

Nº 5

PRIMAVERA - VERÃO 2000  
1.800 ESC.

PESSOA COMO CENTRO  
REVISTA DE ESTUDOS ROGERIANOS

# A TERAPIA CENTRADA NA PESSOA E A ABORDAGEM DO CORPO PELO PSICODRAMA



João Hipólito

**Resumo:** Partindo de um "convite" implícito de Carl Rogers para o investimento na investigação das relações entre Terapia Centrada no Cliente e a ferramenta terapêutica o psicodrama representa, o autor desenvolveu uma prática terapêutica de psicodrama enquadrada no âmbito da teoria e do modelo rogerianos. As suas aplicações à formação são sublinhadas e um exemplo clínico é apresentado

**Palavras-Chave:** Terapia Centrada no Cliente, Psicodrama, Sistema Sócio-antropológico, Grupo, Carl Rogers

**Abstract:** Following an implicit invitation of Carl Rogers to the development of the research on the application of the psychodrama as a therapeutic tool, the author developed a therapeutic practice of the psychodrama within the setting of Roger's philosophy and therapeutic model. The application for the therapeutic training is underlined and an example is presented

**Key Words:** Client Centered Therapy, Psychodrama, Sociological System, Group, Carl Rogers

Carl Rogers, ao descrever possíveis desenvolvimentos para a Terapia Centrada no Cliente, refere-se ao psicodrama como sendo particularmente promissor e escreve: «A terapia através do psicodrama é um campo ainda pouco elaborado. Indicamo-lo aqui porque é uma tentativa estimulante para utilizar os princípios da terapia por caminhos novos»<sup>1</sup>. Este "convite" de Rogers motivou-nos para aprofundar o estudo da aplicabilidade desta técnica terapêutica, criada à partida por Moreno<sup>2</sup>, ao quadro contextual da Terapia Centrada no Cliente.

O nosso primeiro contacto com o psicodrama inscreveu-se no contexto da nossa formação em psiquiatria, pedopsiquiatria e psicoterapia tendo concomitantemente a satisfação de poder trabalhar com terapeutas especialistas do psicodrama de grande prestígio como Paul Lemoine, de tendência Lacaniana, trabalhando em psicodrama com adultos, ou René Diatkine, psicanalista de formação mais ortodoxa e grande especialista da psicanálise infantil.

Se cabe a Moreno a honra de ter sido o primeiro nos tempos modernos a descrever e a praticar o psicodrama, numa visão que se poderia talvez chamar

<sup>1</sup> Rogers, C. (1942). *Counseling and Psychotherapy*. Boston: Houghton Mifflin. Tradução Portuguesa: (1974). *Psicoterapia e Consulta Psicológica*. Lisboa: Moraes. Pp. 438

<sup>2</sup> Moreno, J.L. (1965). *Psychothérapie de groupe et psychodrame*. Paris: PUF.

existencialista, a corrente psicanalítica em breve se apropriou deste instrumento terapêutico enquadrando-o no seu contexto teórico.

O psicodrama acabou por ter uma grande difusão para além das fronteiras destas duas correntes, adaptando-se aos modelos teóricos que o incorporaram e que lhe imprimem particularismos mais ou menos originais.

Assim, de uma forma geral o psicodrama tem sido utilizado com crianças, adolescentes e adultos. A intervenção pode ser feita com um cliente e um grupo de terapeutas, com um cliente ou um grupo de clientes e um ou mais terapeutas, incluindo a especificidade da "imposição" teórica de um casal de terapeutas, acompanhados ou não de observadores participantes ou de co-terapeutas, em ligação com o quadro teórico ao qual se identificam.

O desenvolvimento que fizemos do psicodrama<sup>3</sup> inscreve-se na filosofia da Abordagem Centrada na Pessoa e pensamos ter podido demonstrar pela investigação realizada<sup>4</sup> integrar-se mais especificamente no contexto da Terapia Centrada no Cliente.

O psicodrama aparece neste contexto não só como um elemento terapêutico de grande valor, mas também como um modelo de formação permitindo uma aprendizagem pela experiência pessoal significativa - "*experienting*" (Rogers) aplicável à sensibilização e à formação, com uma flexibilidade de formato que a psicoterapia verbal não permite. Consideramo-lo uma maneira original de abordar a relação dialéctica pessoa-grupo maximizando o potencial terapêutico e os objectivos da formação e da animação.

Este modelo de formação e de sensibilização tem sido aplicado como maneira de equacionar os problemas relacionais e profissionais, sobretudo com profissionais envolvidos em sectores de actividade que tocam a saúde mental, a psicologia e a pedagogia. A nossa experiência leva-nos a valorizar este tipo de intervenção como meio de desenvolvimento pessoal e de formação para técnicos e equipas de trabalho no âmbito da psiquiatria social e do trabalho com grupos.

Os nossos grupos de formação pelo psicodrama são constituídos por um facilitador-formador, pelos participantes e pelos observadores participantes. No caso concreto da formação de psicodramatistas, espera-se dos participantes que possam vir a funcionar como facilitadores, sendo assim, proposto que este espaço da formação seja vivido como forma de desen-

volvimento pessoal e de interiorização dos valores propostos por este modo de facilitar. A aquisição da experiência para facilitar um grupo poderá vir a ser feita através da participação na facilitação, na análise e na supervisão de outros grupos posteriores. Os observadores participantes devem ter formação ou experiência como terapeutas ou como interventores nas áreas sócio-comunitária ou pedagógica; a sua tarefa específica consiste numa participação, após cada sessão, no trabalho de análise e de elaboração com o facilitador-formador. Para além de, em função das regras propostas, se absterem de propor temas para a realização do jogo dramático, o seu papel e a sua actividade no grupo não se distinguem em nada da dos outros membros.

A dimensão destes grupos pode ser de número elevado, desde que proporcional, de participantes e de observadores participantes, o que os torna valiosos como instrumento de intervenção e de formação.

Como instrumento de intervenção podem ser utilizados em psiquiatria social (animação de serviços hospitalares, de comunidades terapêuticas, de comunidades de saúde mental), em psicoterapia de grupo e em animação pedagógica. Como instrumento de formação em psicodrama a metodologia aplicada tem sido a de passar pelo papel de observador-participante e posteriormente a de co-facilitador. Assim, participar numa representação em curso segundo a sua compreensão empática — a qual, no final, será confrontada com a vivência dos outros actores —, facilitar uma sessão e ter a possibilidade de participar na análise da sessão são oportunidades de aprendizagens significativas no domínio da intervenção centrada no cliente. A constituição de equipas experienciais de facilitação e observação participante podem ajudar a desenvolver uma melhor comunicação no seio da equipa, assim como, a afinação do estilo pessoal de intervenção.

Os grupos podem ter uma duração prevista à partida, organizando-se segundo a vertente aberta ou fechada, consoante a disponibilidade para acolherem ou não novos membros uma vez o "percurso" do grupo iniciado, ou sem duração prevista. Neste caso e, regra geral, caracterizam-se como grupos abertos, ainda que, menos frequentemente, possam existir grupos fechados que sem terem uma duração pré-determinada, encontraram eles próprios pela elaboração dessa variável, o momento oportuno para findarem.

Em cerca de trinta anos de experiência de grupos de psicodrama temos trabalhado com grupos fechados que se reúnem por duas ou três sessões, geralmente grupos de sensibilização a esta metodologia, até grupos de clientes em prática ambulatoria, que funcionam durante mais de uma dezena de anos, sendo a média de "passagem" de dois anos para cada cliente.

A facilitação e a compreensão-reflexão das sessões são feitas segundo uma abordagem centrada no grupo, na perspectiva de Carl Rogers e, segundo o conceito de sistema sócio-antropológico desenvolvido por Carlos Caldeira<sup>5</sup>. Abordagem centrada no grupo significa que a congruência (coerência consigo mesmo no aqui e agora da intervenção e integração da experiência no momento em que é vivida e possibilidade de a comunicar se necessário), o olhar incondicional positivo (abstenção de ajuizar valorativamente sobre a experiência do cliente) e a compreensão empática (capacidade de apreender o universo do cliente tal como ele o apreende e de transmitir essa compreensão ao cliente), são as atitudes básicas do facilitador e estão na base da criação do clima de confiança e segurança que permite a actualização das potencialidades do grupo e dos seus membros - possibilidade de ser autêntico, de integrar todos os elementos da experiência, de ser centro de auto-avaliação e auto-direcção e de mudar construtivamente. Abordagem centrada no grupo quer também dizer que, neste caso em que o cliente é o grupo, ela é centrada no grupo mas sem nunca esquecer que este, embora tendo uma dimensão que não é um simples somatório de partes, é constituído por pessoas. Esta é a solução da aparente contradição entre a centragem na pessoa e no "grupo-cliente". Ter em consideração o sistema sócio-antropológico significa que a intervenção centrada não só não perde de vista a relação facilitador-cliente, mas utiliza-a para a construção, num segundo tempo, do constructo que é o sistema sócio-antropológico do cliente.

O sistema sócio-antropológico é um mapa ou dado modelo que se admite não se conhecer nem intervir directamente numa realidade total. A discrepância entre o modo como o cliente se vive e a visão que o facilitador constrói dele é um analisador importante do sistema sócio-antropológico. Neste sistema, distinguem-se várias dimensões, irreduzíveis mas em in-

teracção, nas quais o cliente existe e se relaciona com outros sistemas sócio-antropológicos (por exemplo, neste caso, cada participante, o/os observadores-participantes, o facilitador, as organizações científicas e profissionais a que pertencem e os sistemas institucionais societários que estas integram, etc.) A diacronia e a sincronia são igualmente valorizadas nesta perspectiva de compreensão.

A técnica do psicodrama por nós desenvolvida e que descreveremos mais em detalhe posteriormente (representação de temas significativos propostas por um participante, discutidos e aceites pelo grupo, com definição dos personagens, distribuição dos papéis, partilha e elaboração das vivências) enraíza-se em Moreno, sendo enriquecida pelos desenvolvimentos posteriores de outras escolas (Diatkine<sup>6</sup>, Anzieu<sup>7</sup>, Lemoine<sup>8</sup>) e, actualiza-se plenamente no âmbito da perspectiva Rogeriana. As técnicas utilizadas visam desenvolver uma relação permissiva, não-directiva (mas não demissionária ou laxista) e livre na compreensão de si e numa aceitação da realidade emocional da relação.

O trabalho psicodramático na nossa perspectiva apresenta dois momentos distintos e opostos: por um lado, o momento da desordem do que cada um quer representar ou ver representado e, por outro, o reordenamento de todas esses elementos na procura da unidade e do conhecimento humano na sua totalidade, que tem em consideração e integra o objectivo e o subjectivo. Podemos dizer que o conhecimento se baseia na experiência subjectiva. A pessoa existe através da experiência que lhe permite adquirir o conhecimento e como tal assumir-se. O que percebo ou imagino estrutura um novo horizonte no qual se inscreve o passado, o presente e o futuro, mas num "aqui e agora" potencializador de uma nova estruturação da minha experiência e portador de um alargamento e libertação do meu campo de percepção e experiência.

Para além dos aspectos teóricos já referidos, a nossa abordagem caracteriza-se também pelos seus aspectos técnicos, alguns dos quais originais ou modulados pelo modelo teórico subjacente à nossa prática.

O grupo funciona na base de um conjunto de regras que explicitam o quadro terapêutico e garantem o maior espaço possível para a criação de um clima de confiança e segurança psicológica indispensáveis,

<sup>3</sup>Hipólito, J. e All. (1988). Expérience de deux groupes de psychodrame - Perspective anthropanalytique -, *Psiquiatria Clínica*. 9 (1). pp. 45-47.

<sup>4</sup>Hipólito, J. (1991), *Psychodrama and person-centered approach*, in: 2nd ICCCEP, Book of Abstracts, Stirling 1991

<sup>5</sup> Caldeira, C. (1979). *Análise sócio-psiquiátrica de uma comunidade terapêutica. Aplicação do modelo antropológico em psiquiatria social*. Lisboa: Dissertação de doutoramento em medicina

<sup>6</sup> Anzieu, D. (1979). *Le psychodrame analytique chez l'enfant et l'adolescent*. Paris : PUF.

<sup>7</sup> Lebovici, S., Diatkine, R., Kestenberg, E. (1958). *Bilan de dix ans de thérapeutique par le psychodrame chez l'enfant et l'adolescent*. *Psychiatrie de l'enfant*, 1, 63-179.

<sup>8</sup> Lemoine, G. et P. (1972) -*Le psychodrame*. Paris : R.Laffont.

para o que o processo de desenvolvimento do grupo se possa actualizar. O facilitador no início do “percurso” assinala essas regras ao grupo. Estas, não são o resultado de uma reflexão teórica ou manifestação da assimetria de autoridade no grupo, entre o facilitador e os demais membros do grupo, mas a constatação empírica do quadro mínimo indispensável e que a experiência tem confirmado ao longo dos anos. Estas regras facilitam a segurança psicológica e o processo comunicacional pela presença de cada participante em todas as sessões, pela explicitação ao grupo da ausência ou da saída definitiva, pelo sigilo do que é dito no grupo mantido por todos, pela restituição ao grupo do que é dito fora dele, e que lhe diga respeito, pela elaboração das estruturas de funcionamento para além do quadro base e pela deliberação por consenso. O facilitador explicita também para além dos aspectos práticos, nomeadamente de horários, local de trabalho e outros pertinentes, a característica aberta ou fechada do grupo e o quadro temporal do grupo, isto é, com o seu fim anunciado ou a metodologia a utilizar para o determinar.

Como referimos, a facilitação centra-se no cliente, quer este seja o grupo (o mais frequente), quer seja um par ou uma pessoa. As características desta facilitação, sobretudo no que diz respeito aos grupos, foram analisadas e descritas com grande cuidado por Rogers<sup>9</sup>. Elas esteiam todas as intervenções do facilitador e dos observadores participantes, quer se exprimam verbalmente, como nas dobragens, ou através da acção como, por exemplo, a introdução de um novo personagem não previsto inicialmente.

A proposta de uma situação a trabalhar é feita por um dos participantes, abstendo-se os terapeutas (facilitador e observadores participantes) de apresentar quaisquer proposta ou sugestões de proposta. Várias propostas podem aparecer, e mais do que uma “maioria”, o grupo procura elaborar um consenso para a escolha da situação a trabalhar.

Todos os participante estão empenhados, ainda que de maneira diferente segundo o seu “estatuto”: o participante cuja proposta é trabalhada, os participantes a quem é atribuído um papel na representação (incluindo os observadores participantes), os outros membros do grupo, que se podem designar como participantes espectadores a quem não foi atribuído um papel, mas que tem sempre a possibilidade de intervir durante o jogo. Esta intervenção terá como objectivo comunicar a sua compreensão do que está a ser vivido ou sentido, seja dobrando um dos protagonistas,

seja intervindo como um novo personagem. Por seu lado, o facilitador está empenhado profundamente como pessoa e não mero “espectador-analista” do acontecimento.

Um outro dos aspectos importantes do trabalho é a reflexão e elaboração de cada um e do grupo sobre a representação e o vivido.

No final de cada sessão, o facilitador faz uma reformulação de síntese que, para além do “*fil rouge*” da sessão, a enquadra na diacronia do tratamento, evitando a parcialização ou manipulação.

Após cada sessão a equipa, facilitador e observadores participantes, realiza uma reflexão tentando encontrar uma compreensão sobre a sessão, trabalho, este, de supervisão e/ou intervenção que consideramos indispensável.

A proposta de situação a representar, o processo de clarificação e de reflexão do proponente e do grupo, assim como a decisão e escolha da situação são facilitados pelo terapeuta-facilitador numa perspectiva centrada no cliente e numa relação dialéctica entre as dimensões relacionais grupais, interpessoais e pessoais, que “saturam” a situação de funcionamento de grupo.

Cada pessoa está “em relação” com ela mesma mas, ao mesmo tempo, com os outros membros do grupo e com este enquanto sistema. Para além do quadro restrito do grupo, ela está ainda marcada pela relação com outras pessoas, outros grupos, organizações e instituições. Esta situação geradora de tensão entre as diversas dimensões e relações em presença vai evoluir na dialéctica do eu-tu-nós transformando uma proposta/“sonho” pessoal, numa proposta/“sonho”, simultaneamente, pessoal e grupal, à qual cada membro do grupo aderiu ou não, abrindo neste caso o caminho à procura de uma nova proposta que, muitas vezes, em relação dialéctica com a “rejeitada”, conduz a uma nova situação de síntese abrangente.

O proponente empenha-se inevitavelmente não pela sua proposta, mas também pela sua presença inalienável na representação, qualquer que seja o papel que se atribuiu a si mesmo. Em contrapartida os outros membros do grupo têm a liberdade de recusar ou aceitar os papéis que lhes são propostos.

A representação é começada e terminada pelo facilitador, sendo que o pôr termo à representação pode ser considerado como uma reformulação pela acção, isto é, um restituir da compreensão da vivência (ruptura das fronteiras do espaço do imaginário ou do espaço psicodramático, passagem do registo do ima-

ginário ao real, “esgotamento” do tema, etc.). Um outro aspecto importante da reformulação durante a representação é a dobragem, pois é forma de participação activa. O participante que “dobra” um “actor”, expressa aquilo que ele pensa que o “actor” está a vivenciar mas que não aparece no discurso, um pouco como os “apartados” no teatro, ou então a vivência da significação pessoal do que está a viver o “pressiona” a intervir.

A introdução na representação de um personagem não previsto pode ser considerada também como uma outra forma de reformulação pela acção e é, sem dúvida, uma das intervenções privilegiadas dos observadores participantes, que podem assim assumir e, de certa maneira, ultrapassar a posição aparentemente contraditória de participante e co-facilitador, reformulando a vivência da representação pela “*mise-en-scène*” de um novo personagem.

Após a elaboração e decisão de escolha de uma proposta, o grupo participa na representação, utilizando as possibilidades que lhe são oferecidas e que lhe permitem modular o “risco” e/ou a “exposição” que está pronto a assumir.

Uma vez a representação terminada, entra-se mais especificamente num processo de reflexão que retoma o registo verbal da comunicação ao nível do real e não mais do imaginário, e retomando também o complexo sistema de relações ao qual nos referimos precedentemente. As emoções, expectativas e compreensão são então expressas e elaboradas ao mesmo tempo que a emergência do “espanto” desencadeado em cada um através da representação. A facilitação centrada no cliente permite a clarificação de um discurso, que à partida parecia nebuloso, através da representação, o qual, mesmo se aparentemente parece afastado do discurso verbal, privilegiando o discurso do corpo, o integra plenamente, estando simultaneamente imbricado o digital e o analógico.

A sessão gravada em vídeo permite a confrontação com uma imagem “objectiva” da representação e a sua elaboração pelo grupo no fim da sessão, e representa uma ferramenta particularmente útil para a apreensão e elaboração das discrepâncias entre o “objectivo” e o “subjectivo”. As gravações ficam à disposição dos participantes. O trabalho de reflexão-compreensão, após cada sessão, pode também ser gravado por razões pedagógicas e de investigação e, nesse caso, fica ao dispor também dos que nele participam: o facilitador/formador e os observadores participantes.

Através da reformulação de síntese final, o facilitador comunica ao grupo a sua compreensão empática do processo da sessão e suas relações com o processo do grupo. Ele assinala a dimensão grupal através

do que vivenciou como mais significativo. Esta reformulação de síntese, tal como noutras situações de facilitação de grupo, situa-se no outro pólo da relação pessoa-grupo, reconhecendo a realidade desta dimensão e a sua irreductibilidade ao simples somatório dos sistemas complexos de relação, na charneira dos quais se encontra cada membro. Ela íntegra a sessão na diacronia do grupo, síntese-convergência de um olhar sobre os aspectos sincrónicos e diacrónicos do processo de desenvolvimento do grupo.

A reflexão e compreensão de cada sessão faz-se através da construção de modelos de compreensão de cada membro e do grupo, no momento actual e nas suas diacronias, tentando tomar em consideração, na medida do possível, as dimensões relacionais do pessoal, inter-pessoal, grupal, organizacional, institucional-societário e transcendente, privilegiando em cada momento a dimensão ou as dimensões vivenciadas como mais significativas.

Neste contexto, os conhecimentos que parecem pertinentes e disponíveis, vindos de outras disciplinas, tais como a biologia, a etologia, a psicologia, a antropologia, a sociologia, a economia, etc., assim como a vivência das relações interpessoais e grupais são tomadas em consideração na construção de um modelo de compreensão que, não sendo o “real”, dele se aproxime o mais possível, salvaguardando sempre, o espaço de liberdade máximo para “ser” e compreender.

Após a sessão, e num tempo posterior de reflexão e elaboração, o facilitador-formador e os observadores-participantes partilham as suas vivências, a compreensão do processo de desenvolvimento do grupo, o olhar crítico sobre as intervenções durante a sessão, com o objectivo de uma “afinação” das técnicas de intervenção que, num processo de auto-equilíbrio, tende a aumentar a sua disponibilidade no decorrer da facilitação do grupo e constitui, ao mesmo tempo, uma importante oportunidade de formação para os observadores-participantes, aumentando ainda a coesão da equipa e a eficácia terapêutica.

Neste trabalho, o grupo funciona como revelador das diferentes dimensões do sistema sócio-antropológico. São objecto de atenção as dimensões diacrónica e sincrónica do processo do grupo - na sua especificidade (liderança, comunicação verbal e não verbal, etc.) - na relação dialéctica com os processos e as vivências de cada participante, diacrónica e sincronicamente consideradas - e na relação dialéctica com as pessoas, grupos, organizações e instituições que fazem parte do universo significativo do grupo. São também consideradas atentamente as atitudes e técnica de intervenção dos membros da equipa (facilitador e observadores-participantes)

<sup>9</sup> Rogers, C. (1970). *Grupos de Encontro*. Lisboa: Moraes Editores, 1986.

e relacionadas com as suas vivências e com a vivência do grupo, sendo motivo de reflexão nos planos pessoal, técnico e teórico com o objectivo de aumentar progressivamente a competência da intervenção.

O psicodrama diferencia-se do grupo de terapia verbal por alguns aspectos do processo terapêutico que nos parecem importantes. No grupo de terapia verbal, o discurso "digital" é privilegiado, na medida em que os participantes são convidados a expressarem-se livremente centrando-se a elaboração do grupo nesse discurso, a partir do qual são elaboradas as vivências passadas e actuais, as emoções e os sentimentos expressos essencialmente pela palavra. No psicodrama, a comunicação passa, para além da palavra, também pelo "acto", pela linguagem do corpo, numa integração dos aspectos analógicos e digitais da comunicação que lhe é própria. No grupo terapêutico que se limite às trocas verbais, a ajuda, a participação, a mudança passam pela comunicação verbal, enquanto que no psicodrama há um alargamento do campo experiencial, a uma vivência emocional das situações significativas, numa reconstrução em que a "memória" do corpo completa o mecanismo habitual da actualização das vivências passadas.

Ao criar e recriar realidades, e tornando operacionais, pela representação, os fantasmas, ideias e desejos, permite-se experienciar sentimentos e emoções que, num segundo tempo, podem ser elaborados numa reflexão e partilha que passa também pela comunicação verbal no grupo.

Parece-nos, assim, que a integração da "palavra" e do "acto" no psicodrama constrói um instrumento mais poderoso de mudança, pois que se, no grupo de terapia verbal o desejo é expresso, no psicodrama ele não só é verbalizado como actualizado de maneira experiencial.

Para Moreno, o objectivo do psicodrama é o de permitir a reaprendizagem da espontaneidade, perdida pela socialização, tendo o terapeuta um papel activo no desencadear de momentos de actualização emocional, que nem sempre os clientes estão em posição de poder assumir.

Parece-nos que a manipulação do grupo para obter momentos intensos de emoção, não só comporta riscos para o cliente, mas também, como diz Rogers<sup>10</sup>, é um elemento que prejudica o processo de desenvolvimento do grupo.

Para o psicodrama psicanalítico, tal como para a psicanálise no seu contexto mais amplo, as noções de inconsciente e de tomada de consciência aparecem como nodais. A dramatização aparece, assim, como

um instrumento privilegiado na expressão e representação dos desejos inconscientes do cliente. O terapeuta assume-se como esteio dos movimentos transferenciais dos actores, analisando os mecanismos de defesa e as resistências pela interpretação.

Se o psicodrama moreniano se centra na espontaneidade, procurando desencadear emoções intensas na procura da espontaneidade perdida, e a psicanálise se interessa preferencialmente pelo inconsciente utilizando as técnicas que são específicas a este modelo, o psicodrama numa perspectiva centrada no cliente centra-se na actualização das potencialidades do grupo e dos seus membros, situando-se o terapeuta como facilitador e não taumaturgo ou demiurgo, através de uma atitude congruente de aceitação incondicional e de compreensão empática.

Para terminar gostaríamos de ilustrar a nossa prática do psicodrama com um exemplo clínico tirado de um grupo de psicodrama que teve a duração de dois anos. Este grupo tinha uma finalidade mista de desenvolvimento pessoal e de formação de futuros psicoterapeutas. Trata-se de uma descrição resumida de uma sessão de duas horas. A escolha desta sessão foi feita de maneira aleatória e embora não sendo o relato integral da sessão respeita a sequência e globalidade dos acontecimentos, tentando exemplificar alguns aspectos que nos parecem importantes.

A sessão começa com algumas informações dadas pelo facilitador sobre a ausência de alguns participantes e observadores-participantes. Após um breve silêncio de cerca de um minuto, um dos participantes (S1) diz que, embora não tenha nada preparado, gostaria de ver trabalhada a ideia de uma pessoa que perante duas ou mais alternativas se abstém de tomar uma decisão por não querer estar mal com ninguém.

O facilitador (F), clarifica: Uma pessoa que perante várias opções não toma nenhuma para não se comprometer. Não poderias pôr a ideia de maneira mais concreta?

S1 mostra uma certa dificuldade em o fazer e o grupo (G), querendo ajudar S1 a concretizar a sua ideia, propõe: - Três pessoas preparam um *pic-nic*, duas delas têm ideias definidas, uma não tem, serve-te? S1 responde: - Não sei... o facilitador (F) informa-se sobre se o *pic-nic* é uma sugestão para ajudar a concretizar a ideia de S1 ou uma nova proposta. O grupo diz que é apenas uma sugestão e não uma nova proposta.

S1 continua com dificuldade em concretizar e definir

o que quer perceber e ver representar e há uma proposta do grupo para que se faça a representação.

O facilitador (F) faz uma síntese de toda a discussão: Temos uma hipótese de trabalho de uma situação em que uma pessoa conversa com outras duas e cada uma delas lhe faz uma proposta diferente, uma para ir à praia, outra para ir ao campo. A primeira guarda para si própria a sua vontade de ir ao campo e acaba por ficar numa posição entre um e outro numa tentativa de salvaguardar um possível conflito entre os outros dois; faz-te sentido este enunciado?

S1 responde que sim e o facilitador (F) pergunta ao grupo se há outras propostas ou opiniões diferentes.

S1 diz que aceita a proposta, o facilitador (F) pergunta qual é a opinião dos outros e o grupo (G) manifesta consensualmente o seu acordo sobre a proposta de S1.

O facilitador (F) pergunta a S1 se gostaria de dar mais informações sobre o local e as características dos personagens a serem representados.

S1 explicita que são três amigos, dois dos quais trabalham juntos e um terceiro com quem há menos intimidade. O facilitador pergunta a S1 em que sítio é que as pessoas se encontram.

S1 - Em casa de um deles, do que quer ir para o campo.

F - Já lá estão?

S1 - Sim.

F - A que propósito?

S1 - Para combinar o passeio.

O facilitador (F) propõe a S1 que distribua os papéis pelas pessoas que gostaria de ver presentes na situação e que, evidentemente, estejam de acordo de os "encarnar".

S1 propõe a S6 representar o papel da pessoa que não se quer comprometer mas quer ir para o campo e a S5 o papel da pessoa que quer ir para a praia. Ambos aceitam e a dramatização pode então começar.

A dramatização vai durar aproximadamente 20 minutos. Não a transcrevemos nem resumimos, apenas refe-

rimos o número elevado de dobragens por parte dos participantes. (Nós chamamos dobragem à técnica consistindo em colocar-se atrás de um dos personagens em representação e explicitar o que pensa ser o pensamento do "actor" funcionando como "Eu-auxiliar" de um dos "actores").

O facilitador, depois de dar por finda a dramatização, convida os "actores" para partilhar as suas vivências da representação.

Os actores falam das dificuldades sentidas em representar os seus papéis tal qual tinham sido previamente estabelecidos.

Explicam e analisam os sentimentos surgidos durante a representação e a forma como nela foi vivida a interacção.

S1 diz que se sentiu contrariada e os outros 2 "actores" falam também da sua contrariedade.

O facilitador (F) pergunta como foi vivida a proliferação das dobragens.

S1 - Quando S5 chegou ao pé de mim não sei o que é que ele queria, ouvi as palavras e repeti-as sem as tentar perceber.

F - Houve uma grande necessidade do exterior, de dobrar, havia uma série de pensamentos na cabeça que não passavam e cada vez a um maior ritmo.

S7 - Eu estava a sentir que eles faziam panelinha contra mim: (S1 e S6); com o que S5 disse (Eu - auxiliar) isso tornou-se mais claro para mim.

O grupo reflecte sobre o que se passou dialogando com os "actores", fala dos sentimentos que teve perante a dramatização. Concluem que os papéis não foram desempenhados de acordo com o que estava estabelecido. Houve inversão de papéis. Houve contradição entre o proposto e o resultado final; elabora-se o sentido do desfasamento.

O facilitador propõe que se veja a gravação em vídeo (da dramatização), finda a qual levanta algumas questões técnicas relativas à forma como decorreram as dobragens, sublinhando a dificuldade destas serem compreendidas quando não são pronunciadas alta e pausadamente.

<sup>10</sup> Rogers, C. (1970). *Grupos de Encontro*. Lisboa: Moraes Editores, 1986..

Os "actores" e o grupo voltam a reflectir sobre os desfasamentos que a gravação põe em evidência.

Para terminar a sessão, o facilitador faz uma reformulação de síntese:

- Tenho o sentimento, o qual não sei se é também o vosso, de que nenhum dos três ficou contente. O problema inicial da pessoa que queria ficar bem com todos, não foi resolvido, mas, sim, remetido para mais tarde. Houve três palavras chave: vencer/convencer/condescender; o meu sentimento é o de que a vivência de estar convencido é certamente diferente de estar vencido; na realidade, não houve nem vencidos nem convencidos mas sim uma coisa que parecia às pessoas inaceitável que é a condescendência. Assim, o que não era aceitável não podia ser vivido.

Os sentimentos de condescendência foram mais difíceis de ser assumidos do que os de ser vencido, sem falar de ser convencido.

Muitas vezes, para tentar resolver os nossos problemas fazemos apelo, consciente ou inconscientemente, a manobras de sedução e manipulação que depois nos fazem medo pelo sentimento de onnipotência que nos dão. Sentimentos de onnipotência de que nos queremos desvencilhar e quanto mais o tentamos mais nos envencilhamos.

Na realidade, chegámos a uma situação que era insatisfatória para todos. A forma de querer satisfazer os outros, nem ficamos nós próprios satisfeitos, nem os outros. A questão que se me pôs foi se isso não começou logo de entrada, na forma como decorreu a escolha do tema. (Quando andamos todos "achas que isto serve? e "achas que assim também te serve?). A representação e o seu resultado foram uma espécie de cristalização do que se tinha passado na fase inicial em que provavelmente tinhas ficado insatisfeita (S1) com a forma como recebeste o "apoio" do resto do grupo para a tua proposta, dado mais por condescendência do que por convencimento.

Pensamos ter assim, sem trair o pensamento ou a filosofia de Carl Rogers e seguindo o seu espírito de abertura à investigação e aos novos caminhos, - ele que dizia que "os factos são sempre nossos amigos", dado a nossa contribuição para a integração no modelo da Terapia Centrada no Cliente de uma "ferramenta" terapêutica de valor inegável. A sua utilização na nossa experiência clínica quer em terapia, quer no que habitualmente chamamos de "psicodrama profi-

ssional" tem-se mostrado de uma riqueza e de uma grande utilidade. Este último, tem sido utilizado no âmbito da pedagogia, trabalhando na relação professores-alunos, no da saúde e no da gestão.

Pensamos ainda ter podido demonstrado com a nossa investigação já acima referida<sup>11</sup> que o nosso desenvolvimento do psicodrama se inscreve numa perspectiva que poderíamos chamar "ortodoxa" da Terapia Centrada no Cliente, que segundo Barbara Brodley<sup>12</sup> assenta no postulado da Tendência Actualizante, nas "seis condições necessárias e suficientes para que haja mudança terapêutica" e na orientação Não Directiva.

<sup>11</sup> Hipólito, J. (1991), Psychodrama and person-centered approach, in: 2nd ICCCEP, Book of Abstracts, Stirling 1991

<sup>12</sup> Brodley, B. (1994), Some Observations of Carl Rogers' behaviour. In Person Centered Journal, Vol. 1 (2): 37:47

### I Jornadas de Abordagem Centrada na Pessoa

Irão realizar-se nos dias 17 e 18 de Novembro de 2000 as **I Jornadas de Abordagem Centrada na Pessoa**, uma iniciativa da Associação Portuguesa de Psicoterapia Centrada na Pessoa em colaboração com o Centro de Consulta Psicológica da Universidade Independente - Unl.

#### Informações:

Associação Portuguesa de Psicoterapia Centrada na Pessoa e Counselling  
Av. Estados Unidos da América, 137-7º Dto. 1700-173 LISBOA  
Tel: 217939381 Fax: 217819234 e-mail: [gatf@esoterica.pt](mailto:gatf@esoterica.pt)

Universidade Independente - Unl  
Av. Marechal Gomes da Costa, Lote 9 • 1800-255 LISBOA  
Tel: 21 859 2061 • Fax: 21 859 2311  
e-mail: [uni@uni.pt](mailto:uni@uni.pt) • <http://www.uni.pt>

### CURSO DE FORMAÇÃO EM COUNSELLING Segundo o Modelo da Abordagem Centrada na Pessoa

A APPCPC (Associação Portuguesa de Psicoterapia Centrada na Pessoa e Counselling) vai promover uma formação em Counselling, com início em Outubro/2000, e com a duração de três anos.

A formação decorrerá em horário pós-laboral, e será constituída por componentes teórica, prática e experiencial. Destina-se a profissionais que utilizem na sua prática a relação de ajuda, nomeadamente nas áreas da Psicologia, Medicina, Pedagogia, Serviço Social e Teologia, ou em que esta constitui um elemento importante do seu desempenho profissional.

A habilitação necessária para integrar esta formação é o Bacharelato em Ciências Humanas. Este curso habilita a candidatura ao título de Counsellor da Associação Europeia de Counselling e Psicoterapia Centrada na Pessoa.

Simultaneamente terá início uma formação para técnicos de Relação de Ajuda, cuja habilitação literária de base é o 12º ano ou equivalência.

Workshop - Janeiro 2001

**Relações Interpessoais e Dinâmica de Grupos.**

**Objectivos:** Proporcionar uma experiência pessoal de vivência em grupo durante três dias de forma a que as pessoas consigam criar condições de comunicação que lhes permita:

- ⇒ Passar de uma fase inicial em que a percepção é a de um colectivo de pessoas para o sentimento de pertença a um grupo.
- ⇒ Vivenciar o desafio de entrar em comunicação com o outro quer num contexto inter-pessoal quer grupal.
- ⇒ Descobrir estratégias que o ajudem a gerir a sua forma de se afirmar como pessoa, afirmando os seus pontos de vista sem se sentir intimidado ou rejeitado pelo grupo, mas aceite e respeitado na sua particularidade.
- ⇒ Aprender a lidar com as diferenças dos outros quer ao nível das opiniões quer dos valores.
- ⇒ Ultrapassar o receio de dizer o que pensa quer quando está em pequeno ou grande grupo.
- ⇒ Compreender melhor a estrutura dos grupos e como pode influenciá-los.
- ⇒ Aumentar o seu auto-conceito através de uma certa descoberta de si que esta experiência lhe proporciona.
- ⇒ Quebrar a rotina do quotidiano permitindo-se ter um espaço e tempo de encontro consigo próprio num contexto interactivo de grupo.

**Metodologia:** Estruturação mínima do tempo proposto pela equipa organizando-se espaços temporais que integram todas as pessoas que fazem parte do WORKSHOP. São designados como espaços de "Grande Grupo" e de "Reuniões Comunitárias". Em tempos diferentes as pessoas dividem-se e integram espaços de pequenos grupos. Em cada grupo existe uma equipa de facilitação cujos objectivos são os de ajudar a criar condições de comunicação para que cada elemento do grupo vá encontrando um maior espaço de liberdade pessoal. Os facilitadores não propõem temáticas para serem discutidas nos grupos mas oferecem condições atitudinais que permitem às pessoas interagir e comunicar segundo os interesses que vão surgindo em cada momento respeitando o ritmo e timing evolutivo do grupo.

**População a quem se destina:**

- Todas as pessoas que tenham vontade de fazer uma experiência de grupo
- Pessoas confrontadas profissionalmente com a problemática de relação de ajuda e liderança. (Psicólogos e alunos de psicologia, professores, técnicos de serviço social, médicos, enfermeiros, trabalho pastoral, etc.)

**Informações:**

Associação Portuguesa de Psicoterapia Centrada na Pessoa e Counselling  
 Av. Estados Unidos da América, 137-7º Dto. 1700-173 LISBOA  
 Telf: 217939381 Fax: 217819234 e-mail: gattf@esoterica.pt

Acontecimentos Internacionais Futuros

**II Encontro Regional Sudeste da Abordagem Centrada na Pessoa**

São Paulo – Brasil  
 14 a 18 Junho 2000  
 Preparar a Abordagem do Futuro !

**5th International Conference on Client-Centered and Experiential Psychotherapy**

Chicago – EUA  
 24 a 29 Junho 2000  
 5ª Conferência Internacional de Psicoterapia Centrada no Cliente e Experiential

**9-Day Encounter de La Jolla**

Califórnia – EUA  
 29 Julho a 6 Agosto 2000

**ADPCA 2000**

Califórnia – EUA  
 9 a 13 Agosto 2000

15th Annual Meeting of the Association for the Development of the Person-Centered Approach

**XXX Congress of the European Association for Behavioural & Cognitive Therapies**

Granada – Espanha  
 26 a 28 Setembro 2000  
 30º Congresso da Associação Europeia de Terapias Comportamentais e Cognitivas

**10º Encuentro Latinoamericano**

La Falda – Argentina  
 7 a 14 Outubro 2000  
 10º Encontro Latinoamericano

Patrocínio da revista:

Editora Encontro  
 Colecção Psicologia e Existência



MINISTÉRIO DA CIÊNCIA E DA TECNOLOGIA  
**FUNDAÇÃO PARA A CIÊNCIA E A TECNOLOGIA**

EDITORIAL ° EDINETE HINDE  
CONHECER JOÃO HIPÓLITO ° EDINETE  
HINDE ° APRENDIZAGEM CENTRADA  
NA PESSOA ° FERNANDA DE  
MENDONÇA HAPPEL ° TREINO DE  
EFICÁCIA PARENTAL DE THOMAS  
GORDON ° FRANCISCA MENEZ PEREIRA  
° ESPAÇO TERAPÊUTICO E  
TRANSIÇÕES LINGUÍSTICAS ° ALI  
MOURÃO ° O COUNSELLING  
FRANCISCA MOURÃO XAVIER  
COMPREENÇÃO EMPÁTICA E  
SENTIMENTOS NA TERAPIA CENTRADA  
NO CLIENTE ° BARBARA FERREIRA  
A TERAPIA CENTRADA NA PESSOA E A  
ABORDAGEM DO CORPO PELO  
PSICODRAMA ° JOÃO HIPÓLITO

