciente coletivo por Jung (1875) e a opressão de várias questões trazidas por Boal (1996) fica claro que cada ser humano e cada cultura, país ou lugar tem e sempre vai ter um opressor e que isso pode afetar a saúde mental individual e coletiva.

Ao selecionar os jogos teatrais no processo terapêutico, o trabalho pode se iniciar a partir da pesquisa pela necessidade proposta ao público alvo específico

(pessoas com problemas emocionais), tanto de quem identifica ou ainda não identificou. A atividade irá proporcionar uma melhora no bem estar, no trabalho em grupo, desenvolvendo a socialização e, por consequência, o trabalho da expressão e comunicação.

Na seleção, pode-se ainda trabalhar com jogos nessa construção de lidar com o opressor e aprender sobre o autoconhecimento, o que pode incluir, por exemplo, jogos do Teatro Oprimido, aplicando a prática de uma forma humanizada, a fim de dar conforto no participante, deixando-o à vontade para focar na proposta a ser executada, com base da espontaneidade. Assim, cria-se habilidades de improvisação, em que o indivíduo vai adquirindo a facilidade de lidar com o meio social. O jogo sempre será acompanhado e pode mudar de acordo com a necessidade ou situação de cada um naquele momento, e sempre finalizado com uma roda de conversa, cada participante pode levantar o resultado diante da construção ou reconhecimento do “EU”.

## **6 CONCLUSÃO**

Dentre as diversas formas de expressão artística, o teatro tem se destacado como uma poderosa forma de terapia. Essa relação entre o teatro e a arteterapia, como forma de expressão artística pode e é utilizada como uma ferramenta terapêutica eficaz chamada Teatroterapia. Esse método nos ensina a dominar a mente e a lidar com as emoções, que nos leva ao conhecimento do corpo e a cada expressão que faz parte das nossas vivências. Esse estudo e prática dos jogos teatrais deveria ser tão comum como as demais disciplinas no âmbito escolar, ou como no formato de oficinas, em horários à parte com ganho de certificados – a vantagem da oficina é que permite trabalhar com uma quantidade reduzida de alunos, o que é propício a realização da prática de jogos teatrais.

O objetivo deste trabalho é pensar nas possibilidades de trazer para a sala de aula, mesmo que em forma de oficina, o tema teatroterapia, moldando todo este conteúdo, aplicando os jogos teatrais e a roda de conversa em todo fim de exercício, conciliando a experiência de praticar com a realidade de vivenciar o assunto abordado, onde faz o ser humano instigar dentro do “EU”, tudo que lhe for conveniente para elucidar seus conflitos a tal ponto de causar um despertar emocional, e dessa brecha, surgir a oportunidade de se abrir ou até mesmo de dá primeiro passo ao estouro da “bolha” social que vive ou ocorre uma busca para um tratamento.

As práticas de teatroterapia podem ajudar a combater a ansiedade ou outros transtornos que acabamos desenvolvendo, pela dificuldade em lidar com os problemas à nossa volta. Os teóricos do teatro e da psicologia, como Boal, Silveira, Jung e Moreno trazem, na essência de suas teorias, o mesmo conceito dos estudos sobre o autoconhecimento.

Eles estavam à frente de seu tempo, na luta para trazer a praticidade nos tratamentos, mas principalmente que esse tratamento fosse humanizado, porque somos isso: Humanos. Todo trauma parte das emoções e compreender que somos capazes de sentir é um aspecto que pode ser ampliado com o teatro: os jogos teatrais não raro nos ajudam a nos conhecer e aprendermos a ter um olhar para o “EU”.

Não precisamos de mais pessoas ansiosas ou com descoberta tardia de alguma doença psicossomática que já vem denunciando e ninguém especializado esteja ali para auxiliar. Nós, arte-educadores, podemos desenvolver a percepção sensorial, a imaginação, o senso crítico, envolvendo o aluno no papel de observador, não somente para o mundo externo, mas para seu mundo interior, para ele mesmo.

## REFERÊNCIAS

AZEVEDO, Maria Teresa Madureira. **Teatro-terapia: reflexões sobre a prática teatral com jovens com Asperger (Estudo de caso)**. 2015. Dissertação (Mestrado em Estudos de Teatro) – Faculdade de Letras, Universidade do Porto, Porto, 2015.

BACARIN, Lígia Maria Bueno Pereira; NOMA, Amélia Kimiko. **História do movimento de arte-educação no Brasil**. In: ANPUH – XXIII SIMPÓSIO NACIONAL DE HISTÓRIA, 2005, Londrina. Anais [...]. Maringá: Universidade Estadual de Maringá, 2005.

BARBA, Eugênio. **O teatro laboratório de Jerzy Grotowski**. São Paulo: Editora Perspectiva, 2007.

BERTHOLD, Margot. **História Mundial**. São Paulo: Perspectiva, 2001.

BOAL, Augusto. **Jogos para atores e não-atores**. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1998.

BOAL, C. **Teatro do Oprimido em Eaubonne**. In: **Metaxis: informativo do Centro de Teatro do Oprimido**. Rio de Janeiro: Editora Master Print, 2006.

BONITO, Jorge. **Sociometria: estudo para a UC de Observação e Análise em Contextos de Educação/ Formação da Licenciatura em Ciências da Educação da Universidade de Évora**. Évora: Universidade de Évora, 2018.

BORTOLINI, Oliveira. **Interlocuções entre La multiplicación dramática - Eduardo Pavlovsky - e O arco-íris do desejo - Augusto Boal**. Revista Cena, Porto Alegre, n. 34, p. 185-195, maio/ago. 2021. Disponível em: <http://seer.ufrgs.br/cena>. Acesso em: 17 set. 2024.

CALIL, Gilberto Grassi. **A negação da pandemia: reflexões sobre a estratégia bolsonarista**. Marechal Cândido Rondon: Universidade Estadual do Oeste do Paraná, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0101-6628.236>. Acesso em: 17 set. 2024.

CARBONARI, Marília. **A biomecânica de Meyerhold como recurso artístico-pedagógico de tratamento e criação corporal do ator**. Paraná: UNICENTRO, 2013.

CARVALHO, Jéssica Borges; CORRAL, Moscarelli Corral. **Teatroterapia na saúde mental: drama, criatividade e alegria**. Bagé: Universidade da Região da Campanha (URCAMP), 2015.

CARRANO, Eveline. **Arteterapia em 6 minutos - Tudo Que Você Precisa Saber!** Disponível em: <https://youtu.be/pfm-fd7zVy8?si=RUMp2ydcuZR-fVdS>. Acesso em: 17 set. 2024.

CURY, Augusto. **Ansiedade: como enfrentar o mal do século**. São Paulo: Saraiva, 2014.

DUMOULIÉ, Camille. **Antonin Artaud e o teatro da crueldade**. Nanterre: Université de Paris X-Nanterre, Centre de Recherche en littérature et poétiques comparées, 2001.

DUNKER, Christian; THEBAS, Cláudio. **O palhaço e o psicanalista: como escutar os outros pode transformar vidas**. 2. ed. São Paulo: Planeta, 2021.

- FERREIRA, Ezequiel Martins. **Em defesa da teatroterapia**. Goiás, 2013.  
DOI:10.32749/nucleodoconhecimento.com.br/livros/1877. Acesso em: 17 set. 2024.
- FREIRE, Paulo. **Educação como prática da liberdade**. 23. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1967.
- JUNG, Carl Gustav. **Psicologia do inconsciente**. Petrópolis: Vozes, 2011.
- PEREIRA, João A. Frayze. **Nise da Silveira: imagens do inconsciente entre psicologia, arte e política**. Rio de Janeiro: Alhambra, 1981. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ea/a/DXNtq8VnSpjxsh5YvgYX8qM/>. Acesso em: 07 jul. 2024.
- QUEIROZ, Álvaro. **Sobre o conceito de catarse na poética de Aristóteles**. Revista CESMAC, 2013. Disponível em: <https://revistas.cesmac.edu.br/entrelinhas/article/view/214>. Acesso em: 17 set. 2024.
- RABÊLO, Teresa Desterro; RIBEIRO, Élen Cristina Costa (orgs.). **Os desafios do ensino da arte. In: A Arteterapia como Facilitadora da Cura: a arte será capaz de promover saúde?** São Luís: Edufma, 2010.
- RAMALHO, Cybele Maria Rabelo. **Aproximações entre Jung e Moreno**. São Paulo: Editora Ágora, 2002.
- ROCHA, Maria Helena. **Poética: Aristóteles**. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian, 2008.
- ROJAS, Viviane Ramos. **Teatro terapia: um estudo com jovens vulneráveis**. São Paulo: Universidade de São Paulo, 2019. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica).
- SILVA, Mayara do Nascimento e. **O “Teatro do Oprimido” de Augusto Boal e o processo de ressocialização de jovens em conflito com a lei**. 2015. Dissertação (Mestrado em Ciências Jurídicas) – Universidade Federal da Paraíba.
- SILVEIRA, Nise da. **Imagens do inconsciente**. Petrópolis: Vozes, 2015.
- SOUZA, Ludmilla. **Estudo diz que pandemia fez crescer casos de doenças psicossomáticas**. Agência Brasil, 12 dez. 2020. Disponível em:

<https://agenciabrasil.ebc.com.br/saude/noticia/2020-12/estudo-diz-que-pandemia-fez-crescer-casos-de-doencas-psicossomaticas>. Acesso em: 10 ago. 2024.

SPOLIN, Viola; KOUDELA, Ingrid Dormien. **Jogos teatrais na sala de aula: um manual para o professor**. São Paulo: Perspectiva, 2007.

SPOLIN, Viola. **Improvisação para o teatro**. São Paulo: Perspectiva, 2010.

STANISLAVSKI, Constantin. **A preparação do ator**. São Paulo: Civilização Brasileira, 1994.

VYGOTSKY, Lev Semenovich. **Psicologia da Arte**. São Paulo: Martins & Fontes, 2001.

YOZO, Ronaldo Yudi Kuchiishi. **100 jogos para grupos**. São Paulo: Editora Ágora, 1995.

