

Sofia Veiga sofiaveiga@netcabo.pt

Psicóloga, PhD, Psicodramatista, Profesora Adjunta en la Escuela Superior de Educación del Instituto Politécnico del Porto

Carla Serrão carlaserrao@ese.ipp.pt

Doctorada en Psicología. Psicodramatista (Sociedad Portuguesa de Psicodrama). Profesora Adjunta de la Escuela Superior de Educación del Instituto Politécnico del Porto.

Taller: "Historias familiares en el escenario psicodramático. Ganando consciencia de mitos y secretos transgeneracionales"

Resumen:

El presente taller, orientado por los psicodramatistas Sofia Veiga y Pablo Alvarez Valcarce, recurriendo a la creatividad y espontaneidad, convida a los participantes a un viaje por sus historias familiares, evocando y reviviendo mitos, mentiras y secretos presentes en ellas. A través de la movilización de una serie de técnicas psicodramaáticas, se busca, en las diferentes escenas montadas, que el (los) protagonista (s) pueda(n) encontrar nuevos sentidos, significados y puentes para las mismas, en búsqueda de una vivencia más genuina, congruente e integrada de su realidad actual"

Se realizará un caldeamiento para conectar con los contenidos de los cluster de roles familiares a la búsqueda de los "secretos a voces" familiares. Elegido el tema emergente, se trabajará psicodramáticamente el mismo en encuadre de Genosociopsicodrama.

Historias familiares en el escenario psicodramático.

Ganando consciencia de mitos y secretos transgeneracionales

Sofia Veiga¹ y Carla Serrão²

El presente taller, orientado por las psicodramatistas Sofia Veiga y Carla Serrão, recurriendo a la creatividad y espontaneidad, convida a los participantes a un viaje por sus historias familiares, evocando y reviviendo mitos, mentiras y secretos presentes en ellas. A través de la movilización de una serie de técnicas psicodramáticas, se busca, en las diferentes escenas montadas, que el (los) protagonista (s) pueda(n) encontrar nuevos sentidos, significados y puentes para las mismas, en búsqueda de una vivencia más genuina, congruente e integrada de su realidad actual.

As crenças, os mitos, os segredos, os legados, as regras encobertas e os padrões transacionais do sistema familiar formam, de acordo com Minuchin (1982, p. 57), um "conjunto invisível de exigências funcionais que organiza as maneiras pelas quais os membros da família interagem". Esta matriz, a par de dar identidade ao indivíduo, permite também preservar a estrutura e a cultura familiar.

Quando uma nova família se constitui, esta não se edifica no vazio. Transporta para o presente relações familiares passadas, que marcam a vivência quotidiana e as opções, percepções e projetos futuros (Bowen, 1978). Por esse motivo, toda a autonomia sentida, nomeadamente por fisicamente se ter criado uma nova distância, não passa de mera ilusão e de uma pseudoemancipação. Apesar das fronteiras territoriais agora erigidas, os membros do novo sistema mantêm-se vinculados às influências das relações fusionadas ou trianguladas.

Depreende-se deste modo que cada família traz consigo, como afirma Boszormeny-Nagy, (1973), uma procuração transgeracional cujo legado compreende aspetos positivos, quando assegura a sobrevivência do sistema, e/ou negativos, quando é sobrecarregado por conteúdos disfuncionais - seja por dramas sexuais (incesto,

¹ Doctorada en Psicología. Psicodramatista Didacta (Sociedad Portuguesa de Psicodrama). Profesora Adjunta de la Escuela Superior de Educación del Instituto Politécnico del Porto. Email: sofiaveiga@ese.ipp.pt.

² Doctorada en Psicología. Psicodramatista (Sociedad Portuguesa de Psicodrama). Profesora Adjunta de la Escuela Superior de Educación del Instituto Politécnico del Porto. Email: carlaserrao@ese.ipp.pt

adulterio, violação...), sociais (acidentes, doenças, abandonos, agressões, violência, fome...), financeiros (heranças usurpadas, roubos, falências...) ou por dramas causados por mortes não naturais (homicídios, assassinatos, abortos, guerras...) – que se revelam em geral traumáticos. Ora, “any major psychological trauma continues to contaminate those who were exposed to it in one way or another in the first, second, and subsequent generations” (Kellermann, 2007, p. 33).

Os mitos, os segredos, as regras encobertas... têm a função, não raras vezes, de escamotear situações traumáticas, vividas em uma ou em várias gerações. O segredo, por exemplo, tem, na família, uma influência inquestionável. Perspetivando-o como um dos vértices de um triângulo, rapidamente se compreende que os outros dois vértices são constituídos pelos membros que estão ao corrente desse segredo - e que têm a tarefa de o não revelar e o esforço de o ocultar - e por aqueles que não o conhecem, e que, por isso, se encontram à margem (Imber-Black,1994). Como os segredos são fenómenos sistémicos, são a origem de rompimentos, de coligações, de alianças encobertas. Mas independentemente da complexidade de um segredo, a lealdade é um valor do sistema familiar e, por isso, a “atitude de negar ou desconhecer aquilo que vem gerando depósito energético tóxico emocional é a mais básica e mais antiga das defesas. Não vejo, não falo, não ouço e com isso redefino a realidade, nego-a, mas infelizmente não a transformo” (Engelhard, 2012, p. 101).

Percebe-se assim que o segredo bem como os mitos sejam mantidos pela vergonha, decepção, culpa, medo, negação... e têm como ambição proteger o(s) próprio(s) indivíduo(s), os relacionamentos familiares, assim como garantir o exercício do poder. Seja qual for a sua ambição e a sua função, importa tomar consciência do seu impacto nos padrões transacionais familiares, seja na falta de liberdade para dirigir a sua própria história, seja nas obstruções implícitas ao desenvolvimento individual e coletivo do sistema familiar, seja no sofrimento que instaura e impede um fluir natural da comunicação e das interações.

Como refere Moreno (1946/1997), os mitos, os costumes, os segredos são bloqueadores da manifestação da criatividade, gerando respostas repetitivas, rígidas, ordenadas, não adaptativas. É, assim, premente trabalharem-se estas questões. “El trabajo con los mitos familiares de origen y su posibilidad de transformación creativa, junto con la muestra de esquemas de interdependencia y la reflexión sobre formas concretas de interacción, ayudará a discriminar los intereses afectivos y los intereses sociales (...)” (Álvarez,

Valcarce, 1995, s/p) da família. Poder-se-á assim resgatar ou desenvolver a expressão espontânea essencial para que a família consiga, como afirmam Carneiro e Rasesa (2012), sonhar, fantasiar e agir de forma criativa. Só neste ambiente espontâneo, a família conseguirá disponibilizar os recursos necessários para o desenvolvimento emocional e social dos seus membros, que lhes permite adotar comportamentos e respostas flexíveis a novas circunstâncias, livres dos ditames imperativos dos mitos, dos segredos e dos legados transgeracionais.

No Psicodrama, a pessoa pode trabalhar estas questões, num clima de tolerância, de sigilo e de respeito. No espaço cénico, num novo contexto, espaço e tempo, a pessoa pode, através da vivência dramática, possibilitada pelas técnicas psicodramáticas, espelhar e/ou reviver a sua história, vínculos e padrões transacionais familiares, ativando sensações e emoções sentidas no passado e/ou na sua realidade atual. As narrativas das situações vividas, tantas vezes cristalizadas, podem ser, através das cenas propostas, revisitadas e (re)significadas. O protagonista pode assumir o lugar do(s) outro(s) elementos envolvidos na trama familiar e olhar as mesmas situações a partir das suas perspetivas e sentires. Desta forma, a vivência dramática permite auxiliar o protagonista a perspetivar múltiplas visões narrativas da sua história familiar, bem como a tomar consciência das funções e do impacto dos segredos e dos mitos familiares nos padrões transacionais familiares, muitas vezes inscritos numa história transgeracional. Esta tomada de consciência permitir-lhe-á: alargar a conceção, perceção e compreensão da sua situação familiar e pessoal; perceber os papéis e as visões de cada elemento envolvido na trama familiar; reconstruir novas narrativas; buscar novos sentidos e outras formas de ser e estar com e em família; perceber o potencial espontâneo e criativo da mesma; resgatar a liberdade e a espontaneidade perdidas.

A nossa proposta de trabalho para o *workshop* visa conduzir cada participante aos seus conteúdos familiares mais internos, evocando e trazendo à luz crenças, mitos, segredos e legados transgeracionais.

Na fase inicial do aquecimento, os participantes serão convidados a caminhar livremente pelo espaço, num movimento introspetivo, ao som de uma música de fundo. Calmamente, é-lhes solicitado que pensem no seu sistema familiar. De seguida, cada elemento é convidado a construir, em papel, o seu genograma, pontuando os mitos, as crenças e os segredos herdados. Ainda nesta representação gráfica, é-lhes solicitado que designem a sua família, apelidando-a, quanto ao seu legado familiar. Esta designação é

partilhada com o grupo, podendo, quem desejar, narrar ou explicitar o porquê da mesma. Nesta partilha, os demais membros do grupo poderão aperceber-se e identificar pontos de convergência e/ou de divergência em relação às suas histórias familiares, formas análogas e distintas de reagir e integrar vivências similares e diferentes.

Depois desta partilha, é questionado quem gostaria de ver a sua situação trabalhada, selecionando o grupo, entre as propostas emergentes, aquela que deseja ver posta em cena, tornando-se o autor da mesma o protagonista da sessão. Este é, então, convidado a efetuar uma imagem do seu genograma, identificando todos os elementos que têm a ver com a situação do segredo/mito familiar. Após o protagonista ter assumido o papel de todos estes elementos e fazer solilóquios em cada um deles, podendo trazer outros vínculos do átomo social de outros elementos que se revelem significativos para a compreensão da questão em jogo, procurando aclará-la. Neste processo é trabalhada a cena que tem a ver com o mito e a sua história familiar para, de seguida, se trabalhar a cena atual, a que tem a ver consigo, que lhe permite reequacionar, reconstruir e reposicionar-se na sua história e realidade familiar. Por fim, mobilizar-se-á a técnica da projeção no futuro, que permitirá, ao protagonista, perspetivar a sua situação pessoal e familiar consoante os cenários por si elencados. Através desta técnica, o sujeito poderá refletir sobre a sua realidade atual e perspetivar mudanças, sendo que neste processo se assume como autor e ator do seu destino.

Não obstante a proposta efetuada, o *workshop* desenvolver-se-á com a espontaneidade e a criatividade que o momento, a situação, o protagonista e o grupo exigem.

Referências

- Álvarez Valcarce, P. (1995). Psicodrama y niveles sociogenéticos. Teoría del sociodrama familiar. *Informaciones Psiquiátricas*, 140, 2º trimestre. Retirado de <http://www.psicodrama.info/drama1a.html>
- Boszormenyi-Nagy, I. & Spark, G. (1973). *Lealtades invisibles*. Buenos Aires: Amorrortu Editores.
- Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. New York: Aronson.
- Carneiro, I., & Rasesa, E. (2012). Família, espontaneidade e crise social: o psicodrama de "A vida é bela", *Revista da SPAGESP*, 13(1), 23-30.
- Engelhard, S. (2012). Medidas para reciclagem do lixo familiar. *Revista Brasileira de Terapia de Família*, 4 (1), 99-108.
- Kellermann, P. (2007). *Sociodrama and collective trauma*. London and Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.
- Minuchin, S. (1982). *Famílias: funcionamento e tratamento*. Porto Alegre: Artes Médicas.
- Moreno, J. (1997). *Psicodrama* (12.ª ed.). São Paulo: Cultrix. Edição original, 1946.