



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE CIÊNCIAS HUMANAS
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

Márcia Pereira Bernardes

**A SOCIONOMIA NA REDUÇÃO DE SINTOMAS PSICOLÓGICOS DE ESTRESSE:
UM ESTUDO COM POLICIAIS MILITARES DO ESTADO DE SANTA CATARINA**

Florianópolis

2021

Márcia Pereira Bernardes

**A SOCIONOMIA NA REDUÇÃO DE SINTOMAS PSICOLÓGICOS DE ESTRESSE:
UM ESTUDO COM POLICIAIS MILITARES DO ESTADO DE SANTA CATARINA**

Tese submetida ao Programa de Pós-graduação em Psicologia do Centro de Filosofia e Ciências Humanas da Universidade Federal de Santa Catarina da Área de Concentração Psicologia do Trabalho e das Organizações para a obtenção do título de Doutora em Psicologia.

Orientador: Prof. Narbal Silva, Dr.

Florianópolis

2021

Ficha de identificação da obra elaborada pelo autor, através do Programa de
Geração Automática da Biblioteca Universitária da UFSC

BERNARDES, MÁRCIA PEREIRA

A Socionomia na Redução de Sintomas Psicológicos de Estresse : Um Estudo com
Policiais Militares do Estado de Santa Catarina / MÁRCIA PEREIRA BERNARDES ;
orientador, Narbal Silva, 2021

267 p.

Tese (doutorado) – Universidade Federal de Santa Catarina, Centro de Filosofia e
Ciências Humanas, Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Florianópolis, 2021.

Inclui referências.

1. Psicologia. 2. Psicodrama. 3. Estresse. 4. Policiais Militares. I. Silva, Narbal. II.
Universidade Federal de Santa Catarina. Programa de Pós-Graduação em Psicologia. III.
Título.

Márcia Pereira Bernardes

**A SOCIONOMIA NA REDUÇÃO DE SINTOMAS PSICOLÓGICOS DE ESTRESSE:
UM ESTUDO COM POLICIAIS MILITARES DO ESTADO DE SANTA CATARINA**

O presente trabalho em nível de doutorado foi avaliado e aprovado por banca
examinadora composta pelos seguintes membros:

Prof. Harrysson Luiz da Silva, PhD
Universidade Federal de Santa Catarina

Prof.^a Liliana Andolpho Magalhães Guimarães, Dra.
Universidade Católica Dom Bosco de Mato Grosso

Prof. Paulo Sergio de Andrade Bareicha, Dr.
Universidade Federal de Brasília

Prof. Roberto Moraes Cruz, PhD
Universidade Federal de Santa Catarina

Prof.^a Suzana da Rosa Tolfo, Dra.
Universidade Federal de Santa Catarina

Certificamos que esta é a **versão original e final** do trabalho de conclusão que foi
julgado adequado para obtenção do título de Doutor em Psicologia.

Coordenação de Pós-graduação em Psicologia

Prof. Narbal Silva, Dr.

Orientador

Florianópolis/SC, 2021

Dedico a Ti, meu DEUS, em agradecimento às bênçãos recebidas e às habilidades com as
quais me agraciaste, nem sempre merecidas.

AGRADECIMENTOS

A Mário e Lídia, pela vida que me deram e tudo o que puderam, até que morressem.

Aos meus filhos e familiares pelo amor, torcida e apoio em mais esta caminhada. Sempre acreditaram em mim.

A Moreno por me haver brindado, em sua genialidade, com uma ciência que muito me realizou profissionalmente. Gratidão aos mestres psicodramatistas.

À Universidade Federal de Santa Catarina, que me acolheu em 1977 como caloura, me tornando Bacharel, Psicóloga, Mestre e Doutora. São 45 anos de uma história de aprendizado e dedicação.

À Polícia Militar de Santa Catarina, na pessoa do Major Diego Remor, que abriu suas portas tornando possível esta pesquisa. Gratidão aos Sargentos que se doaram em histórias e emoções em prol da ciência.

Aos professores, meus contrapapéis de estudante, pelas lições nas salas de aula. Vocês vêm aplacando minha ignorância e sede de saber desde 1966.

Aos professores Pedro Bertolino, Harrysson Luiz da Silva e Roberto Cruz, pela ajuda extraclasse. Vocês fizeram diferença.

Ao prof. Orientador Narbal Silva pela liberdade de me deixar ser e fazer e pelo carinho sempre presente nas orientações. Soube tão bem assumir o papel de “orientador”, sem deixar ir o de amigo de graduação.

Aos membros da banca, pelas valorosas contribuições, desde a qualificação;

Aos meus contrapapéis da vida profissional: pacientes, alunos, orientandos, supervisionandos, consulentes, colaboradores e amigos, em especial aos da Locus Psicodrama, pela confiança – *role-playing* que me permitiu chegar ao *role-creating*.

À Noeli pelas águas nas sedes, cafés nos cansaços e sorrisos nas dores.

“...a senhora vai limpando de dentro pra fora... não é aquela limpeza superficial, não aquela de jogar uma água, de dar uma tapeada só para os outros verem...
A senhora limpou de dentro pra fora...”
Aluno-Sargento S. (p. 242)

RESUMO

As inovações tecnológicas trouxeram diversas síndromes para a vida moderna, entre elas, o Estresse. Este foi definido como um elemento inerente a toda doença que produz modificações observáveis e mensuráveis na estrutura e composição química do corpo que, em grau elevado, leva à exaustão e até à morte. Dentre os agentes estressores estão as atividades laborais, com destaque para as militares, que lideram o *ranking* das profissões mais estressantes do mundo. Há muitos estudos acerca do estresse em militares, mas muito pouco sobre seu tratamento. Assim, o objetivo deste estudo foi investigar o efeito da Socionomia na redução dos sintomas psicológicos de estresse em militares, a partir de indicadores quantitativos e qualitativos. A Socionomia foi utilizada como fundamento teórico, conceitual, técnico e metodológico por estar embasada na visão de que todo ser humano nasce espontâneo, criativo e sensível. Além disso, a Socionomia apresenta o diferencial de trabalhar com grupos e alternativas de intervenção que permitem acesso ao coletivo. A pesquisa, de base fenomenológica, exploratória, é do tipo quase-experimental e de natureza quantiquantitativa. Foram pesquisados 72 policiais, de 48 cidades catarinenses, divididos em 4 Grupos Experimentais e 1 Grupo Controle. Os sujeitos, em cada grupo experimental, foram submetidos a 48 sessões semanais de intervenção socionômica, com duração de 60 minutos, entre maio e outubro de 2019. O estresse foi medido por meio dos testes estatísticos *Self-Reporting Questionnaire* – SRQ-20 e Inventário de Sintomas de *Stress* Lipp-ISSL, do Teste Sociométrico e do Átomo Social de J. L. Moreno. A pesquisadora dispôs, como recursos de intervenção socionômica, de técnicas, psicodramas, sociodramas, jogos dramáticos e teatro espontâneo. Um total de nove hipóteses foram elaboradas, incluindo as de que a média dos *escores* dos testes, dos índices do Teste Sociométrico (densidade, coesão e estabilidade) e dos números de papéis desempenhados pelo sujeito (apresentados no Átomo Social) seriam menores nos 4 grupos, após a intervenção e em relação ao Grupo Controle. Para análise do Estresse *versus* Intervenção Socionômica, foi realizado o Teste *t*, e o Teste Anova para a análise do conjunto da amostra dos grupos separadamente e do Grupo Controle. No tratamento dos dados quantitativos, foram utilizados a planilha eletrônica Excel 2013 e o Statistical Package of Social Science da IBM (IBM SPSS, v. 22.0.0.0) em conjunto com o SociometryPro da LeDiS Group. Os dados foram analisados com base em estatística descritiva e inferencial, incluindo a análise descritiva do perfil da amostra. No Teste ISSL, comparando os desfechos dos quatro grupos *versus* o Grupo Controle, pôde ser observada, tanto nos valores totais quanto nas médias, uma redução de 30,84%, passando o Grupo Experimental de 924 (média de 16,21) para 639 (média de 11,21). Em contraposição, o Grupo Controle elevou de 158 para 183 o total dos sintomas, com aumento de 16,19% na média geral. Com o Teste de Kruskal-Wallis, foi demonstrado haver efeito do tratamento sobre a média de sintomas: $X^2(5)=15,664$, $p(0,004) < 0,05$; $X^2(5)=10,301$, $p(0,036) < 0,05$. Os resultados acerca dos fatores sociodemográficos confirmam não haver associação positiva entre as médias dos *escores* depois da psicoterapia em relação a sexo, escolaridade e idade dos participantes, porém houve redução para quem participou de mais de 50% dos encontros. Para SRQ-20, no Teste de Mann-Whitney, ficou demonstrado que o Grupo Experimental em relação ao Grupo Controle apresentou diminuição estatisticamente significativa quanto à média de SIM após os encontros: $U=240$, $p(0,008) < 0,05$. No Teste Sociométrico, os *escores* individuais nos índices de Peso, Efusividade Emocional, Satisfação e *Status* foram maiores após intervenção. O modelo linear geral, em comparação por pares, mostrou variação positiva de 5.55 na média do número de vínculos entre a primeira e a segunda aplicação do Átomo Social. Esse modelo foi baseado nas médias marginais estimadas para $p < 0,05$ (0.000), significando, com 95% de confiança, que os policiais militares ampliaram seus vínculos com pessoas significativas após o tratamento psicológico. Os desfechos qualitativos

foram analisados com base no material gráfico, na ação dramática, nos *sharings* e processamento pós-sessão. Os resultados apontam que a Socionomia, por meio da ação, favoreceu rematrizações, produziu *insights* cognitivos, auxiliou no reconhecimento do EU e do TU, resgatou a sensibilidade e espontaneidade, minimizou transferências, ampliou a Empatia e a Tele, permitindo o desempenho de papéis mais criativos e levando o sujeito a dar uma resposta transformadora aos agentes estressores. Os limitantes deste estudo foram o curto tempo de cada sessão e o adiamento de muitas delas. Estes resultados levam à conclusão de que, independentemente da idade, sexo e escolaridade, a Socionomia, após um mínimo de sete encontros, é eficaz na redução dos sintomas de estresse dos policiais militares do Estado de Santa Catarina.

Palavras-chave: Socionomia, Psicodrama. Estresse. Polícia Militar.

ABSTRACT

Technological innovations brought several syndromes of modern life, among them, Stress. This was defined as an inherent element in every disease that produces observable and measurable changes in the structure and chemical composition of the body that, in a high degree, leads to exhaustion and even death. Among the stressors are labor activities, with an emphasis on the military that leads the ranking of the most stressful professions in the world. There are many studies concerning stress in the military, but not too many about its treatment. Thus, the objective of this study was to investigate the effect of Socionomy on the reduction of psychological stress symptoms in military personnel, based on quantitative and qualitative indicators. Socionomy was used as a theoretical, conceptual, technical and methodological foundation because it is based on the view that every human being is born spontaneous, creative and sensitive. In addition, Socionomy presents the differential of working with groups and intervention alternatives that allow access to the collective. This research is quasi-experimental, exploratory and quantitative-qualitative in nature. 72 police officers were surveyed, from 48 cities in Santa Catarina (Brazil), divided into 4 Experimental Groups and 1 Control Group. The subjects in each experimental group were submitted to 48 weekly sessions (of 60 min each) of socioeconomic intervention, between May and October of 2019. Stress was measured using the statistical tests Self-Reporting Questionnaire - SRQ-20 and Inventory of Symptoms of Stress Lipp -ISSL, the Sociometric Test and the Social Atom of JL Moreno. The resources for socioeconomic intervention were techniques, psychodramas, sociodramas, psychodramatic games and spontaneous theater. A total of nine hypotheses were elaborated as follow: the average of the test scores, the Sociometric Test indexes (density, cohesion and stability) and the number of roles played by the subject (presented in the Social Atom,) that would be lower in the 4 groups after the intervention and in relation to the Control Group. For stress analysis versus socioeconomic intervention, the t-Test and the Anova Test were performed to analyze the sample set, the groups separately and the control group. In the treatment of quantitative data, the spreadsheet Excel 2013, the Statistical Package of Social Science from IBM (IBM SPSS, v. 22.0.0.0 and the SociometryPro from LeDiS Group were used. The data were analyzed based on descriptive and inferential statistics, including the descriptive analysis of the sample profile. When comparing the four groups with the control group in the ISSL test, a reduction of 30.84% was observed in the total values as well as in the averages. The Experimental Group changed from 924 (average of 16.21) to 639 (average of 11.21). In contrast, the Control Group increased the total number of symptoms from 158 to 183, with an increase of 16.19% in the overall average. The Kruskal-Wallis Test demonstrated that the treatment had an effect on the mean of symptoms: $X^2(5) = 15.664$, $p(0.004) < 0.05$; $X^2(5) = 10.301$, $p(0.036) < 0.05$. The results regarding sociodemographic factors confirm that there was no positive association between the mean scores after psychotherapy in relation to the participants' sex, education and age. However, there was a reduction for those who participated in more than 50% of the meetings. The SRQ-20, in the Mann-Whitney Test demonstrated that, in relation to the Control Group, the Experimental Group showed a statistically significant decrease in terms of the mean YES after the meetings: $U = 240$, $p(0.008) < 0.05$. In the Sociometric Test, the individual scores in the Weight, Emotional Effectiveness, Satisfaction and *Status* indices were higher after the intervention. The general linear model, compared within subjects, showed a positive variation of 5.55 in the average between the first and the second application of the Social Atom, based on the estimated marginal means, for $p < 0.05$ (0.000) meaning, with 95% confidence, that military police have extended their ties to significant people after psychological treatment. Qualitative outcomes were analyzed based on graphic material, psychodramatic action, sharing

and post-session processing. The results show that Socionomy, through action, favored rematrization, produced cognitive insights, helped in the recognition of the Me and the You, rescued sensitivity and spontaneity, minimized transfers, expanded Empathy and Tele, allowing a more creative role-playing and leading the subject to give a transforming response to stressors. The limitations of this study were the short time of each session and the postponement of many of them. These results lead to the conclusion that, regardless of age, sex and education, Socionomy, a minimum of seven meetings was effective in reducing the stress symptoms of the Military Police of the State of Santa Catarina (Brazil).

Keywords: Socionomy, Psychodrama. Stress. Military police.

RÉSUMÉ

Les innovations technologiques ont apporté à la vie moderne des syndromes variés, entre autres, le stress. Conçu comme une composante inhérente à toute maladie produisant des changements observables et mesurables dans la structure et composition chimique du corps, quand à un haut niveau il donne lieu à l'épuisement ainsi qu'à la mort. Parmi les agents stressseurs figurent les activités professionnelles, surtout celles des militaires dont le métier est, de toute évidence, le plus stressant du monde. Il y a des études concernant le stress des militaires, par contre quand il s'agit de traitement très peu a été développé. En conséquence, l'objectif de cette étude a été d'enquêter l'effet de la Socionomie sur la réduction des symptômes psychologiques du stress chez des militaires, prenant en considération des indicateurs quantitatifs et qualificatifs. La Socionomie a été utilisée en tant que fondement théorique, conceptuel, technique et méthodologique puisqu'elle s'appuie sur l'idée que chaque être humain naît spontané, créatif et sensible. À part cela, la Socionomie présente une différence, soit, celle de travailler avec des groupes et des possibilités d'intervention qui permettent l'accès au collectif. La recherche, établie sur une base phénoménologique, exploratoire, est du type quasi-expérimentale et de nature quantiqu qualitative. 72 policiers de 48 villes de l'État de Santa Catarina, ont participé à l'enquête, partagés en 4 Groupes Expérimentaux et 1 Groupe Contrôle. Les individus de chaque groupe expérimental, ont été soumis à 48 séances hebdomadaires d'intervention socionomique, de 60 minutes chaque, entre les mois de mai et octobre 2019. Le stress a été mesuré au moyen des tests statistiques Self-Reporting Questionnaire – SRQ-20 et l'Inventaire des Symptômes de Stress Lipp-ISSL, du Test Sociométrique et de l'Atome Social de J. L. Moreno. Le chercheur a disposé, comme ressources d'intervention socionomique, des techniques, psychodrames, sociodrames, jeux dramatique et théâtre impromptu. Au total, neuf hypothèses ont été élaborées, y compris celles dont la moyenne des scores des tests, les indices du Test Sociométrique (densité, cohésion et stabilité) et le nombre de rôles joués par l'individu (présentés dans l'Atome Social), seraient plus bas après l'intervention dans les 4 groupes et par rapport au Groupe Contrôle. Pour l'analyse du Stress versus l'Intervention Socionomique, les tests ont été le Test t et le Test Anova pour l'analyse de l'ensemble de l'échantillon, des groupes séparément et du Groupe Contrôle. Le traitement des données quantitatives, a pris en compte la densité, la cohésion et la stabilité logiciel tableur Excel 2013, le Statistical Package of Social Science de IBM (IBM SPSS, v. 22.0.0.0 et conjointement avec le SociometryPro du LeDiS Group. Les données ont été analysées sur la base de la statistique descriptive et inférentielle, y compris l'analyse descriptive du profil de l'échantillon. Quant au Test ISSL, en comparant les résultats des quatre groupes versus le Groupe Contrôle, on observe, tant dans les valeurs totales comme dans les moyennes, une réduction de 30,84%, passant, le Groupe Expérimental, de 924 (moyenne de 16,21) à 639 (moyenne de 11,21). Par contre, le total des symptômes du Groupe Contrôle est monté de 158 à 183, avec une augmentation de 16,19% dans la moyenne générale. Le Test de Kruskal-Wallis a démontré l'effet du traitement sur la moyenne des symptômes: $X^2(5)=15,664$, $p(0,004) < 0,05$; $X^2(5)=10,301$, $p(0,036) < 0,05$. Les résultats concernant les facteurs sociodémographiques confirment ne pas avoir une association positive entre les moyennes des scores après la psychothérapie par rapport au sexe, scolarité et âge des participants, mais il y a une réduction pour ceux qui ont participé à plus de 50% des séances. Pour SRQ-20, le Test de Mann-Whitney a démontré que le Groupe Expérimental par rapport au Groupe Contrôle a présenté une baisse statistiquement importante quant à la moyenne de OUI après les ateliers : $U=240$, $p(0,008) < 0,05$. Au moyen du Test Sociométrique, les scores individuels des indices de Poid, Effusion Emotionnelle, Satisfaction et Position ont été plus élevés après l'intervention. Le modèle linéaire général, par comparaison de paires, a montré une variation positive de 5,55 dans la moyenne du nombre de liens entre la première et la

seconde application de l'Atome Social, basé sur les moyennes marginales estimées, pour $p < 0,05$ (0.000), en signifiant, avec 95% de confiance, que les policiers militaires ont élargi leurs liens avec des personnes significatives après le traitement psychologique. Les résultats qualitatifs ont été analysés basés sur le matériel graphique, l'action dramatique, les partages, les processings après séance. Les résultats indiquent que la Socionomie, par le moyen de l'action, a facilement mener à rematricer, a produit des éclaircissements cognitifs, a contribué à la reconnaissance du Moi et du Toi, a récupéré la sensibilité et la spontanéité, a diminué des transferts, a élargi l'Empathie et le Télé, permettant de jouer des rôles plus créatifs menant l'individu à répondre d'une toute nouvelle façon aux agents stressés. Les limitations de cette étude ont été la courte durée de chaque séance et plusieurs ajournements. Ces résultats mènent à la conclusion qu'indépendamment de l'âge, sexe et scolarité, la Socionomie, après un minimum de sept séances, est efficace pour réduire les symptômes de stress des Policiers Militaires de l'État de Santa Catarina

Mots-clés : Socionomie, Psychodrame, Stress, Police Militaire

RESUMEN

Las innovaciones tecnológicas trajeron varios síndromes de la vida moderna, entre ellos, el estrés. Este fue definido como un elemento inherente a toda enfermedad que produce cambios observables y medibles en la estructura y composición química del organismo que, en alto grado, conduce al agotamiento e incluso a la muerte. Entre los estresantes se encuentran las actividades laborales, con énfasis en las militares que lideran el ranking de las profesiones más estresantes del mundo. Hay muchos estudios sobre el estrés en el ejército, pero muy pocos sobre su tratamiento. Así, el objetivo de este estudio fue investigar el efecto de la socionomía en la reducción de los síntomas de estrés psicológico en el personal militar, con base en indicadores cuantitativos y cualitativos. La socionomía se utilizó como fundamento teórico, conceptual, técnico y metodológico porque se basa en la visión de que todo ser humano nace espontáneo, creativo y sensible. Además, Socionomía presenta el diferencial de trabajar con grupos y alternativas de intervención que permiten el acceso al colectivo. La investigación, basada en una base fenomenológica, exploratoria, es de naturaleza cuasi-experimental y cuantitativa-cualitativa. Se encuestó a 72 policías, de 48 ciudades de Santa Catarina, divididos en 4 grupos experimentales y 1 Grupo Control. Los sujetos, en cada grupo experimental, fueron sometidos a 48 sesiones semanales de intervención sociométrica, de 60 minutos de duración, entre mayo y octubre de 2019. El estrés se midió mediante las pruebas estadísticas Self-Reporting Questionnaire - SRQ-20 e Inventory de Síntomas de Estrés Lipp -ISSL, del Test Sociométrico y del Átomo Social de JLMoreno. El investigador tuvo como recursos de intervención sociométrica, técnicas, psicodramas, sociodramas, juegos dramáticos y teatro espontáneo. Se elaboraron un total de nueve hipótesis, entre las que se encuentran las de que el promedio de las puntuaciones de la prueba, los índices de la Prueba Sociométrica (densidad, cohesión y estabilidad) y el número de roles desempeñados por el sujeto (presentados en el Átomo Social) serían menores en el 4 grupos después de la intervención y en relación con el Grupo de Control. Para el análisis de estrés versus la intervención sociométrica, se realizaron la prueba t y la prueba Anova para analizar el conjunto de la muestra, los grupos por separado y el Grupo de Control. En el tratamiento de datos cuantitativos se utilizó la hoja de cálculo Excel 2013, el Statistical Package of Social Science de IBM (IBM SPSS, v. 22.0.0.0 y en conjunto con el SociometryPro de LeDiS Group). Los datos fueron analizados con base en estadística descriptiva e inferencial, incluyendo el análisis descriptivo del perfil de la muestra. En la prueba ISSL comparando los resultados de los cuatro grupos versus el Grupo Control se observa una reducción del 30,84%, tanto en los valores totales como en las medias, pasando del Grupo Experimental, de 924 (media de 16,21) a 639 (promedio de 11,21). Por el contrario, el Grupo Control aumentó el número total de síntomas de 158 a 183, con un aumento del 16,19% en el promedio general. Con la prueba de Kruskal-Wallis se demostró que el tratamiento tuvo efecto sobre la media de síntomas: $X^2(5) = 15,664$, $p(0,004) < 0,05$; $X^2(5) = 10,301$, $p(0,036) < 0,05$. Los resultados en cuanto a factores sociodemográficos confirman que no existe asociación positiva entre las puntuaciones medias tras la psicoterapia en relación al sexo, escolaridad y edad de los participantes, pero sí una reducción para los que participaron en más del 50% de las reuniones. Para SRQ-20, en la prueba de Mann-Whitney se demostró que el Grupo Experimental en relación al Grupo Control mostró una disminución estadísticamente significativa en términos de la media SÍ después de las reuniones: $U = 240$, $p(0,008) < 0,05$. En la prueba sociométrica, las puntuaciones individuales en los índices de peso, eficacia emocional, satisfacción y estado fueron más altas después de la intervención. El modelo lineal general, comparado por pares, mostró una variación positiva de 5.55 en el número promedio de vínculos entre la primera y la segunda aplicación del Átomo Social, con base en las medias marginales estimadas, para $p < 0,05$ (0.000) significado, con 95% de confianza en que la policía militar ha extendido sus

vínculos con personas importantes después del tratamiento psicológico. Los resultados cualitativos se analizaron con base en material gráfico, acción dramática, intercambios y procesamiento posterior a la sesión. Los resultados muestran que la Socionomía, a través de la acción, favoreció la rematrización, produjo insignes cognitivos, ayudó en el reconocimiento del Yo y el Tu, rescató la sensibilidad y la espontaneidad, minimizó las transferencias, expandió la Empatía y la Tele, permitiendo la realización de más creativo y líder en el tema para dar una respuesta transformadora a los factores estresantes. Las limitaciones de este estudio fueron el escaso tiempo de cada sesión y el aplazamiento de muchas de ellas. Estos resultados llevan a concluir que, independientemente de la edad, el sexo y la educación, Socionomía, luego de un mínimo de siete reuniones, es efectiva en la reducción de los síntomas de estrés de la Policía Militar del Estado de Santa Catarina.

Palabras claves: Socionomía, Psicodrama, Estrés, Policía Militar

LISTA DE FIGURAS

Figura 1: Fases do Transtorno Relacionadas a Traumas e Estressores**Error!**

Bookmark not defined.

Figura 2: Estrutura da Socionomia.....	46
Figura 3: Estrutura da Sociatria.....	50
Figura 4: Aplicabilidade da Socionomia.....	51
Figura 5: Ilustração de um Átomo Social.....	52
Figura 6: Átomo Social	54
Figura 7: Matriz da Identidade Total Indiferenciada.....	71
Figura 8: Matriz da Identidade Total Diferenciada	72
Figura 9: Matriz da Identidade Total Diferenciada	73
Figura 10: Fases da Síndrome da Adaptação Geral	99
Figura 11: Ciclo de geração de Estresse.....	105
Figura 12: Ciclo de Tratamento de Estresse com Psicodrama	106
Figura 13: Sequência de Incorporação de Dados	110
Figura 14: Esquema de Desenvolvimento da Pesquisa.....	113
Figura 15: Hipóteses de Enquadramento de Estresse.....	131
Figura 16: Sociogramas 1 e 2 – Grupo Alfa.....	157
Figura 17: Grupo Alfa – Grades de Respostas 1 e 2	158
Figura 18: Índices Privados – 1ª e 2ª Aplicação – Alfa.....	158
Figura 19: Grupo Beta: Sociogramas 1 e 2	161
Figura 20: Grupo Beta - Grade de Respostas 1 e 2	162
Figura 21: Índices Privados – 1ª e 2ª Aplicação – Beta	164
Figura 22: Sociogramas 1 e 2 - Grupo Charlie.....	165
Figura 23: Grupo Charlie - Grade de Respostas 1 e 2.....	166
Figura 24: Índices Privados – 1ª Aplicação – Grupo Charlie.....	167
Figura 25: Sociogramas 1 e 2 - Grupo Delta.....	168
Figura 26: Grupo Delta - Grade de Respostas 1 e 2.....	169
Figura 27: Índices Privados – 1ª Aplicação – Grupo Delta.....	170
Figura 28: Primeiro e segundo Átomo Social de João	172
Figura 29: Primeiro e segundo Átomo Social de Pedro	174
Figura 30: Primeiro e segundo Átomo Social de José.....	176

Figura 31: Primeiro e segundo Átomo Social de Manoel	177
Figura 32: Primeiro e segundo Átomo Social de Maria.....	178
Figura 33: Desfechos do Átomo Social 1 e 2/alunos	180
Figura 34: Posição para o Jogo dos Palitos	195
Figura 35: Desenhos para o Jogo dos Palitos	196
Figura 36: Desenho dos papéis de Antônio – Antes e depois da Intervenção.....	232
Figura 37: Desenho dos papéis de Francisco – Antes e depois da Intervenção	234
Figura 38: Desenho dos papéis de Joaquim – Antes e depois da Intervenção	235

LISTA DE TABELAS

Tabela 1: Distribuição da população militar por categoria	38
Tabela 2: Técnicas Psicodramáticas utilizadas na Pesquisa.....	79
Tabela 3: Sintomas de Estresse	98
Tabela 4: Constituição dos Grupos	115
Tabela 5: Caracterização dos sujeitos do Grupo Alfa.....	116
Tabela 6: Caracterização dos sujeitos do Grupo Beta.....	117
Tabela 7: Caracterização dos sujeitos do Grupo Charlie	117
Tabela 8: Caracterização dos sujeitos do Grupo Delta.....	118
Tabela 9: Caracterização dos sujeitos do Grupo Controle	118
Tabela 10: Participante por Grupo x Fase Estresse.....	119
Tabela 11: Cronograma de Execução dos Encontros.....	130
Tabela 12: Amostras Emparelhadas	135
Tabela 13: Teste de Amostras Antes e Depois.....	136
Tabela 14: Estatística do Teste de Wilcoxon – Grupos 1, 2, 3 e 4.....	137
Tabela 15: Estatística Descritiva SRQ-20 Grupos 1, 2, 3 e 4	137
Tabela 16: Dados dos Grupos: Estatística 1ª e 2ª Aplicação.....	140
Tabela 17: Comparação de Totais dos Sintomas Físicos e Psicológicos	141
Tabela 18: Média Grupos Depois-Psico – Depois-Físico	142
Tabela 19: Comparação Grupos Depois-Psico – Depois-Físico	142
Tabela 20: Teste de Normalidade Antes e Depois	143
Tabela 21: Amostra Emparelhada – Grupo Controle.....	144
Tabela 22: Teste t - Amostras Emparelhadas – Grupo Controle.....	144
Tabela 23: Correlação de Amostras Emparelhadas – Grupo Controle	144
Tabela 24: Teste de normalidade – 2ª Aplicação	145
Tabela 25: Estatística Grupo 1- 4 e Grupo 5	145
Tabela 26: Postos entre os Grupo 1- 4 e Grupo 5	145
Tabela 27: Teste Mann Whitney – Grupo 1- 4 e Grupo 5.....	145
Tabela 28: Teste Levene - Presença nos Grupos.....	148
Tabela 29: Dados Estatísticos – Presença nos Encontros.....	149
Tabela 30: Comparação Entre Grupos e Nos Grupos	149

Tabela 31: Comparações Múltiplas Entre Grupos	150
Tabela 32: Fator Sociodemográfico Sexo	151
Tabela 33: Teste Levene para Depois-Físico e Psicológico.....	152
Tabela 34: Fator Sociodemográfico Idade	153
Tabela 35: Homogeneidade de Variações - Depois-Físico e Psicológico.....	154
Tabela 36: Fator Sociodemográfico Escolaridade.....	154
Tabela 37: Depois-Físico e Depois-Psicológico	155
Tabela 38: Valores dos índices Privados – Grupo Alfa	160
Tabela 39: Valores dos índices Privados – Grupo Beta	163
Tabela 40: Valores dos índices Privados – Grupo Charlie.....	166
Tabela 41: Valores dos índices Privados – Grupo Delta.....	169
Tabela 42: Comparação entre desfechos do Átomo Social 1 e 2	180

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

ABNT	Associação Brasileira de Normas Técnicas
APA	American Psychiatric Association
BDTD	Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações
CEFAP	Centro de Formação e Aperfeiçoamento Profissional
CFP	Conselho Federal de Psicologia
CID	Código Internacional de Doenças
CNAE	Código Nacional de Atividade Econômica
CNS	Conselho Nacional em Saúde
DMT	Democracia e Mundo do Trabalho
DSM	Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais
EPP	Escola de Psicossomática de Paris
EVET	Escala de Vulnerabilidade ao Estresse no Trabalho
FEBRAP	Federação Brasileira de Psicodrama
IBECS	Integrated Building Environmental Communications System
IBGE	Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística
ISMA	International Stress Management Association
ISSL	Inventário de Sintomas de Stress para Adultos de Lipp
LILACS	Latin American and Caribbean Health Science Literature
MEI	Microempresa Individual
MIDI	Matriz da Identidade Total Indiferenciada
MITD	Matriz da Identidade Total Diferenciada
PMSC	Polícia Militar do Estado de Santa Catarina
PNPIC	Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares
RBP	Revista Brasileira de Psicodrama
SAG	Síndrome da Adaptação Geral
SCID-IV-TR	Structured Clinical Interview
SciELO	Scientific Electronic Library
SQR-20	Self Reporting Questionnaire
SUS	Sistema Único de Saúde
TA	Transtorno de Adaptação
TAR	Transtorno de Apego Reativo

TCLE	Termo de Consentimento Livre e Esclarecido
TEA	Transtorno de Estresse Agudo
TEPT	Transtorno de Estresse Pós-Traumático
TI	Tecnologia da Informação
TISD	Transtorno de Interação Social Desinibida
UFSC	Universidade Federal de Santa Catarina
UNESCO	Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura
WHOL	World Health Organization Library
WOS	Web of Science

LISTA DE FÓRMULAS E SÍMBOLOS

- (1) Densidade Grupal
- (2) Escolha possível da Coesão Grupal
- (3) Coesão Grupal
- (4) Estabilidade Grupal
- (5) Valor (Peso) Individual
- (6) Efusividade Emocional Individual
- (7) Satisfação Individual
- (8) *Status* Individual

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	27
1.1	ORIGEM DO TRABALHO.....	27
1.2	APRESENTAÇÃO DO TRABALHO	28
1.3	TEMA E PROBLEMA	36
1.4	ORIGINALIDADE E RELEVÂNCIA CIENTÍFICA E SOCIAL DA PESQUISA .	36
1.5	OBJETIVOS.....	40
1.5.1	Objetivo geral	40
1.5.2	Objetivos específicos	40
1.5.3	Estrutura do Trabalho	40
2	SOCIONOMIA	41
2.1	VIDA E OBRA DE J. L. MORENO.....	41
2.1.1	Teoria Geral da Socionomia	42
2.1.1.1	<i>Estrutura da Socionomia</i>	47
2.1.1.2	<i>Aplicabilidade</i>	50
2.1.1.3	<i>Átomo Social – Conceito e Técnica</i>	52
2.1.1.4	<i>Rede Social</i>	55
2.1.1.5	<i>Realidade Suplementar</i>	57
2.1.2	Teoria da Ação	58
2.1.2.1	<i>Elementos</i>	59
2.1.2.2	<i>Etapas</i>	62
2.1.2.3	<i>Contextos</i>	64
2.1.3	Teoria da Criatividade e Espontaneidade	65
2.1.4	Teoria de Momento	69
2.1.5	Teoria do Desenvolvimento da Matriz de Identidade	70
2.1.6	Teoria dos Papéis	73
2.1.7	Teoria da Matriz de Identidade	77

2.1.8	Recursos de Intervenção	78
2.1.8.1	<i>Técnicas Psicodramáticas.....</i>	78
2.1.8.2	<i>Sociodrama.....</i>	86
2.1.8.3	<i>Teste Sociométrico</i>	88
2.1.8.4	<i>Jogos Dramáticos.....</i>	91
2.1.8.5	<i>Teatro Espontâneo</i>	92
3	ESTRESSE.....	94
3.1	CONSIDERAÇÕES SOBRE CONCEITOS DE ESTRESSE	95
3.2	SINTOMAS E FASES DE ESTRESSE.....	97
3.3	AVALIAÇÃO DO ESTRESSE	101
3.4	COMPREENSÃO SOCIONÔMICA DO ESTRESSE	103
3.5	TRATAMENTO DO ESTRESSE.....	105
4	METODOLOGIA DA PESQUISA.....	108
4.1	EPISTEME DA PESQUISA	108
4.2	CARACTERIZAÇÃO DA PESQUISA.....	110
4.3	CARACTERIZAÇÃO DO CAMPO DE PESQUISA	112
4.4	PROCESSO DE INTERVENÇÃO	112
4.5	LEVANTAMENTO DA POPULAÇÃO E AMOSTRA	113
4.5.1	Levantamento da População	114
4.5.2	Definição da Amostra.....	114
4.5.3	Identificação do Perfil da Amostra	115
4.6	INSTRUMENTO DE AVALIAÇÃO E APLICAÇÃO – SRQ - 20.....	119
4.7	INSTRUMENTO DE AVALIAÇÃO E APLICAÇÃO – ISSL.....	121
4.8	PROCEDIMENTOS ESTATÍSTICOS	121
4.9	AVALIAÇÃO DO DESEMPENHO DOS PAPÉIS	123
4.10	TESTE SOCIOMÉTRICO	125
4.11	DESENVOLVIMENTO DAS SESSÕES.....	130

4.11.1	Hipóteses.....	131
4.12	RESULTADOS DA INTERVENÇÃO.....	132
4.13	PROCEDIMENTOS ÉTICOS	132
5	APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS RESULTADOS QUANTITATIVOS..	134
5.1	DESEMPENHO DOS GRUPOS EXPERIMENTAIS	134
5.1.1	Resultado dos Grupos Experimentais – ISSL.....	134
5.1.2	Resultado nos Grupos Experimentais – SRQ-20.....	136
5.1.3	Resultado nos Grupos Experimentais – Teste Sociométrico.....	138
5.2	DESEMPENHO DOS GRUPOS EXPERIMENTAIS X GRUPO CONTROLE....	140
5.2.1	Grupo Experimental <i>versus</i> Grupo Controle - ISSL	140
5.2.2	Grupo Experimental <i>versus</i> Grupo Controle – SRQ-20.....	142
5.2.3	Relação entre Grupo Experimental e Controle – SRQ-20	144
5.3	INFLUÊNCIA DE FATORES SOCIODEMOGRÁFICOS	146
5.3.1	Influência da Frequência	146
5.3.2	Influência de Fatores Sociodemográficos.....	151
5.3.2.1	<i>Sexo</i>	151
5.3.2.2	<i>Idade.....</i>	152
5.3.2.3	<i>Escolaridade.....</i>	153
5.4	DESEMPENHO INDIVIDUAL – TESTE SOCIOMÉTRICO	155
5.4.1	Teste Sociométrico – Grupo Alfa.....	156
5.4.2	Teste Sociométrico – Grupo Beta.....	160
5.4.3	Teste Sociométrico - Grupo Charlie	165
5.4.4	Teste Sociométrico – Grupo Delta	168
5.5	DESEMPENHO INDIVIDUAL – ÁTOMO SOCIAL	171
5.5.1	Análise do Átomo Social de João	172
5.5.2	Análise do Átomo Social de Pedro	174
5.5.3	Análise do Átomo Social de José.....	175

5.5.4	Análise do Átomo Social de Manoel	177
5.5.5	Análise do Átomo Social de Maria.....	178
5.5.6	Análise Quantitativa dos Átomos Sociais.....	179
6	APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS RESULTADOS QUALITATIVOS.....	181
6.1	RELATO DAS SESSÕES	181
6.1.1	1º Encontro – ÁTOMO SOCIAL.....	183
6.1.2	2º Encontro - PSICOGRAMA.....	186
6.1.3	3º Encontro - PSICODRAMA.....	189
6.1.4	4º Encontro - JOGO DRAMÁTICO	194
6.1.5	5º Encontro - PSICODRAMA INTERNO	199
6.1.6	6º Encontro - PSICODRAMA INTERNO	206
6.1.7	7º encontro - JOGO DRAMÁTICO	213
6.1.8	8º Encontro - JOGO DO ENIGMA	216
6.1.9	9º Encontro – SOCIODRAMA	219
6.1.10	10º Encontro - PSICODRAMA TEMÁTICO: CORPO.....	225
6.1.11	11º Encontro – ÁTOMO SOCIAL.....	228
6.1.12	12º Encontro - PSICOGRAMA.....	230
6.2	ANÁLISE DOS DESENHOS	231
6.2.1	Análise do Desenho de Antônio.....	231
6.2.2	Análise do Desenho de Francisco	233
6.2.3	Análise do Desenho de Joaquim.....	235
6.3	AVALIAÇÃO DOS ALUNOS	241
7	CONCLUSÃO	246
8	CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	255
	REFERÊNCIAS.....	257
	APÊNDICE A – TCLE.....	265
	APÊNDICE B – TCLE	266

1 INTRODUÇÃO

1.1 ORIGEM DO TRABALHO

Na terceira fase do curso de Psicologia, conheci a fenomenologia e por ela logo me interessei. A fenomenologia se apresentava como uma alternativa à psicanálise que me era ensinada na época. Conhecer Sarte, Kierkegaard, Hegel e Husserl levou-me a uma nova compreensão do conceito de ‘Consciência’ e de ‘Eu’. Para aprofundar este saber, formei um grupo de estudos com dois professores da UFSC: um filósofo sartreano e uma psicodramatista que me apresentou o legado de Jacob Levy Moreno – o Psicodrama. Estamos em 1980.

Minha familiaridade com o Psicodrama cresceu, e decidi que esta seria a abordagem que utilizaria no desempenho do meu papel de psicóloga, levando em conta a compatibilidade da visão moreniana de saúde mental com a minha concepção, na qual o ser humano é naturalmente saudável e provido de espontaneidade, criatividade e sensibilidade. Ato contínuo, ingressei na formação em Psicodrama, ainda na graduação e, desde então, busco no Psicodrama os fundamentos filosóficos, teóricos, técnicos e metodológicos da minha prática profissional.

Esta prática foi iniciada no campo clínico, após a graduação em 1984, como psicoterapeuta de adolescentes, adultos, casais e famílias, nas modalidades individual e grupal, e mais adiante como supervisora clínica. No campo organizacional, desde 1990, desenvolvo consultoria de Recursos Humanos. Desde 1993, dedico-me ao ensino e formação de novos psicodramatistas, por meio da instituição Locus Psicodrama na qual, além de lecionar e orientar monografias, coordeno o curso de especialização e formação. A Locus é integrante da Federação Brasileira de Psicodrama - FEBRAP.

Nesses anos dedicados à psicologia psicodramática, uma das questões que me instigou foi atender, nos últimos 20 anos e em parceria com um psiquiatra, a muitos pacientes militares afastados do trabalho por sintomas importantes de Depressão, Ansiedade, Transtorno do Estresse Pós-Traumático e Estresse. Ao longo do tempo, recebi militares em sofrimento atroz, homens valentes em seus uniformes, fortes e com tanta lágrima contida.

A partir dos resultados obtidos na prática do meu consultório, decidi iniciar uma pesquisa científica que permitisse estudar o fenômeno do Estresse com profundidade e sob orientação para responder a uma curiosidade científica acerca da eficácia do Psicodrama no tratamento do Estresse dos Militares. Assim nasceu esta pesquisa.

1.2 APRESENTAÇÃO DO TRABALHO

Uma afirmação incontestável deste início de milênio é de que as relações humanas se globalizaram. As inovações tecnológicas que influenciaram e modificaram o ser humano estão cada vez mais presentes e atuantes. A ciência vem ganhando importância ao longo dos anos como recurso para o desenvolvimento de tecnologias¹. Miranda (2002, p. 11) afirma que a tecnologia vem propiciando transformações profundas e imprimindo mudanças nos fatores históricos, sociais, culturais, econômicos e políticos, contribuindo para alterar a relação do ser humano com o mundo que o cerca. Essa relação do homem com o mundo, sendo via de mão dupla, faz com que o primeiro seja modificado pelo segundo ao tempo que também o modifica.

Na passagem para o século XXI, da sociedade moderna à sociedade pós-moderna, ocorreu uma crise de valores sociais. Tal crise é exposta por Baumann (2013, p. 22) por meio da ideia de que a “modernidade sólida” está dando lugar à “modernidade líquida”. Aquilo que era presumivelmente duradouro passa a ser universalmente transitório e fluido e “tudo nasce com a marca da morte iminente e emerge da linha de produção com o ‘prazo de validade’ impresso ou presumido, portanto, transitório, fugaz, descartável ou efêmero com consequências emocionais para o ser humano.

Há quase um século, precisamente em 1936, o cineasta Charles Chaplin, em “Tempos Modernos”², denunciou os efeitos das transformações tecnológicas no aspecto emocional do ser humano. Há meio século, em 1973, o filme “No mundo de 2020”³ trata do efeito estufa, concluindo que ‘fenômenos’ como a poluição, a pobreza e a superpopulação impeliriam o ser humano à eutanásia. No início da década de 2010, Baumann afirmou que o sistema de valores sociais, culturais e econômicos estava em crise, “sem terreno firme nem destino exato”, refletido pela constante ameaça ao meio ambiente e à vida por meio de guerras, doenças e patologias sociais (2011, p. 83). Nesses três momentos, entre outros tantos, somos alertados

¹ Bazzo, Lisingen e Teixeira (2003, p. 40 e 41) esclarecem que, diferentemente da técnica que faria referência a habilidades, procedimentos, artefatos desenvolvidos sem a ajuda do conhecimento científico, o termo “tecnologia” seria utilizado para se referir aos sistemas desenvolvidos levando em conta o conhecimento científico.

² Filme americano do estilo drama-comédia-romântico dirigido, produzido e protagonizado pelo britânico Charlie Chaplin (1889-1977), em 1936. O protagonista, no personagem Carlitos, teve um colapso nervoso dentro do trabalho, sendo hospitalizado, pois não consegue parar de fazer os movimentos de apertar parafusos, que fazia repetitivamente na fábrica.

³ Filme do gênero *thriller* distópico, dirigido por Richard Fleischer e protagonizado por Charlton Heston e Leigh Taylor-Young que reflete o drama da fome mundial em Nova Iorque, com 40 milhões de habitantes. Nesse filme, para alimentar os pobres, existem *tabletes* verdes produzidos por meio da industrialização de algas. Somente os ricos têm acesso a comidas raras, frutas e legumes.

para a influência das transformações sociais no equilíbrio emocional do ser humano. Logo, é razoável inferir que algumas das novas patologias psiquiátricas advieram dessas transformações sociais ou foram ampliadas por elas, trazendo consigo as síndromes da vida moderna - uma delas foi o Estresse.

Normalmente, o Estresse é associado à vida agitada, ao dia cheio de tarefas e responsabilidades, com sobrecarga física ou emocional. Em matéria do jornal O Globo⁴ sob o título “Estresse, o maior gatilho para as síndromes da vida moderna”, pôde ser lido: “lidar com as exigências de uma sociedade contemporânea, com o imperativo da pressa e das incertezas, sem falar na quase obrigação de estar sempre conectado, ligado e produtivo, não é fácil” (s/p). Mais adiante na matéria, é acrescentado: “Não raro, esse pacote provoca um desequilíbrio do ritmo biológico, levando ao desenvolvimento de uma série de distúrbios igualmente contemporâneos” (s/p). Um desses distúrbios é o Estresse.

As mudanças significativas da sociedade nos últimos anos apontadas por Baumann, e vividas por todos, influenciaram o mundo do trabalho. Na lista das mudanças ocorridas na relação empregado/empregador estão a multifuncionalidade, os salários pagos por produtividade, os trabalhos na modalidade *free-lancer*, os serviços temporários, os chamados *home offices*, as Microempresas Individuais (MEIs), as terceirizações e quarteirizações, as cobranças acentuadas de metas, entre outras mudanças. Todas as transformações contribuem para a sobrecarga de trabalho, insegurança profissional e aumento do Estresse.

A palavra inglesa *stress*⁵ provém do latim *stringere*, cujo significado é “tensionar”. Foi utilizada no século XVII para expressar “adversidade” ou “infelicidade”, antes de ser recuperada pelos teóricos da física do século XIX, para designar a “força resultante de um corpo submetido a uma força contrária, que tende a deformar tal corpo” (Jeammet & Consoli, 1982). De modo específico, na engenharia, “estresse” refere-se à resistência da matéria a partir da intensidade da força aplicada sobre ela (CALLISTER, 2007).

Uma revisão sistemática nas bases de dados Pubmed, Scopus e Web of Science foi realizada por Nodari *et al.* (2014), utilizando como palavras-chave os termos em inglês: “*stress*”, “*concept*”, “*health*” e “*evaluation*”, entre 1959 e 2014, na qual avaliaram 26 artigos

⁴ Disponível em: <https://oglobo.globo.com/sociedade/saude/estresse-maior-gatilho-para-as-sindromes-da-vida-moderna-12678021#ixzz4kSBYrl3g>. Por: Flávia Molhorce, 01/06/2014 6:00 / Atualizado 15/06/2014 10:04. Acesso em: 19 jun. 2017.

⁵ Considerado um estrangeirismo, o “aportuguesamento” para estresse aconteceu devido ao que diz as regras de pronúncia da língua portuguesa, de acordo com o Dicionário Etimológico – Etimologia e Origem das palavras. Disponível em: <https://www.dicionarioetimologico.com.br/estresse>. Acesso em: 23 maio 2017.

e 22 livros. Os pesquisadores descobriram que o estudo sistemático sobre estresse foi iniciado em 1936, com Hans Selye, ao investigar hormônios sexuais em ratos. Já o termo “estresse fisiológico” foi originado em 1959, após estudos de engenharia e de observações de militares americanos submetidos a condições extremas. Prosseguindo em seus estudos, em 1963, Hans Selye avaliou as reações fisiológicas às agressões diversas submetidas ao organismo, denominando-as Síndrome da Adaptação Geral - SAG (NODARI *et al.*, 2014).

De acordo com Selye (1959), o estresse é “um elemento inerente a toda doença, que produz certas modificações na estrutura e na composição química do corpo, que podem ser observadas e mensuradas”. Não é necessário que ocorra todas as etapas para haver o registro da síndrome, uma vez que somente o estresse mais grave leva à fase de exaustão e até à morte. Contudo, ainda para o autor, o estresse nem sempre é negativo. A manifestação favorável deste é denominada “Eustresse”. O eustresse mobiliza recursos e mecanismos para enfrentamento positivo, melhorando o desempenho pessoal. Porém, quando atinge uma intensidade maior, passa a se chamar “Distresse”, afetando a mente, o corpo e o comportamento de muitas maneiras.

Outros autores, como Filgueiras e Hippert, apresentam perspectivas distintas para o conceito de estresse. Para Filgueiras (1999), “o estresse (físico, psicológico ou social) é definido como conjunto de reações e estímulos que causam distúrbios no equilíbrio do organismo, frequentemente com efeitos danosos”. Já Hilppert (1999), mais crítico, baseado em Castiel (1994) e Doublet (1998), da Escola de Psicossomática de Paris – EPP, enfatiza o aspecto subjetivo do adoecer, divergindo das teses agressológicas, uma vez que estas, a partir do esquema estímulo-resposta, consideram o adoecer como faceta das reações fisiológicas.

Na concepção de Déjourns, Marty & Herzberg-Poloniecka (1980), integrantes da EPP, não existem diferenças entre as formas de adoecer, o que torna a diferença qualitativa dos estímulos uma parcela desprezível nesse processo. Colocado em outros termos, uma pessoa pode ficar estressada devido a um luto ou à sobrecarga de trabalho, e a maneira pela qual adoeceu é de menor importância. Assim, o luto seria, por exemplo, encarado nos termos das reações endocrinológicas geradoras do estresse mais que sua causa. Aliado a isso, os autores concluem que a definição de estresse “é ainda um tanto imprecisa, o que não impede que alguns trabalhos sobre o estresse desenvolvidos por profissionais sérios tenham apresentado bons resultados”, pois alguns bons e sérios trabalhos ocupam-se mais da identificação de sintomas, classificação e origem do que da definição propriamente dita do construto.

Se por um lado o conceito de Estresse se encontra “um tanto impreciso” entre autores, por outro, o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais – 5ª ed. (DSM V- 2014), da American Psychiatric Association – (APA), deixa claro que o Transtorno de Adaptação de Selye, de 1936, é um subtipo de “Transtorno Relacionado a Trauma e a Estressores”. Ainda segundo o DSM-V (2014, p. 265), “a caracterização do estresse se dá pela presença explícita do agente estressor” como um critério diagnóstico e reúne diversos transtornos, tais como: o Transtorno de Apego Reativo (TAR); o Transtorno de Interação Social Desinibida (TISD); o Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT); o Transtorno de Estresse Agudo (TEA) e os Transtornos de Adaptação (TA)”.

O mesmo DSM-V apresenta o rol de sintomas para diagnóstico do estresse:

- a) intrusão: lembrança, sonhos angustiantes, *flashback*, reações dissociativas etc;
- b) humor negativo: incapacidade de persistir e de vivenciar sentimentos de felicidade e amor, entre outros;
- c) dissociação: senso de realidade alterado, amnésia dissociativa;
- d) evitação: esforço para evitar pensamentos, recordações e sentimentos relativos ao evento e;
- e) excitação: perturbação do sono, hipervigilância, problemas de concentração, sobressaltos, etc.

De acordo com o DSM-V, é necessário a presença do agente estressor, que, atuando sobre o sujeito, causaria tais sintomas, conforme o diagrama da Figura 1.

Figura 1: Fases do Transtorno Relacionadas a Traumas e Estressores



Fonte: Organização da autora, a partir de Nodari *et al.* (2014) e DSM-V (2014).

Como consequência do estresse, o sujeito apresenta prejuízos funcionais decorrentes de “interferência no sono, nos níveis de energia e na capacidade de realizar tarefas” (DSM, 2014, p. 265). O sujeito tende ao afastamento generalizado de situações percebidas como ameaçadoras, afastando-se o mais que pode do agente estressor, podendo levar ao absentismo no trabalho. Nessa circunstância, é necessário, portanto, que o sujeito seja submetido a um adequado tratamento.

Em pesquisa no portal SciELO com os descritores estresse e tratamento, foram encontrados 41 artigos, que incluem os que tratam da atuação do psicólogo diante de desastres naturais, sofrimento de familiares de usuários de um Centro de Atenção Psicossocial,

motivação como ferramenta à odontopediatria, estresse frente a procedimentos cirúrgicos ou de membros de famílias de pacientes com transtorno mental ou ainda de portadores de TEPT, apenas para citar alguns. Nenhum dos artigos listados, porém, versa sobre a redução dos sintomas psicológicos de estresse de pacientes adultos.

Nessa perspectiva, Silva e Salles (2015) publicam um artigo acerca do problema das empresas cujos funcionários apresentavam estresse e afirmam que “a solução para a problemática identificada foi apresentar tratamentos alternativos para empresas, a fim de que seus colaboradores tenham mais qualidade de vida”. Essa solução consiste em tratamentos alternativos com hipnose, acupuntura e atividades físicas. Outros sites seguem a mesma direção como, por exemplo, o do hospital israelita Albert Einstein, que aponta que o tratamento “foca três pontos: administrar os estressores, aumentar a resistência a eles e mudar a forma de enfrentá-los”⁶. O site indica ainda o dormir bem, alimentar-se de forma saudável, fazer atividades físicas, proporcionar-se momentos de prazer e relaxamento e evitar estimulantes e substâncias tóxicas como café, bebidas alcóolicas, tabaco e outras substâncias, como tratamento. Sacco, Ferreira e Silva apresentam artigo sobre o uso da aromaterapia, embora fora da perspectiva da psicologia.

No âmbito da psicologia, os estudos dos psicólogos Paschoal & Tamayo (2004) validam escala de estresse no trabalho e os de Sisto e colaboradores (2008), no México, fazem uma análise fatorial da escala de vulnerabilidade do estresse. Como esses, muitos outros estudos tratam da avaliação e causas do estresse, porém não versam sobre o tratamento psicológico. Em geral, esse tratamento dá-se imerso no conjunto dos tratamentos realizados pelos psicólogos. Todavia, ainda existem muitas lacunas nas psicoterapias e nos tratamentos para compreensão do estresse como um fenômeno, tanto de investigação quanto de intervenção, e por isso a Socionomia poderia, após validação científica, ser um instrumento mais eficaz para o tratamento do estresse.

Se por um lado ainda há lacunas nos estudos para tratamento do estresse, por outro, conforme Alvarez (1996), o ritmo frenético da sociedade tem tornado a vida estressante e a saúde do trabalhador, comprometida. No trabalho, o tipo ou a natureza do que é realizado implica a qualidade de vida das pessoas, devido a fatores de natureza biológica, psicológica e sociocultural. Nesse contexto globalizado e competitivo, existem trabalhos mais estressante e

⁶ Disponível em: <https://www.einstein.br/noticias/noticia/tudo-sobre-estresse#:~:text=O%20problema%20%C3%A9%20quando%20se,a%20forma%20de%20enfrenta%2Dlos>. Acesso em: 03 ago. 2020.

outros menos. Basta comparar-se as atividades desempenhadas por um operador da bolsa de valores com as de um professor de yoga. De acordo com a pesquisa de CAREERCAST (2016), num *ranking* entre 200 profissões mais estressantes do mundo, as quatro primeiras posições envolvem a vida militar. Em primeiro lugar, estão os bombeiros; em segundo, os militares alistados; em terceiro, os generais e em quarto lugar os policiais militares.

No Brasil, num estudo transversal realizado em 2011 com 89,5% da população da corporação de bombeiros e policiais militares da cidade de Belo Horizonte (MG), Brasil e *et al.* (2015), os pesquisadores concluíram que há uma prevalência de TEPT de 6,9%. O fenômeno foi explicado pela contribuição de variáveis ocupacionais e psicossociais do trabalho. Eventos traumáticos ocupacionais, tempo de trabalho e absenteísmo, bem como outras variáveis extras laborais, também contribuem para explicar o fenômeno. Nesse estudo, os bombeiros e os policiais foram caracterizados como profissionais vulneráveis ao estresse, com prevalência de Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT) e outros fatores ocupacionais.

Ainda em relação aos militares, Costa, Accioly Jr, Oliveira & Maia (2007, p. 217) investigaram o diagnóstico dos policiais, trazendo como resultado o fato de que “47,4% apresentaram sintomatologia do estresse, dos quais: 3,4% encontravam-se na fase de alerta; 39,8% na fase de resistência; 3,8% na fase de quase-exaustão; e, 0,4% na fase de exaustão. Além disso, sintomas psicológicos foram registrados em 76,0% dos policiais com estresse, e sintomas físicos em 24,0%”. Esses são percentuais preocupantes quando considerado o efetivo da Polícia Militar do Brasil, que é de aproximadamente 500.000⁷ integrantes.

Em outro estudo com policias militares, Barbosa & Silva (2013, p. 51) constataram que “os policiais militares apresentam estresse em diferentes graus de intensidade e índices acima dos encontrados em outros estudos nacionais”. Por conseguinte, os autores “reforçam a necessidade da adoção e implantação de medidas de promoção e prevenção específicas, a fim de reduzir a vulnerabilidade a doenças, melhorando a qualidade de vida desses trabalhadores”, medidas estas escassas e negligenciadas pelas instituições públicas e ou privadas responsáveis pela saúde desses trabalhadores.

De modo mais específico, no Estado de Santa Catarina, a Secretaria da Segurança Pública realizou, no ano de 2010, o “Mapeamento das Fontes de Estresse em Profissionais da

⁷ Fonte: Inspeção Geral das Polícias Militares. Disponível em: www.coter.eb.mil.br. Acesso em: 14 maio 2019. Arquivado do original em 13 de fevereiro de 2014.

Segurança Pública do Estado de Santa Catarina”⁸, no qual foram apresentados dados relativos ao estresse, não apontando, entretanto, nenhuma forma de tratamento ou adoção de políticas e de práticas em relação a tais determinantes. Ainda, no referido documento, é reforçada a necessidade de se estabelecer um protocolo de intervenção que visasse à minimização dos sofrimentos dos portadores de estresse, em particular, o estresse ocupacional dos policiais militares de Santa Catarina, objeto desta pesquisa.

A partir das considerações elencadas e dada a relevância e natureza da atividade, o estresse dos integrantes da Polícia Militar do Estado de Santa Catarina – PMSC acaba por se constituir numa exigência de investigação e de intervenção. Esta investigação dialoga com a linha de pesquisa “Processos Psicossociais e de Saúde no Trabalho e nas Organizações”, pertencente à área de concentração “Psicologia Organizacional e do Trabalho”, do Programa de Pós-graduação de Psicologia da Universidade Federal de Santa Catarina - UFSC.

Ao se considerar o delineamento para estudo dos fenômenos em questão, bem como as diferentes perspectivas teóricas e metodológicas da psicologia, o Psicodrama foi utilizado como fundamento filosófico, teórico, conceitual, técnico e metodológico para investigação e intervenção na problemática/fenômeno estabelecido na presente pesquisa. O Psicodrama é um método

de ação profunda e transformadora, que trabalha tanto as relações interpessoais, como as ideologias particulares e coletivas que as sustentam. Sua aplicação é uma das mais eficientes e criativas nos campos citados. É orientado pela emoção, pelo grupo e pela cocriação, pois busca promover estados espontâneos, discriminação e integração, a harmonia entre o individual e o coletivo, o mundo interno com a realidade compartilhada. Produz catarse emocional e *insights* cognitivos (MORENO, 1992, p. 188).

O método psicodramático é embasado em uma visão de homem no mundo. A visão de homem moreniana é a de que todo homem nasce com o potencial de ser espontâneo, criativo e sensível e que fatores adversos fazem com que esse potencial seja embotado, surgindo as patologias. Assim, o método esmera-se em teorias e técnicas com o propósito último de resgatar a criatividade e a espontaneidade, tornando o “homem livre para a ação”. (GONÇALVES *et al.*, 1988).

⁸ SANTA CATARINA. SECRETARIA DA SEGURANÇA PÚBLICA. Mapeamento das Fontes de Estresse em Profissionais da Segurança Pública do Estado de Santa Catarina. Florianópolis: DIFC/SSP – SENASP/MJ, 2010. 71 p.

A escolha dos postulados do Psicodrama como fundamentação teórica e correspondente método de investigação e de intervenção está embasada em:

- a) apresentar, como diferencial, o fato de não estar apoiado apenas em verbalizações e interpretações, mas em reviver os conflitos que motivaram o estresse por meio da ação;
- b) não exigir um espaço determinado para que a intervenção aconteça, podendo ser no ambiente de trabalho ou no local do evento extremo em que ocorreu o estresse;
- c) não exigir recursos materiais ou tecnologia caros, mas, ao contrário, requerer um mínimo de materiais ou mesmo nenhum material, de modo a tornar a pesquisa de baixo custo operacional;
- d) conter, em seu corpo teórico e técnico, uma diversidade de alternativas de intervenção que permita acesso tanto ao coletivo como ao individual, ampliando sobremaneira as possibilidades de coleta de dados e,
- e) não abranger apenas o encontro entre duas pessoas (terapeuta e cliente), mas poder envolver grupos, como é apresentado no Projeto Socionômico⁹.

O projeto socionômico moreniano é constituído por três disciplinas distintas e correlatas. A primeira estuda a dinâmica das relações grupais e suas intervenções, chamada de Sociodinâmica. A segunda, Sociometria, está dedicada à métrica do *socius*¹⁰; e a terceira, a Sociatria, encarrega-se do tratamento desse mesmo *socius*. Assim, a Sociodinâmica e a Sociometria encarregam-se de identificar os problemas, e a Sociatria, de tratá-los. Pela Sociatria, os psicodramatistas buscam o tratamento dos conflitos, sejam estes inerentes a um sujeito, parilha relacional, grupo privado ou à sociedade como um todo. A Socionomia de Moreno popularizou-se, na primeira metade do século XX, com o nome de PSICODRAMA, que se mantém em uso até hoje.

Na Socionomia, a partir dos contextos social (relativo à sociedade em geral), grupal (relativo a um determinado grupo) e dramático (vivenciado no psicodrama) e juntamente com os elementos constitutivos da sessão psicodramática (diretor, ego-auxiliar, protagonista, palco e plateia) são cumpridas cada uma das etapas da sessão, a saber: aquecimento inespecífico e

⁹ Ao conjunto Sociodinâmica, Sociometria e Sociatria, chamamos Socionomia, ou seja, Psicodrama. Parafrazeando Moreno, "Para avançar na ciência da Paz precisamos de uma extensão da psiquiatria, uma psiquiatria da humanidade, uma sociatria" (GONÇALVES *et al.*, 1988).

¹⁰ [Latim] Palavra que significava "aliado", "amigo", "camarada". Deu origem a diversas palavras em português tais como, "sócio", "sociedade", "social".

específico, dramatização, compartilhamento e processamento. De forma sintética, o aquecimento inespecífico prepara o(s) participante(s) para a retirada do protagonista. No aquecimento específico este protagonista é preparado para entrar em ação, que ocorrerá sequencialmente na etapa da dramatização. Cabe à etapa do compartilhamento a socialização dos sentimentos e efeitos causados pela dramatização. Após, e exclusivamente para fins de ensino/aprendizagem, ocorre uma análise técnica da sessão, denominada processamento, constituindo-se sua última etapa.

Partindo das demandas do protagonista, o Psicodramatista (diretor) utiliza os recursos psicodramáticos (técnicas, teatro, sociodrama, jogos) mais indicados para cada caso, sempre com o objetivo de resgatar, em cada participante, a criatividade, espontaneidade e a sensibilidade, que são premissas básicas do pensamento moreniano (GONÇALVES *et al.*, 1988). Utilizando a estrutura da sessão de Psicodrama e dos processos decorrentes (catarse de integração, *insight*, elaboração intelectual, formação de vínculos), o diretor pode adentrar o universo dos profissionais da Polícia Militar de Santa Catarina, de modo a favorecer o resgate da espontaneidade, criatividade e sensibilidade, fatores que constituem a essência do ser.

Desse modo, investigar a eficácia do psicodrama como método de intervenção para a redução do estresse dos militares da Polícia do Estado Santa Catarina acaba por se constituir o tema/problema deste estudo.

1.3 TEMA E PROBLEMA

Esta pesquisa está circunscrita, no âmbito da saúde humana, ao tema Estresse e busca saber se a intervenção socionômica é capaz de reduzir sintomas psicológicos de estresse em policiais militares. Isso se constitui numa exigência de investigação e intervenção, estando conectada à linha de pesquisa “Processos Psicossociais e de Saúde no Trabalho e nas Organizações” e pertence à área de concentração “Psicologia Organizacional e do Trabalho”, do Programa de Pós-graduação de Psicologia da Universidade Federal de Santa Catarina - UFSC.

1.4 ORIGINALIDADE E RELEVÂNCIA CIENTÍFICA E SOCIAL DA PESQUISA

A originalidade de um trabalho científico implica o desvendamento de dúvidas, apresentação de perspectivas à abordagem de problemas, revelação de resoluções,

explicitação de correlações importantes, que em conjunto descrevem as novidades que enriqueçam o conhecimento sobre um assunto. Assim, a necessidade de ampliar o conhecimento acerca do problema apresentado e da utilização do Psicodrama como referencial de intervenção e investigação pode ser considerada original e cientificamente relevante embasada:

1. Na impossibilidade de encontrar, na literatura nacional, estudo brasileiro acerca do fenômeno do estresse em policiais militares, na perspectiva psicodramática. Para tal, foi realizado um estudo bibliométrico na Revista Brasileira de Psicodrama -RBP (Bernardes & Silva (2016) e uma pesquisa nas bases de dados Web of Science¹¹, DynaMed¹², PubMed Medline¹³, IBECs¹⁴, LILACS¹⁵, Index Psicologia¹⁶– Portal Periódicos UFSC¹⁷, WHOLIS¹⁸, PEPSIC¹⁹, Ulrichs Web²⁰ e SciELO²¹. Foram pesquisados artigos com descritores ‘Estresse’, ‘Psicodrama’, ‘Militar*’, com operador booleano ‘AND’, nos idiomas inglês, português e espanhol com resultado zero. A pesquisa abarcou os últimos 20 anos. Igualmente foram consultados o Banco de Teses e Dissertações da Capes²² e o Banco de Teses e Dissertações da BDTD²³ para os mesmos descritores com o mesmo resultado²⁴;
2. Na impossibilidade de encontrar, na literatura internacional consultada, estudo acerca do fenômeno do estresse em policiais militares, com base no Psicodrama, conforme pesquisa nas bases de dados EBSCOhost²⁵, IBICTOASISBR²⁶, Web of Science, Medline, IBECs, LILACS, PEPSIC e SciELO, com descritores: ‘Estresse’, ‘Psicodrama’, ‘Militar*’, com operador booleano ‘AND’, com resultado zero.²⁷ A pesquisa abarcou os últimos 50 anos nos idiomas espanhol, inglês e português;
3. Na impossibilidade de encontrar, na literatura brasileira consultada, estudo acerca de Tratamento do Estresse em policiais militares com base no Psicodrama, conforme pesquisa nas bases de dados EBSCOhost²⁸, IBICTOASISBR²⁹, Web of Science, Medline, IBECs, LILACS, PEPSIC e SciELO, com descritores: ‘Estresse’, ‘Psicodrama’, ‘Militar*’

¹¹ Web of Science - WoS. Disponível em: <https://www.webofknowledge.com>.

¹² DynaMed – Disponível em: <http://search.ebscohost.com/login.aspx?authtype=ip,uid&profile=dynamed>.

¹³ United States National Library of Medicine. Pubmed Medline - Disponível em: www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/.

¹⁴ IBECs. Integrated Building Environmental Communications System (networking). Disponível em: www.red.bvsalud.org/lis-rede-BVS/resource/IBECs.

¹⁵ Latin American and Caribbean Health Science Literature LILACS. Disponível em: <https://lilacs.bvsalud.org>.

¹⁶ Index Psi. Disponível em: <http://www.bvs-psi.org.br/php/level.php?lang=&component=53&item=8>.

¹⁷ Portal Periódicos UFSC. Disponível em: www.periodicos.ufsc.br/.

¹⁸ World Health Organization Library. Disponível em: www.who.int/library/databases/wholis_tutorial/en/.

¹⁹ Periódicos Eletrônicos em Psicologia. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/>.

²⁰ Portal de periódicos: ULRICHS WEB Global Serials Directory. Disponível em: www.ulrichsweb.com/.

²¹ Scientific Electronic Library Online: SciELO. Disponível em: www.scielo.org/.

²² Disponível em: <http://catalogodeteses.capes.gov.br/catalogo-teses/#/>

²³ Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações: Disponível em: <http://bdtb.ibict.br/vufind/>.

²⁴ Consulta realizada em 20/04/2017 e refeita em 03/11/2019.

²⁵ idem

²⁶ idem

²⁷ Consulta realizada em 23/04/2017 e refeita em 06/11/2019.

²⁸ idem

²⁹ Consulta realizada em 23/04/2017 e refeita entre 16 e 17/11/2019.

- e ‘Tratamento’, com operador booleano ‘AND’, com resultado zero³⁰. A pesquisa abarcou os últimos 20 anos. Igualmente foram pesquisados os volumes *online* da RBP³¹ e os volumes físicos da mesma revista na biblioteca da pesquisadora, no total de 60 volumes;
4. Na impossibilidade de encontrar, na literatura brasileira consultada, estudo acerca da eficácia do Psicodrama como método de tratamento do Estresse. Para tal, foi realizada uma pesquisa nos volumes *online* e físicos da RBP³² e uma pesquisa nas bases de dados Web of Science³³, PubMed Medline³⁴, IBECs³⁵, LILACS³⁶, Index Psicologia³⁷– Portal Periódicos UFSC³⁸, PEPSIC³⁹ e SciELO⁴⁰. Foram pesquisados artigos com descritores ‘Eficácia’, ‘Psicodrama’ e ‘Estresse*’, com o operador booleano ‘AND’ nos idiomas português, inglês e espanhol, com resultado zero. A pesquisa abarcou os últimos 20 anos. Igualmente foram consultados o Banco de Teses e Dissertações da Capes⁴¹ e o Banco de Teses e Dissertações da BDTD⁴² para os mesmos descritores com o mesmo resultado⁴³.

A relevância de se conhecer mais acerca do tratamento do estresse de policiais fica ampliada quando consideramos que o contingente brasileiro de militares passa da marca de um milhão de pessoas, distribuídas conforme a Tabela 1:

Tabela 1: Distribuição da população militar por categoria

TIPO	CONTINGENTE	%
Policiais Militares	412.357	40,8
Policiais Cíveis	114.920	11,4
Guardas Municipais	94.639	9,4
Bombeiros	54.080	5,3
Forças Armadas	334.500 ⁴⁴	33,1
Total	1.010.496	100

Fonte: Organizado pela autora, a partir do Anuário Brasileiro e Segurança Pública - 2019⁴⁵.

³⁰ Consulta realizada em 23/04/2017.

³¹ Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_issues&pid=0104-5393&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: em 22 abr. 2017.

³² Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_issues&pid=0104-5393&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 22 abr. 2017.

³³ Web of Science-WoS. Disponível em: <https://www.webofknowledge.com>.

³⁴ United States National Library of Medicine. PubMed Medline. Disponível em: www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed.

³⁵ IBECs. Integrated Building Environmental Communications System (networking). Disponível em: www.red.bvsalud.org/lis-rede-bvs/resource/ibecs.

³⁶ Latin American and Caribbean Health Science Literature LILACS. Disponível em: <https://lilacs.bvsalud.org>

³⁷ Index Psi. Disponível em: <http://www.bvs-psi.org.br/php/level.php?lang=&componente=53&item=8>.

³⁸ Portal Periódicos UFSC. Disponível em: www.periodicos.ufsc.br/.

³⁹ Eletrônicos em Psicologia. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/>.

⁴⁰ Scientific Electronic Library Online: SciELO. Disponível em: www.scielo.org/.

⁴¹ Disponível em: <http://catalogodeteses.capes.gov.br/catalogo-teses/#!/>.

⁴² Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações. Disponível em: <http://bdtd.ibict.br/vufind/>.

⁴³ Consulta realizada em 26/05/202017 e refeita entre 10 e 17/11/2019, tendo sido encontrado os mesmos resultados.

⁴⁴ Disponível em: https://pt.wikipedia.org/wiki/For%C3%A7as_Armadas_do_Brasil. Acesso em: 22 jan. 2020, 13:49.

⁴⁵ Disponível em: <http://www.forumseguranca.org.br/publicacoes/13-anuario-brasileiro-de-seguranca-publica/>.

No Estudo de Dantas *et al.* (2020) acerca da avaliação do estresse em policiais militares, foi identificado que 45% apresentaram estresse em algum nível, com predominância da fase de resistência. Costa *et al.* (2007), em estudo semelhante sobre estresse em policiais militares, apontam que 47,4% apresentaram sintomatologia. Desse percentual, 3,4% encontravam-se na fase de alerta, 39,8% na de resistência, 3,8% na de quase-exaustão e 0,4% na fase de exaustão. Identificaram também que sintomas psicológicos foram registrados em 76,0% dos policiais com estresse, e sintomas físicos, em 24,0%. A pesquisa de Araújo *et al.* (2019), igualmente sobre estresse entre policiais militares, aponta resultados ainda maiores - 74,6% na média da amostra -, classificando-se como estresse de nível moderado. Na pesquisa de Almeida *et al.* (2017) com resultados semelhantes, foi verificado que 72,39% dos participantes apresentaram nível médio de estresse ocupacional, ao passo que 16,99% demonstraram alto nível e 10,62%, baixo nível. Tomando essas pesquisas por base, é possível constatar que o estresse está presente em, no mínimo, 45% das populações militares pesquisadas e inferir que o contingente de militares com algum sintoma de estresse pode alcançar aproximadamente meio milhão de pessoas.

Outro aspecto a contribuir para a relevância deste estudo é sua aplicabilidade a outras categorias profissionais relacionadas ao Código Nacional de Atividade Econômica – CNAE, considerando-se que, em diferentes graus, as profissões podem gerar contextos de estresse.

À medida que um trabalho consegue reduzir os sintomas de estresse de alguém, seu entorno social beneficia-se, a exemplo dos familiares, vizinhos e colegas de trabalho. Os achados deste estudo poderão, ainda, ser utilizados para intervenção em outros estratos da população sujeitos ao estresse, tais como religiosos, estudantes, políticos, encarcerados, doentes crônicos, refugiados, imigrantes. No âmbito das políticas públicas, os resultados poderão constituir indicadores para proposição de práticas de saúde envolvendo profissionais estressados. Assim, o número de pessoas que poderão ser beneficiadas é consideravelmente grande e expandido a toda sociedade durante adversidades, crises e pandemias.

Logo, esta pesquisa está centrada na investigação da intervenção psicoterapêutica com profissionais da Polícia Militar de Santa Catarina e busca minimizar os sintomas psicológicos de estresse e suas consequências, contribuindo para a saúde desses militares.

Ao se considerar os argumentos até aqui apresentados, o problema de pesquisa é posto da seguinte forma: A Socionomia pode reduzir sintomas psicológicos do estresse em policiais militares?

1.5 OBJETIVOS

1.5.1 Objetivo geral

Analisar o efeito da intervenção socionômica na redução dos sintomas psicológicos de estresse em policiais militares do Estado de Santa Catarina a partir de indicadores quantitativos e qualitativos.

1.5.2 Objetivos específicos

- Caracterizar a sociodinâmica do estresse na perspectiva socionômica;
- Caracterizar a Socionomia como método de investigação e intervenção sociométrica e sociátrica, identificando seus recursos para intervenção junto ao estresse;
- Realizar a intervenção socionômica junto aos policiais militares de Santa Catarina com sintomas de estresse;
- Analisar os resultados sociátricos decorrentes da intervenção da Socionomia em policiais militares do Estado de Santa Catarina.

1.5.3 Estrutura do Trabalho

Este trabalho está estruturado em 8 capítulos, sendo que o primeiro é destinado à introdução em que estão apresentados, além da origem do trabalho, o tema, os objetivos e a relevância do estudo. O segundo e o terceiro capítulos contêm as bases teóricas da pesquisa, apresentando os conceitos e teorias da Socionomia e do Estresse. No quarto capítulo, encontra-se a descrição do método utilizado para a coleta da análise dos dados qualitativos e quantitativos. Na sequência, no quinto capítulo, são apresentados e analisados os dados quantitativos dos instrumentos diagnósticos e das avaliações socionômicas. O capítulo sexto é dedicado a apresentar o relato das sessões de intervenção e a análise qualitativa da pesquisa. O penúltimo capítulo está reservado às conclusões, e o último, às considerações finais, seguido das referências e anexos.

2 SOCIONOMIA

2.1 VIDA E OBRA DE J. L. MORENO

A contribuição de Moreno vai além de suas inovações técnicas, por mais engenhosos e ousados que fossem seus métodos. Ele era um visionário e um criador, que ofereceu aos seres humanos uma nova senda para a auto-realização, uma senda que se origina na Espontaneidade e Criatividade e culmina em encontros genuínos e significativos (MARINEAU, 1982, p. 10).

O criador da Socionomia, Jacob Levy Moreno, nasceu em 18 de maio 1889, em Buscarest, Romênia. Sua biografia constituiu a obra de Marineau (1992), em que consta a forte influência religiosa judaica e cristã recebida por Moreno desde os três anos de idade. Aos cinco anos, migrou com a família para Viena, onde permaneceu até completar os estudos. Sempre apaixonado por crianças, observava atentamente seu comportamento espontâneo e criativo. Com elas desenvolveu um trabalho nos Jardins de Viena durante o período de faculdade, que consistia em contar-lhes “estórias” e representá-las buscando desenvolver (nelas) a criatividade e a espontaneidade.

Ainda no período universitário, Moreno desenvolveu três grandes trabalhos. O primeiro foi realizado com prostitutas em Spittelberg, em 1913, que objetivava dar assistência médica e promover a organização das moças como classe trabalhadora e com elas desenvolveu atividades em grupo, originando o que chamaria mais tarde de **Psicoterapia de Grupo**, sua primeira grande criação. O Segundo ocorreu em campos de refugiados de Mittendorf, Áustria, em 1915, durante a primeira guerra mundial. Moreno propôs um trabalho de reorganização das tendas dos refugiados, levando em consideração os sentimentos positivos e negativos que fluíam entre as pessoas de uma mesma casa e entre as casas. Esta ordenação está embasada nos princípios da **Sociometria**, sua segunda grande criação. O terceiro trabalho consistiu na criação da “Casa do Encontro”: um espaço especialmente criado para abrigar famílias refugiadas, buscando-lhes trabalho e moradia para que prosseguissem suas vidas dignamente.

Conclui medicina em 1917 e tornou-se um médico comprometido com a saúde da sociedade. Amante das artes, particularmente do teatro, este jovem médico criou uma companhia de teatro e desenvolveu uma modalidade teatral nova em contestação à tradicional. Esse novo teatro prima pelo desenvolvimento da espontaneidade do ator. Está aí sua terceira criação: o **Teatro Espontâneo**. O TE permite variações como o *Playback*, *Jornal Vivo*, *Teatro de Reprise* e *Teatro Terapêutico*. Em 1º de abril de 1921, Moreno o apresenta à comunidade vienense. As experiências que se seguiram nesta modalidade levam-no a perceber e

desenvolver a potencialidade terapêutica do teatro. Nasce então o **Psicodrama**, sua quarta criação.

Migrou para os Estados Unidos em 1925 e mais tarde casou-se com Celine Zerka Toeman (1917-2016), sua parceira até o final da vida. Dedicou-se ao estudo dos fenômenos intra e interpessoais, bem como aos intra e intergrupais. Desenvolveu farta quantidade de pesquisas e experimentos no campo da espontaneidade, criando os conceitos fundantes da Socionomia, tornando-a uma nova ciência cujo método de ação profunda e transformadora é capaz de compreender e tratar as relações, como também das ideologias particulares e coletivas que as sustentam.

Inaugurou um Hospital Psiquiátrico, em Beacon, especializado no tratamento de pacientes psicóticos. Desenvolveu o “Teste Sociométrico” depois de variadas pesquisas, incluindo as realizadas na prisão de Sing-Sing e no reformatório para moças de Hudson. Fundou associações nos Estados Unidos e em outros países, incluindo a Associação Internacional das Psicoterapias de Grupo - IAGP⁴⁶, bem como presidiu congressos nacionais e internacionais. Morreu aos 14 de maio de 1974, nos Estados Unidos, deixando vasta obra escrita e um movimento psicodramático que abrange América, Europa e Ásia. Em sua lápide está inscrito “Aqui jaz aquele que abriu as portas da psiquiatria à alegria”.

Desde então, a Socionomia vem expandindo-se em ações e geografia, estando hoje presente em quase todos os países. No território nacional, há trabalhos produzidos em diversas áreas, grande volume de pesquisas e publicações, incluindo a Revista Brasileira de Psicodrama, na qual são publicados os principais estudos e avanços da teoria geral da Socionomia e sua prática.

2.1.1 Teoria Geral da Socionomia

Socionomia é a designação atual para o Psicodrama criado por Jacob Levy Moreno. Entre os anos de 1915 e 1974, Moreno passou experienciando, pesquisando, teorizando e ampliando sua produção que se iniciou em Viena, na Áustria. Chegou aos Estados Unidos em 1925 e de lá se espargiu. Ao Brasil chegou nos idos de 1940 pelas mãos do professor Guerreiro

⁴⁶ International Association of Group Psychotherapy and Group Process – IAGP-GP, cujo congresso o Brasil sediou em 2006 em São Paulo, sob a coordenação e apoio da FEBRAP.

Ramos⁴⁷, que dirigiu Sociodramas no Teatro do Negro, com Abadias do Nascimento⁴⁸. No início dos anos 50, Guerreiro Ramos em uma reunião da Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura – UNESCO, no Rio de Janeiro, entregou um documento sugerindo que a UNESCO adotasse o Psicodrama como método para trabalhar questões de etnia. No Brasil, porém, a maior difusão do Psicodrama aconteceu por meio da ação do psicólogo Pierre Weil⁴⁹, aluno de Moreno.

A ampliação de uma simples técnica para trabalhar conflitos humanos, por meio do teatro, em uma ciência para a compreensão do ser humano e seus processos interacionais, tornou a expressão “Psicodrama” não mais correspondente ao todo do legado de Moreno, uma vez que Psicodrama designava apenas o trabalho desenvolvido com um indivíduo singular, na ação dramática, em prol de sua cura. Daí a expressão “Socionomia” haver tomado seu lugar.

Assim, a denominação Socionomia passou a ser a mais adequada, uma vez que trata de uma ciência que estuda grupos, suas relações e a sociedade como um todo, cujo objeto de estudo é a articulação entre o individual e o coletivo e cujo objetivo é a cocriação: a criação conjunta que promove as interações humanas que propiciam bem-estar social (GONÇALVES *et al.*, 1988).

Nas palavras de Moreno (1975), “drama é uma transliteração do grego (*δράμα*) que significa ação ou coisa feita” e pode ser definido como “ciência que explora a verdade” por meio da ação. Originado do teatro, coube ao Psicodrama não ignorar as “implicações psicoterapêuticas do meio dramático a que Aristóteles se referiu”, mas redescobrir e tratar a ideia de catarse com a psicoterapia, à medida que dirige a atenção para a fase inicial do drama e não para a fase final. Para o autor, a catarse tem como “princípio comum produtor a espontaneidade” (p. 17). Assim, a espontaneidade tornou-se ponto central da Socionomia.

Segundo Aristóteles, Téspis⁵⁰, cantor grego do século VI a.C., foi o primeiro ator do ocidente a representar um personagem numa peça teatral, ou seja, fora do coro, e foi Ésquilo, um dramaturgo da Grécia Antiga, reconhecido como o pai da tragédia, quem introduziu o

⁴⁷ Alberto Guerreiro Ramos (1915-1982). Sociólogo e político brasileiro, Negro foi figura de grande relevo da ciência social no Brasil, estudando a questão racial. Influenciou pensadores de todo o mundo, inclusive na política (Wikipedia).

⁴⁸ Abdias do Nascimento (1914-2011). Ator, poeta, escritor, dramaturgo, artista plástico, professor universitário, político e ativista dos direitos civis e humanos dos negros. Trabalhou no Teatro Experimental do Negro (TEN).

⁴⁹ Pierre Weil (1924-2008). Psicólogo francês residente no Brasil. Autor de cerca de 40 livros. Psicodramatista e Presidente da Fundação Cidade da Paz e Reitor da Universidade Holística para a Paz de Brasília – UNIPAZ.

⁵⁰ Téspis de Ática, “cantor grego do século VI a.C., que, segundo Aristóteles, foi o primeiro ator do Ocidente a representar um personagem numa peça teatral. Segundo outras fontes, ele introduziu a figura do ator principal, destacando-se do coro” (Wikipedia). Consulta realizada em 14 out. 2020, 14:16.

segundo ator, o que permitiu o diálogo entre os papéis pois, anteriormente, os personagens interagiam apenas com o coro. Todavia, a colocação da psique do próprio ator no palco deve ser creditada a J. L. Moreno, no Psicodrama (MORENO,1993). Isso fez a grande diferença entre o teatro e o Psicodrama, essencialmente porque no teatro quem está no palco é um personagem representado por um ator, e no psicodrama é o próprio ator.

Da mesma forma que J. L. inseriu a psique no palco, colocou o “grupo” em psicoterapia, traçando duas grandes diferenças entre o Psicodrama e a psicoterapia dominante da época⁵¹ - a Psicanálise. A primeira grande diferença foi o tratamento do *grupo* ao invés do tratamento do *indivíduo*, e a segunda foi a utilização da *ação* ao invés da *palavra*, pois a psicanálise é eminentemente verbal. Assim, a psicoterapia individual verbal vigente tranforma-se em psicoterapia da ação, ou seja, em Psicodrama, que se transforma em psicoterapia em grupo. Posteriormente, esse mesmo Psicodrama que colocou o sujeito/ator no palco passou a colocar o grupo no palco, nascendo o Grupodrama e mais tarde todo o social no palco com o Sociodrama. J. L. também se dedicou a estudar a métrica (sociometria) e a dinâmica (sociodinâmica) das relações do social. A totalidade desta obra é denominada Socionomia.

Além disso, se de um lado a terapia dominante focou o comportamento subjetivo, limitando-se ao estudo do comportamento direto e deixando de fora o externo, do outro lado, a ciência do comportamento⁵² limitou-se a observar e efetuar experimentos com o comportamento externo, deixando de fora o subjetivo. O método socionômico realiza uma síntese entre os dois, à medida que explora e trata o comportamento em todas as suas dimensões: pensado, sentido e percebido (MORENO, 1993). Este método trata também do comportamento interagido – o interrelacional e o vínculo.

Conforme Monteiro (1993), para a criação do Socionomia, Moreno recebeu diversas influências: da sociologia, psicologia social, etologia, filosofia da existência, fenomenologia, antropologia, axiologia e psicanálise relacional. Entretanto, para Motta (2006), Moreno recebeu ainda a influência da arte (teatro); da religião (cristianismo, judaísmo e hassidismo) e da medicina, pela própria formação universitária.

⁵¹ Psicanálise. Teoria e método criados pelo austríaco Sigmund Freud (1856-1939), que se ocupa da investigação e tratamento das doenças mentais. O francês Jacques Lacan (1901 -1991) e o suíço Carl G. Jung (1875-1961) também são expoentes dessa abordagem.

⁵² Behaviorismo. Originado das ideias dos russos Vladimir Mikhailovich Bechtereov (1857-1927) e Ivan Petrovich Pavlov (1849-1936), o behaviorismo ocupa-se do estudo do comportamento observado. John B. Watson (1878-1948) e Burrhus Frederic Skinner (1904- 1990) são expoentes dessa teoria.

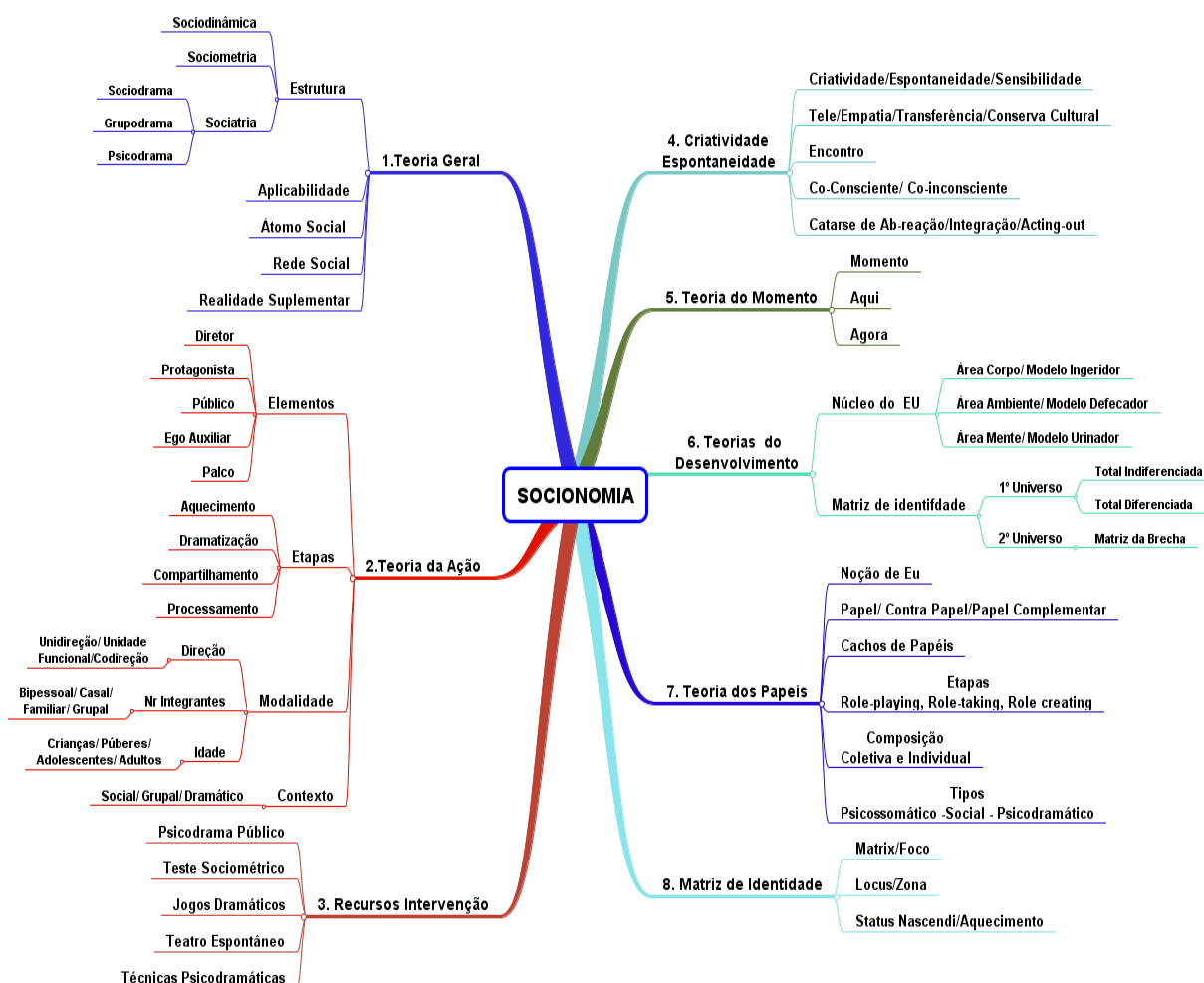
A ordenação dos conhecimentos da teoria socionômica, advindos da empiria e das reflexões teóricas, viabilizou novas práticas e consolidou o trabalho do psicodramatista em contextos variados. Nesse sentido, Perazzo (2012) discorre afirmando que:

quanto mais estreita for essa margem entre, de um lado, captação e incorporação teórica e, de outro, ação no grupo, mais pronta será a capacidade de intervenção do psicodramatista, mais rápidas serão suas decisões, mais efetivo será o aquecimento que ele realiza e mantém em todas as situações do grupo, em todas as suas etapas. Enfim, maior e mais fluída será sua espontaneidade, fulcro efetivo que dispara e confirma a espontaneidade do grupo, do que depende sua vitalidade. É aproximadamente isso que chamo de teoria útil e teoria inútil (p. 84 - 85).

Na perspectiva grupal e com a ideia do homem em relação, a interrelação passa a ser um dos pilares mestres do pensamento moreniano. Para estudar a interrelação, “a Socionomia busca a compreensão dos fenômenos que envolvem o ser humano em seu processo de socialização, tanto na perspectiva homem-grupo quanto na grupo-grupo” (GONÇALVES *et al.*, 1988, p. 41). Ancorado em uma “visão de homem” própria, Moreno observando o ser humano, constatou que o ego deriva de fatores “GETA”- Genéticos, da Espontaneidade, Tele e Ambiente. Assim, a Socionomia ocupa-se dos aspectos inter e intrapessoais, inter e intragrupais e inter e intrassociais, embora não desconsidere o genético, o ambiental e tampouco a relação entre um e outro.

A Socionomia é composta por três disciplinas: Sociodinâmica, Sociometria e Sociatria, que são interdependentes e complementares e que abarcam as três dimensões do fenômeno das interações humanas - estrutura, dinâmica e transformações (NAFFAT NETO, 1997). A Socionomia parte da compreensão do fenômeno, o que a torna uma ciência fenomenológica. A partir das definições da Socionomia encontradas em Gonçalves *et al.* (1988), em Moreno (1992) e em J. D. Moreno (2016) foi possível compor a Figura 2, visando elucidar o universo psicodramático, com seu conjunto de conceitos relacionados a cada uma das teorias psicodramáticas.

Figura 2: Estrutura da Socionomia



Fonte: Bernardes a partir de Moreno (1992), Gonçalves *et al.*, (1988), Moreno (2016) e Moreno. (2016).

Moreno (1992) entende o ser humano como um ser em relação, naturalmente saudável e provido de espontaneidade, criatividade e sensibilidade, e que, ao longo de sua história, inevitavelmente estabelecerá relações que podem causar o embotamento desses fatores, gerando bloqueios na manifestação da espontaneidade, criatividade ou sensibilidade, o que resultaria em adoecimento psíquico.

A teoria sicionômica está, na totalidade, relacionada ao social (átomo social) e relacional (redes sociais), por meio dos quais a espontaneidade e criatividade são expressas ou embotadas (conservas culturais). Em linhas gerais, essa é a visão moreniana de ser humano e base para as teorias, técnicas, princípios e procedimentos, formando um conjunto teórico-metodológico articulado.

A Socionomia é aplicável às diferentes áreas da vida, entre as quais se destacam a profissional, familiar, educacional, social, a partir dos recursos de intervenção. Tais recursos estão embasados nas teorias da Matriz de Identidade, desenvolvimento, papéis, momento e criatividade/espontaneidade e que, por sua vez, sustentam técnicas e conceitos, apresentados a seguir:

2.1.1.1 Estrutura da Socionomia

Reitera-se que a Socionomia se subdivide em Sociodinâmica, Sociometria e Sociatria. A **Sociodinâmica** encarrega-se de estudar o modo de funcionamento do grupo social, e para isso estuda os papéis que os sujeitos nele desempenham. A Sociodinâmica utiliza-se do *role-playing*, ou jogo de papéis, como seu principal procedimento. Embora utilize também teatro espontâneo, jornal vivo, sociodrama e jogos dramáticos como exercício, centra-se no desenvolvimento da capacidade criativa e simbólica do sujeito (ROMAÑA, 1992, p. 84). Tais procedimentos permitem uma identificação e, se for o caso, intervenção na dinâmica grupal.

Já a **Sociometria** dedica-se à métrica das relações humanas, a partir da qual é possível quantificá-las, ajudada pelos sociogramas. Os sociogramas nada mais são que, no dizer de Martín (1996), figuras gráficas desenhadas para apresentar, de forma rápida e simples, resultados de fenômenos investigados, facilitando sobremaneira a visualização destes. A sociometria possui três pontos de sustentação: *socius* (amigo), que se refere aos indivíduos em relação; *metrum* (medida), que se refere à quantificação e medição das relações de tais indivíduos e; o drama (ação), que se refere à intervenção promovida pela sociometria nessas relações.

Dessa forma, a sociometria, por meio da ação no campo social, procede à investigação das medidas das relações grupais ao tempo que intervêm. A sociometria proporciona a base para sustentação de conceitos psicodramáticos importantes, como o de Tele (MENEGAZZO *et al.*, 1995), especialmente por proporcionar fundamentos objetivos e mensuráveis. A sociometria tem como principal instrumento o Teste Sociométrico, desenvolvido pelo próprio Moreno, que permite a exploração quantiquantitativa dos sentimentos positivos (atração), negativos (aversão) ou neutros (indiferença) que permeiam um grupo num momento específico. Explora, ainda, os fenômenos da interação social, tais

como mutualidades, subgrupos, lideranças ou isolamentos. O teste, além de identificar o tipo de interação, destaca aspectos de tensão, mede intensidade, expansividade do fluxo de sentimentos intragrupo ou intergrupos. Por sua vez, a **Sociatria** encarrega-se da terapêutica das relações sociais, tanto que Kaufman (1992, p. 79) a define como a “ciência do tratamento dos sistemas sociais”.

Charmaine (2009) afirma que a Sociatria está ancorada na premissa de que a dramatização do problema central de uma pessoa pode produzir condições para sua saúde, na medida em que uma dramatização permite o reviver do problema central com possibilidade de desfechos mais sadios e curativos para tal pessoa.

Segundo Moreno (1992), a humanidade necessita mais do que uma psiquiatria que trate de um indivíduo, de uma psique. Ela necessita de uma psiquiatria do social, ou seja, uma sociatria. Para Moreno (2020, p. 138), “é da ‘sociatria’ a contrapartida para as patologias. É dessa ciência que o conhecimento pode ser derivado quanto à organização anormal dos grupos, ao diagnóstico e prognóstico, à profilaxia e ao controle do comportamento grupal divergente”. Mais adiante, na mesma obra, Moreno destaca duas teses sobre as pesquisas sociais, sendo a primeira “toda a sociedade humana se desenvolve de acordo com leis definidas” e a segunda “uma verdadeira terapêutica não pode ter um objetivo menor do que toda a humanidade”. Tais teses levam à diferenciação entre Sociometria e Sociatria, quando considerado o “sistema” (p. 185). Buscando, portanto, tratar as relações grupais, a Sociatria utiliza três métodos: o Sociodrama, o Grupodrama e o Psicodrama.

A definição de **Sociodrama**, dada por seu criador, é de ser um “método profundo de ação que trata de relações intergrupais e de ideologias coletivas” (MORENO, 1992, p. 188). Para Bernardes & Silva (2016, p. 51), o “Sociodrama é um método sociátrico e trabalha a intersecção entre o fenômeno social e o indivíduo. Sendo originário do teatro, busca o conflito através de um protagonista”. Nery & Wechsler (2010, p. 92) apontam que o Sociodrama produz indicadores “resultantes das falas, diálogos, interações nos contextos específicos (entre participantes; entre participantes e equipe de pesquisa; e entre personagens), cenas, ações, imagens – faz emergir uma categoria que permite formular hipóteses”. No Sociodrama, a atenção do diretor está nos conflitos e dilemas do coletivo, sendo que seus temas geralmente são “extramuros”, e onde o social, no qual aqueles sujeitos estão inseridos, estará no palco sociodramático.

Já o **Grupodrama** é a parte da Sociatria que se dedica à terapêutica das relações grupais. Os conflitos nele tratados dizem respeito a todos os elementos inseridos naquele

grupo ou que intervêm na dinâmica deste. Difere do Sociodrama na medida em que os conflitos estão limitados ao grupo, não extrapolando para a sociedade. Igualmente tais conflitos não podem ser restritos a um único elemento do grupo. Assim, Grupodrama é uma expressão, por ora cunhada, para substituir a expressão “Psicoterapia de Grupo”, utilizada por vários autores, dentre eles Gonçalves *et al.* (1988) e, por vezes, confundida com “Psicoterapia em Grupo”, que significa a psicoterapia de um indivíduo num contexto distinto da bipessoal, ou seja, com mais de um paciente ao mesmo tempo. No Grupodrama, o foco é o próprio grupo. Moreno (1999, p. 21) enfatiza que a Psicoterapia de Grupo, ora rebatizada de Grupodrama, “é mais antiga que a terapia individual”, pois “existiu uma psicoterapia de grupo inconsciente e universal, muito antes que se desenvolvesse a terapia consciente e metódica de nosso tempo”. E afirma:

Quando, há 40 anos, introduzi na literatura o termo “psicoterapia de grupo” não podia prever que em tão pouco tempo essa nova disciplina se desenvolvesse em um movimento de âmbito tão global. Introduzi esse nome particular para acentuar que se tratava antes de tudo de “terapia” do grupo e não de uma análise sociológica ou psicológica (1999, p. 22).

Apesar de a psicoterapia de grupo ter, efetivamente, sido criada por volta de 1931, o início desse método ocorreu entre 1910 e 1914, quando Moreno trabalhou com crianças nos jardins de Viena. Posteriormente, deu seguimento aos trabalhos e estudos com os grupos de prostitutas em Spittelberg, Viena. O aprimoramento do método adveio das observações de refugiados em Mittendorf, na Áustria. Tanto o trabalho com prostitutas quanto o com refugiados ocorreram durante a Iª Guerra Mundial (MORENO, 1999). No Grupodrama, a atenção do Diretor está nos problemas intragrupais, cujos dilemas e conflitos pertencem ao todo de um grupo específico, de modo que as questões postas no palco psicodramático refletem seus integrantes, a exemplo do desânimo dos empregados do setor A da fábrica X ou a desunião dos alunos da classe B da escola Y.

Por outro lado, o foco do **Psicodrama** é o tratamento dos conflitos de um indivíduo, em seu drama privado. Por exemplo: o divórcio de Maria, o luto de João, a baixa autoestima de Alberto ou a dependência química de Tereza. O tratamento desses indivíduos pode ocorrer numa sessão em que estejam a sós com o psicodramatista - em psicoterapia **Bipessoal** ou ainda em sessão em que estejam Maria, João, Alberto e Tereza, juntos, compartilhando seu tratamento - em psicoterapia **Grupal**.

De acordo com Moreno (1975, p. 411) “na medida em que vão se desenrolando diante de um grupo [os dramas dos protagonistas], os espectadores são afetados pelos seus atos dramáticos na proporção das afinidades existentes entre seus próprios contextos de papéis e contexto do papel do sujeito central”. Nesse sentido, há um indivíduo particular com seus dilemas privados colocado no palco psicodramático, ou seja, uma psique por vez. De acordo com Davoli (1990), o Psicodrama faz o caminho inverso do Sociodrama. Enquanto o primeiro parte do mundo privado para chegar ao conflito social, o segundo parte do conflito social para chegar a sua subjetivação. A Figura 3 permite a visualização dessa divisão.

Figura 3: Estrutura da Sociatria



Fonte: Autora, a partir de Moreno (1992).

A Socionomia possui vasto campo de ação que é facilitado pela rapidez na obtenção de resultados. A exigência de poucos recursos para execução amplia a sua aplicabilidade.

2.1.1.2 Aplicabilidade

A aplicação do método psicodramático pressupõe a observação contínua dos aspectos sintáticos e semânticos da comunicação verbal, dos aspectos afetivos e dos gestuais a fim de que a compreensão integral dos códigos de ação possa ser facilitada (BUSTOS & NOSEDA, 2007). Para isso é recomendado seguir a “regra de ouro do psicodrama: ir do superficial ao profundo, da periferia para o centro” (p. 35). Essa regra deve ser seguida seja qual for a aplicação que esteja sendo dada à Socionomia, seja por meio de trabalho com um indivíduo, casais, famílias, grupos, comunidades, grupos étnicos raciais, quer seja em casa, consultório, prisões, asilos, escolas, partidos políticos e, também, para qualquer objetivo. Para melhor visualizar essa aplicação, Merengué (2007) organizou as aplicações Socionomia, conforme a Figura 4:

Figura 4: Aplicabilidade da Socionomia

Psicoterapia Processual	• Individual, casal, familiar e grupal
Diagnóstico	• Clínico, organizacional, educacional, institucional e social
Psicoterapia Breve	• Individuais e grupos temáticos
Ato Terapêutico	• Vivência, psicodrama público, <i>workshop</i> , teatro espontâneo, <i>playback theatre</i> , sessões abertas e jornal vivo
Estudos Sociodinâmicos, Sociométricos e Sociátricos de Grupos Sociais Amplos	• Comunidades, grupos étnicos e raciais, clubes, associações, escolas, partidos políticos etc.
Estudos Sociodinâmicos, Sociométricos e Sociátricos de Grupos Sociais Confinados	• Prisões, reformatórios, asilos, conventos e quartéis
Estudos Diagnósticos e Terapêuticos das Instituições e Organizações	• Aspectos burocráticos e funcionais
Processo Pedagógico	• Método de Ensino
Processos de Aperfeiçoamento das Relações Humanas	• Casas, escolas, trabalho e convivência social
Processo de Treinamento de Lideranças	• Grupais, comunitários, organizacionais e <i>coaching</i>
Processo de Treinamento Criativo	• Pessoal e de Equipes profissionais
Processo de Pesquisa	• Todas as áreas
Resolução de Conflitos	• Âmbito individual, grupal, social ou internacional

Fonte: Adaptado de Merengué (2007) por Márcia Bernardes.

Essa classificação de Merengué é simplificada nas diretrizes da formação de psicodramatistas fornecidas pela FEBRAP. Por esse ordenamento, a aplicação da Socionomia dá-se em duas frentes: psicoterápica e socioeducacional/organizacional. Em outros termos, pode ser dito que a Socionomia é psicoterápica quando aplicada ao campo clínico e, por sua vez, socioeducacional/organizacional, quando aplicada às empresas, escolas, entre outros ambientes.

Diversas publicações em vídeos, revistas e livros versam sobre os avanços teóricos e práticos da Socionomia em diversos campos de aplicação. Dentre estas estão os cinquenta vídeos de Sérgio Guimarães à disposição no Youtube, o artigo de Amaral & Costa-Renders (2020) sobre as contribuições de Moreno e Freire para a educação de jovens e adultos, o editorial de Fleury (2020) sobre “as aplicações do psicodrama na pandemia COVID-19 em publicações *preprint*”, o livro de Marra & Fleury (2008) intitulado “Grupos – intervenção socioeducativa e método sociopsicodramático”. Igualmente, há estudos comprovando o

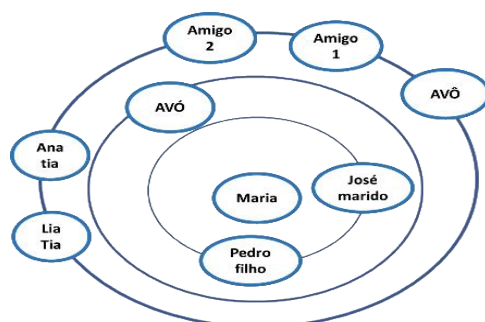
caráter psicoterápico da Socionomia, como: a) pesquisas de Yazdekhasi *et al.* (2013), constatando o Psicodrama com conteúdo espiritual e método efetivo de intervenção para promover a felicidade; b) de Mohammedi & Mahamoudinia, citada por Geram & Dehghan (2016), indicando que o psicodrama pode melhorar o estado mental de veteranos com esquizofrenia crônica; c) de Gatta *et al.* (2010), mostrando a eficácia do Psicodrama na redução de sintomas de transtornos psiquiátricos; d) de Dogan (2010), apresentando a efetividade do Psicodrama em tornar as pessoas mais conscientes de si mesmas.

Nessa mesma perspectiva, por meio desta pesquisa, objetiva-se demonstrar a possibilidade de a Socionomia contribuir para a redução dos sintomas do estresse na população militar, e para tal é necessária a compreensão de seus conceitos e técnicas.

2.1.1.3 Átomo Social – Conceito e Técnica

Inspirado na ideia da química de ‘átomo’, como sendo uma unidade da matéria, Moreno (1993) concebeu o conceito de **Átomo Social** como a unidade da sociedade, em que cada ser humano seria um átomo que se liga a outro(s), formando o que chamou de rede social. Assim, cada pessoa seria um “elétron” no átomo de outra, que, por sua vez, seria “elétron” no átomo do primeiro. Cada um seria o núcleo do seu próprio átomo. Por meio dessa conceituação, as pessoas de seu relacionamento estariam alocadas em ‘camadas’, como num átomo, cuja proximidade e/ou distância estaria condicionada à “força” do vínculo. Para ilustrar esse conceito, a Figura 5 apresenta um átomo social de configuração hipotética.

Figura 5: Ilustração de um Átomo Social



Fonte: Autora.

Nessa ilustração, o átomo social de Maria apresenta oito pessoas dispostas em três camadas e está limitado basicamente à presença de familiares. A leitura desse átomo leva a

conhecer que a família nuclear de Maria é composta do marido e do filho. É possível observar que a avó tem mais proximidade que o avô e que os pais estão ausentes.

Moreno nos diz que o Átomo Social é

o núcleo de todos os indivíduos com quem uma pessoa está relacionada emocionalmente ou que, ao mesmo tempo, estão relacionados com ela. É o núcleo mínimo de um padrão interpessoal emocionalmente acentuado no universo social. O átomo social alcança tão longe quanto a própria tele chega a outras pessoas. Portanto, também se lhe chama o alcance tele de um indivíduo. Tem uma importante função operacional na formação de uma sociedade (MORENO, 2007, p. 239).

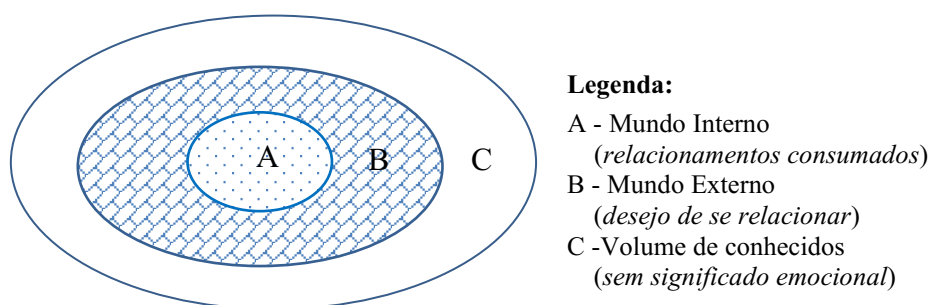
Estruturalmente, um átomo social pode ser reconhecido pela observação de sua dispersão, homogeneidade/heterogeneidade, do tipo de interação, ou seja, apoio emocional, regulação social, ajuda material, companhia, tamanho, número de vínculos, densidade e composição, entre outros (ROMANO, 2010). Para Moreno (2020, p. 77), o problema da distância e proximidade social deve ser estudado e não pode ser negligenciado, pois a “distância social é uma proximidade ‘diluída’. Quanto maior a distância, mais diluída ela se torna. A distância, sem relação com a proximidade, encoraja o simbolismo social” e acrescenta que “o problema da distância também está relacionado ao fenômeno da projeção e transferência” e esses fenômenos devem, portanto, ser tratados juntos. Assim, a proximidade vem primeiro, deve ser guardada e é um problema a ser resolvido pela ditas ciências sociais. Logo, “o átomo social na sociometria não é uma construção teórica de um evento infinitamente distante e de pequeno porte, mas a demonstração científica da realidade social mais íntima, mais calorosa e mais próxima” (p. 78). Sobre o átomo social Moreno (2020, p. 79) afirma que:

o número de conhecidos que um indivíduo tem no momento do teste foi chamado por mim de “volume de desconhecidos”. Uma pessoa pode se lembrar de muitas pessoas apenas porque as conheceu ou conversou com elas. A maioria delas, no entanto, não interessa para esse indivíduo, não significa nada pessoalmente. Elas não têm importância para ele; não significa nada para ele, pelo menos no momento. Mas, entre esses conhecidos, há um pequeno grupo que significa algo particular para ele, em algum grau, e respeitando a algum critério, ele é atraído pelos elementos do grupo ou os rejeita. [...] Pode haver alguém que não se possa dizer com assertividade se ele já é um conhecido ou apenas um símbolo de massa, ou se é um mero conhecido ou um parceiro emocional. No entanto, a linha de demarcação geral entre o núcleo de indivíduos emocionalmente relacionados que denominei “átomo social”, e o restante do volume de conhecidos será muito clara.

Há, porém, um grupo de pessoas cujos relacionamentos ainda não estão efetivados. São pessoas que desejam relacionar-se com o indivíduo e dependerá do indivíduo aceitar ou

não, ou ainda são pessoas com quem o indivíduo deseja relacionar-se e que dependerá de eles aceitarem ou não. A esse grupo moreno denominou “núcleo externo do átomo social”, conforme a Figura 6.

Figura 6: Átomo Social



Fonte: Moreno (2020, p. 80).

Moreno afirma que são as correntes emocionais o determinante de uma pessoa estar no mundo interno, no mundo externo ou no volume de conhecidos de outrem. Tais correntes existem em múltiplos níveis de preferências e de intensidades variáveis. Também os sentimentos de preferência são mais articulados em um indivíduo que em outro ou em relação a um critério. Tal preferência pode estar associada a aspectos como amor, sexo, raça, valores, ideais, objetivos ou mesmo a sentimentos por objetos e animais.

Para Moreno (1978), o átomo social desenvolve-se a partir do nascimento e, em sua origem, compreende a díade mãe-filho. Aumenta em amplitude, com vínculos positivos ou negativos pelas pessoas com as quais o bebê vai se relacionando. Aqueles que não causam impressão nenhuma não pertencem ao átomo, sendo apenas meros conhecidos ou o volume de conhecidos. Isso dá ao átomo uma tele-estrutura característica e uma constelação em constante mudança. E acrescenta:

À medida que o indivíduo projeta suas emoções nos grupos ao seu redor e, à medida que os membros desses grupos, por sua vez, projetam suas emoções em relação a ele, um padrão de atração e rejeição, conforme projetado de ambos os lados pode ser discernido no limite entre indivíduo e grupo. Esse padrão é chamado de “átomo social”. Não é idêntico à posição formal que um indivíduo ocupa no grupo (sua posição na família, por exemplo). Ele evolui como uma estrutura interpessoal a partir do nascimento. O tamanho do átomo de um indivíduo em particular não pode ser discernido com precisão, a menos que toda a comunidade ou grupo em que vive seja estudado sociometricamente (MORENO, 2020, p. 189).

Foi dos achados do teste sociométrico que surgiu o conceito de átomo social, e dos achados do teste da espontaneidade, o conceito de “átomo cultural, que era visto como padrão das relações de papéis” (p. 192). Além disso, não há distinção entre um e outro. Na realidade, a noção de átomo cultural “perde seu significado dentro de uma comunidade viva”. Daí poder ser afirmado que o átomo “é a menor unidade social” e a “primeira estrutura tangível empiricamente discernível” em um agrupamento. Dessa forma, o

indivíduo pode ser diagnosticado do ponto de vista de como seu átomo social é padronizado. Uma comunidade pode ser diagnosticada do ponto de vista de que tipos de átomos sociais existem em minoria. Um estudo desse tipo pode sugerir o padrão ideal para uma comunidade bem equilibrada, na qual esse ou aquele padrão predomina (MORENO, 2020, p. 189-192).

Nesta tese, um estudo de natureza sociométrica foi realizado com os policiais militares de Santa Catarina e levou em conta a rede social dos mesmos.

2.1.1.4 Rede Social

Ao conjunto de átomos sociais interligados é dado o nome de **Rede Social** ou Rede Sociométrica ou ainda Redes Psicossociais. Logo, rede social é o conjunto de vários átomos, nem sempre evidentes, porém cada qual representando um “nó” de rede. Hipotetizando que Maria e José relacionem-se, essa relação não pressupõe que Maria se relacione com todos os elementos do átomo de José e vice-versa. No entanto, no mapeamento de suas redes, pode ser evidenciada a presença de João que influencie a ambos, mesmo não estando claro a eles tais ligações.

Ainda que as redes constituam-se em fenômenos objetivamente observáveis, variáveis subjetivas interferem em sua constituição, tal qual a sensibilidade, animosidade ou afetuosidade de seus membros. Essas variáveis não são as únicas determinantes, pois não são tampouco os únicos fatores de inserção/exclusão de um indivíduo numa rede sociométrica. As redes formam-se também a partir dos diversos papéis sociais que cada um desempenha (GONÇALVES *et al.*, 1988).

Nem sempre a inclusão/exclusão no átomo do indivíduo ocorre por escolha pessoal. Ao contrário, em muitos casos são decorrentes das inserções deste indivíduo no contexto social. Assim, quando Maria matricula-se em um curso, entra em uma empresa ou se casa,

terá novos membros em seu átomo. Da mesma forma poderá perdê-los ao abandonar o curso, ser demitida ou divorciar e, tais inserções/exclusão não advêm de escolhas pessoais de Maria. Igualmente, nascimentos e mortes alterariam seu átomo social.

A necessidade de conhecer, registrar, mapear e investigar as relações em situação social é fundamental nos distintos campos da sociologia, e a sociometria fez disso seu objetivo central. Para Moreno (2020, p. 153-155), há duas questões inerentes aos processos de busca e investigação social que podem ser resolvidas pela sociometria e pela investigação dos átomos e redes sociais. Uma delas diz respeito à abordagem (critério) a ser utilizada para que se alcance fatos verdadeiramente reais e válidos a serem colhidos, e não dados ilusórios e não confiáveis. A outra é referente ao investigador. Este deve estar apto a tratar os sujeitos, sendo “um participante subjetivo que é objetivado a um ponto em que pode ser considerado uma quantidade conhecida no procedimento” (p. 154), tornando-se “um ego auxiliar cujo comportamento no processo de orientação no estágio psicodramático se encontra dentro de algum grau de controle” (p. 154).

De acordo com Moreno (2020), um dos métodos mais avançados e conhecidos para investigar relações sociais, o método do observador-participante, tem sido insatisfatório, pois durante a investigação o investigador contata com pessoas e situações tentando medi-las, embora “ele próprio [o investigador] – com seus preconceitos e vieses, sua equação de personalidade e sua própria posição no grupo – permaneça sem exame e, portanto, sendo uma quantidade não medida” (p. 152).

Para ultrapassar esse obstáculo e dirimir erros, a abordagem sociométrica “é especialmente adaptada ao estudo microscópico dos fenômenos sociais”, pois oferece um “cenário experimental e um espaço terapêutico simultaneamente”. Nela, o investigador é testado sendo colocado em situações, inúmeras vezes, em que seus papéis sejam adequadamente avaliados e medidos e seu grau de espontaneidade, desenvolvido. “O leque de papéis e o leque de expansividade do investigador tornam-se claramente definidos, e o estímulo que ele pode ser para os sujeitos de suas investigações se tornou uma quantidade conhecida” (p. 154) e ele próprio, um participante subjetivo. O investigador que está suficientemente desenvolvido “pode ser utilizado como ferramenta para testar qualquer grupo de indivíduos em situações típicas” (p. 154), como é o caso dos policiais militares, cuja pesquisadora acumula quase quarenta anos de experiência como sociometrista, tendo estado em situações em que seus papéis foram avaliados e seu grau de espontaneidade suficientemente desenvolvido.

Um estudo das redes sociais mais profundo tem ênfase em quatro elementos: no estudo de estruturas sociais em *status nascendi*, na investigação do micro, na análise das situações de papéis em ação e, sobretudo, na relação do investigador/investigado. Levando em conta a teoria do momento, o estudo em *status nascendi*, ou melhor, da coisa em crescimento e em se constituindo é fundamental, pois é rico não perder todas as etapas do processo e substituí-las apenas pelo produto finalizado. A investigação do micro, ao invés da investigação do macro, ocorre por meio do átomo social. A análise das situações dos papéis que estão em ação dá-se em procedimentos mensuráveis, pois é justamente no *durante* que o fator *Tele* está operando. A *Tele* é a responsável pelas atrações e rejeições que resultam em um produto subjetivo e independente de cada sujeito. O fator *Tele* é essencial, apesar de ainda não se saber sobre sua natureza material (MORENO, 2020).

Após as pesquisas sociométricas e sociodinâmicas, realizadas por meio da elaboração do Átomo Social, os desfechos ficam visíveis ao ser observado os sociogramas (desenhos dos desfechos dos átomos), que funcionam como verdadeiros mapas “sociogeográficos”. Assim, como o mapa geográfico reflete a constituição geográfica de um território, o “mapa sociogeográfico” reflete a constituição social geográfica de um grupo (MORENO, 2020).

Para melhor intervir, compreender e investigar o átomo social ou a rede social de um sujeito é importante levar em conta sua realidade suplementar, conceito que será explicitado a seguir.

2.1.1.5 Realidade Suplementar

A **Realidade Suplementar**, a que se refere a Socionomia, é a realidade vivenciada pelo protagonista durante uma dramatização. O protagonista, assim como todos os indivíduos, está apto a se encontrar com partes psicológicas de si mesmo e com outros que compartilham subjetivamente questões emocionais e conflitos internos. Às figuras do mundo interno do protagonista - personagens internos - Moreno (1978) denominou de *dramatis personae*. As *dramatis personae* e as cenas trazidas pelo protagonista nem sempre correspondem às pessoas reais e cenas da realidade concreta, de forma precisa. O socionomista levará então em conta a versão do protagonista sem se preocupar em demasia com a versão que escreveria um historiador. Partirá da verdade “do protagonista” e do método socionômico, e com suas técnicas permitirá vivenciar o “não acontecido”, chamado de realidade suplementar daquele

protagonista. Expressa de outra forma, a realidade suplementar é a “verdade” do protagonista, a forma como este viu, viveu, apreendeu e memorizou suas experiências de vida. Por exemplo, se um filho dramatizar uma cena em que fora “espancado” pelo pai, a cena terá essa força de agressão, não obstante alguém que tenha presenciado a briga a descreva como “algumas palmadas”. Supondo que a realidade seja de poucas palmadas, a realidade suplementar do protagonista é de espancamento, e é com ela que o diretor vai lidar.

Nas cenas vivenciadas com os policiais militares de Santa Catarina nesta pesquisa, a realidade suplementar de cada um foi considerada no percurso das dramatizações, conforme preconiza a Teoria da Ação.

2.1.2 Teoria da Ação

Ao propor a **Ação** para as psicoterapias, Moreno (1987, p. 60) faz um contraponto às psicoterapias eminentemente verbais e interpretativas da época. Ao chegar aos Estados Unidos, declarou ser a psicologia da ação “mais compatível com os americanos, um povo de mentalidade motriz, treinado por uma história de pioneirismo e pela filosofia do pragmatismo, propício às ideias motoras em que o drama significa ação”. Esse contraponto evidencia-se na afirmação de que “a psicoterapia foi, em grande parte, uma batalha de palavras” ao se referir ao modelo europeu em que “pessoas e costumes [...] são mais reservados” e “com linhas de tratamento mais restritas”. Postulou, então, uma terapia de ação.

A nova terapia foi inspirada nos bebês. Moreno (1987) afirma que, ao analisar os bebês, observou que eles “aprendem através da iniciativa espontânea para apanhar as coisas de que necessitam” (p. 192). Logo, essa “fome de atos da criança é tão grande e incessante que usa toda a sua energia para este fim” (p. 117). É a necessidade que move os bebês para ação e esta gera aprendizagem, de forma que uma está intimamente conectada à outra, ou seja, a necessidade e o desejo levariam à ação que, por sua vez, promoveria mudanças e abertura ao novo, particularmente quando sob efeito da espontaneidade.

Toda ação é realizada a partir de um papel do sujeito. Logo, toda ação é a interação de papéis e, para agir de forma integrada, as pessoas precisam de um tempo de preparação. Tempo este dedicado ao aquecimento para a espontaneidade (*warm up*). Assim, “a realização da verdadeira ação espontânea equivale à criação e ao desempenho de papéis que correspondem a modelos próprios de existência.” (WOLFF e ALMEIDA, 1984, p. 75).

Sendo um método de ação, a ação dramática não deve ser confundida com a mera aplicação de técnicas, numa atuação terapeuticamente empobrecida, nem com os “teatrinhos” nos quais as pessoas falam com almofadas. Ao contrário, é uma ação livre e espontânea, com a interação de papéis a partir de uma *matrix*, em um *locus* específico, num *status nascendi* único, sob uma direção atenciosa, em que o protagonista, amparado por seus egos auxiliares, depois de devidamente aquecido, no contexto psicodramático, busca sua cura.

A frase “mais vale um grama de ação que uma tonelada de palavras”, do filósofo alemão Friedrich Engels (1820-1895), dialoga com o pensamento moreniano. Sempre que possível, Moreno solicitava ao protagonista que substituísse palavras por ação e costumava dizer-lhe: *Não me fale, me mostre!*, conforme depoimento de Zerka Moreno, esposa e parceira de trabalho, em palestra proferida no Brasil, em 1998.

Em cada processo de intervenção, o psicodramatista conta com recursos importantes, tais como elementos, etapas e contextos. Esses recursos serão descritos a seguir.

2.1.2.1 Elementos

Os elementos de uma sessão psicodramática são: Diretor, Protagonista, Egos Auxiliares, Cenário e Plateia.

O **Diretor** é o profissional com formação na ciência socionômica, responsável pela condução de qualquer ato socionômico, quer seja de cunho sociodinâmico, sociométrico ou sociátrico. Cabe a ele o cumprimento fiel das etapas, o emprego adequado das técnicas, a compreensão teórica consistente de sua atividade, a demarcação clara dos contextos e alocação dos recursos humanos, materiais, espaço e tempo de forma a atingir os objetivos propostos. De acordo com Moreno (1975, p. 308-309), o diretor tem 3 (três) funções: terapeuta principal, analista social e produtor.

Como terapeuta principal, “a responsabilidade final pelo valor terapêutico da produção recai sobre seus ombros”; como analista social é o representante do mundo social durante a dramatização e; como produtor, encarrega-se de prover os elementos necessários, coordenar a produção e, “encontrando seu público e personagens, extrair deles o material para um enredo ou roteiro” [...] “montando uma produção que satisfaça às necessidades pessoais e coletivas dos personagens, assim como do público à mão”. Moreno (2020) sempre reforçou a

responsabilidade do diretor e o quanto este deve trabalhar em estreita ligação (Tele) com seu protagonista, sem expectativas *a priori* ou interpretações *a posteriori*.

Ainda sobre as funções do diretor, Lúcia Almeida (2004) atribui a este as tarefas de manter um vínculo com a plateia e ampliar a visão do protagonista, favorecendo *insights*. Nery & Costa (2008) destacam que o diretor tem a tarefa de detectar sinais de sofrimento do grupo, a partir dos quais o fato conflitante revela-se para, ato contínuo, iniciar a intervenção terapêutica. Tais sinais serão percebidos a partir do vínculo terapêutico télico estabelecido entre diretor e protagonista. Cabe ao diretor a abertura e o fechamento da sessão.

Quanto à direção, a intervenção é classificada em três possibilidades: a) unidade funcional: caracterizada pela presença de, no mínimo, um ego auxiliar treinado, que permanece como tal do início ao fim da atividade; b) codireção: há dois psicodramatistas que se alternam no exercício dos papéis de diretor e ego-auxiliar, o que exige deles uma Tele aprimorada e; c) unidireção: há apenas um psicodramatista coordenando a atividade.

O **Protagonista** é o sujeito que “emerge para a ação dramática, simbolizando os sentimentos comuns que permeiam o grupo, recebendo por parte deste a aquiescência para representá-lo a partir da dinâmica sociométrica” (GONÇALVES *at al.*, 1988, p. 100). A palavra protagonista é originária do grego, em que *protos* significa o primeiro e *agonistes* significa ator, lutador, combatente, ou seja, aquele que é o primeiro a ir para a ação. No dicionário Houaiss (2004), protagonizar é “ser o personagem principal, ser o agente principal de (ato e fato)”. Já no dicionário Aurélio (1986), o “ator principal do drama grego (deuteragonista) é o segundo ator do drama introduzido por Ésquilo, e tritagonista é o ator que representa o terceiro papel”. No Psicodrama, o deuteragonista e o tritagonista, bem como o antagonista – o que se opõe – são vividos pelos egos auxiliares. No sentido do que se passa no psicodrama, o protagonista é aquele que de alguma forma capta os sentimentos e ideias do grupo e os traz à tona, tornando-se porta-voz e sendo confirmado por este (GONÇALVES *et al.*, 1988).

Em seu livro “As palavras de J. L. Moreno”, Cukier (2002, p. 216) afirma que ao protagonista “é solicitado ser ele mesmo no palco, a retratar o seu próprio mundo privado”. E acrescenta que uma vez estando aquecido é “comparativamente fácil ao paciente fazer um relato de sua vida cotidiana em ação, pois ninguém possui mais autoridade sobre ele mesmo do que ele mesmo” (p. 216). Para Hudgins (1998), o protagonista deve sempre ser “validado” pelo grupo. Quando aplicado ao sociodrama, teatro espontâneo ou jogo dramático, o

protagonista é sempre o grupo, permitindo que os participantes trabalhem suas experiências traumáticas, tornando-os fortes para lidar com elas.

Ao observar o protagonista, os participantes podem obter maior visão e consciência de si mesmos (*insights*) e de suas experiências. Esses participantes são chamados de **plateia** (ou público) e considerados o terceiro dos cinco elementos do Psicodrama. É considerado como público o conjunto de todos os integrantes do grupo presentes no espaço e momento da sessão que não estão atuando diretamente na cena. São as pessoas que não participam da dramatização, porém estão disponíveis para o diretor e para o protagonista, podendo ser convocadas a qualquer momento que se fizer necessário. O público no Psicodrama não é um espectador passivo, como num show ou cinema. Ao contrário, Moreno (1975) afirma que o público exerce duas funções. A primeira é em relação ao que está sendo vivido no palco pelo protagonista, constituindo-se num espelho do seu [público] próprio mundo. O “protagonista viveu sempre no mundo, quase anonimamente, mas nunca defronte dele”. [...] e “a presença do público aumenta a gama de respostas que se pode ter do sujeito no palco” (p. 318). A segunda função do público é a de paciente, pois ele sempre está, de alguma maneira, sendo “tocado” pelo drama desenrolado no cenário. Além disso, por vezes, o público é convidado a interagir com o protagonista, tornando-se ego auxiliar.

O **Ego Auxiliar**, o quarto elemento, é sem dúvida uma das grandes inovações do Psicodrama para a psicoterapia. O ego auxiliar tem três funções, pois é ao mesmo tempo um ator, na medida em que representa os papéis do mundo do protagonista; um investigador social, ao tempo em que funciona também como um representante do outro na cena e; um terapeuta auxiliar, uma vez que atua como extensão do diretor (MORENO, 1975). Os egos auxiliares podem ser classificados em: ego auxiliar natural (mãe ou pai quando participa da sessão do filho); ego auxiliar treinado (com formação em Psicodrama); ou ego auxiliar espontâneo, geralmente desempenhado por um membro do público, quando convidado pelo diretor ou protagonista para subir ao palco. O palco é o último elemento do psicodrama (MORENO, 1975).

Para o criador da Socionomia, o **palco** sempre ganhou uma atenção especial pela importância a ele atribuída, ou seja, a de proporcionar ao paciente um espaço vivencial que é flexível e multidimensional. No palco, o protagonista vai vivenciar, “como extensão da vida para além dos testes de realidade da própria vida”, pois nesse espaço, fantasia e realidade não estão em conflito (MORENO, 1975). O palco psicodramático moreniano era, em geral, num

teatro. Aliás, coube a ele trazer para o espaço do teatro espontâneo o palco 360 graus, onde não havia “bastidores”.

Os psicodramatistas pós-morenianos assumiram por muito tempo um palco, um pouco mais alto que o nível do chão, geralmente de madeira, em seus consultórios. Na atualidade, com frequência a marcação do palco dá-se por meio de um tapete ou pela utilização de fita adesiva ou linha imaginária no chão. Todavia, a delimitação do espaço do “como se” psicodramático é fundamental, ficando acordado que ali ocorrerá o contexto dramático e, fora dali, o contexto grupal ou social.

Ao orquestrar protagonistas e ego auxiliares, ante um público, em um palco, visando obter a resolução dos conflitos, o diretor socionomista deverá seguir as etapas da sessão abaixo elencadas.

2.1.2.2 Etapas

São 5 (cinco) as etapas do Psicodrama: Aquecimento Inespecífico, Aquecimento Específico, Dramatização, Compartilhamento e Processamento.

O **Aquecimento Inespecífico**, obrigatoriamente a primeira das etapas, tem no processo de preparação do sujeito ou grupo (*warm up*) a propositura inicial de Moreno (1975) e Zerka (MORENO; MORENO, 2006). A importância dessa etapa para a promoção de estados espontâneos e criativos foi vastamente defendida por autores e especialistas em Psicodrama, dentre eles Fonseca Filho (1980), Perazzo (1994), Monteiro (1994), Almeida (1998), Davoli (1999), Bustos & Nosedá (2007) e Abritta *et al.* (2015).

Há consenso entre os autores que o aquecimento inespecífico contribui para a implantação de um campo relaxado, no qual surgirá o protagonista ou tema protagônico grupal. Nessa etapa, a relação focada é a do “Eu-Eu”. Nela, constrói-se sentimentos de acolhimento e relativa pertinência, sem os quais não será possível voltar-se para o “Eu-Tu” e muito menos para o “Eu-Nós”.

Quando o protagonista é o próprio grupo, o aquecimento inespecífico busca identificar o tema a ser trabalhado com o estabelecimento de um contrato claro, que inclui limites de tempo, espaço cênico (KELLERMANN, 1998). Movimentos corporais, como o andar, alongar ou respirar, por exemplo, são recomendados para deixar o sujeito pronto para a ação, embora ainda não se saiba qual haverá de ser esta ação. Uma vez obtido um clima

apropriado e definido o protagonista, a etapa do aquecimento inespecífico finaliza-se, passando-se, na sequência, ao aquecimento específico.

O **Aquecimento Específico** é a aproximação maior do grupo ou sujeito com o tema a ser trabalhado. No caso do protagonista ser uma pessoa, o Diretor procede a uma entrevista para a identificação do tema básico ou questão focal, dando sempre liberdade ao protagonista para selecionar o que será explorado, identificar preocupações presentes e mensagens não verbais. Colhe informações suficientes de caráter sintomático e/ou clínico. A falta de aquecimento poderá levar a dramatização à falência. Os exercícios são realizados visando ajudar os indivíduos a “entrar numa área de investigação psicológica ou emocional”, seja deles mesmos ou de outros (WEINER & SACKS, 1969).

Ao término do aquecimento específico, o protagonista está prestes a entrar na terceira etapa - **Dramatização**. Se a falta de aquecimento pode levar a dramatização à falência, o excesso dele – superaquecimento – também poderia. Em caso de superaquecimento, é necessária uma ação de desaquecimento. Estando devidamente aquecido e uma vez identificado “o que” será trabalhado, cabe ao diretor decidir o “como” será realizado. Os membros são encorajados a dramatizar as cenas da vida em que aparece o conflito, representando fisicamente encontros que existiram em suas fantasias ou na própria realidade.

As dramatizações são recordações do passado a serem vividas no aqui e agora. São cenas do presente ou do futuro, tais como preocupações, fantasias, medos, esperanças e desejos. Ao vivenciá-las, irá trabalhar sentimentos, ter percepções, fazer reflexões e testar possibilidades (CUKIER, 1992; 1998). É nessa terceira etapa que um leque de técnicas é utilizado, buscando-se avançar na resolutividade do conflito. Egos auxiliares são convidados a entrar em cena, provocando catarses emocionais e *insights* cognitivos (BLATNER & BLATNER, 1996). Quando finalizada a dramatização, o grupo passa então a compartilhar sentimentos acerca da experiência, adentrando na quarta etapa: o compartilhamento.

A etapa do **Compartilhamento**, também conhecida como *sharing*, é um momento, ao término do trabalho, em que é dado tempo para que o protagonista retorne à condição de membro do grupo e possa ouvir não apenas os comentários acerca do que foi vivenciado, como também as emoções e *insights* secundários do público (o *insight* primário é do protagonista). Cada membro expressa em que se sentiu tocado e mobilizado pela dramatização. O protagonista que se expôs passa a ouvir o grupo, e cada membro é estimulado a expor os sentimentos despertados, semelhanças ou diferenças, dando um retorno ao protagonista. É comum o protagonista sentir que está “roubando tempo dos demais” e é nesta

etapa que percebe que sua dramatização auxiliou aos demais, ou seja, que ele, protagonista, “emprestou” seu drama pessoal para que outros pudessem ser trabalhados terapeuticamente.

A última etapa, o **Processamento**, está relacionada ao ensino e aprendizado do método, constituindo-se do momento em que o diretor procede a uma análise do trabalho realizado. Durante o processamento, o protagonista deixa de ser o foco de atenção. O foco, agora, está na atuação do diretor. Toda a sessão é vastamente analisada, e eventuais falhas do diretor são apontadas, visando ao aperfeiçoamento do papel. Elementos metodológicos, teóricos e técnicos são detalhados, passo a passo, e colocados sob olhares cuidadosos, quando o Diretor vai refletir e receber *feedbacks* necessários para a rigorosa análise de desempenho, pois para Moreno (2020) não basta fazer, é necessário saber o que se está fazendo.

Quando disponível, alguém com formação e experiência em psicodrama ocupa o papel de processador, fazendo registros para a análise sequencial. O processador não é envolvido nas cenas, ficando física e emocionalmente distanciado. O processamento é realizado em momento posterior, podendo ocorrer horas depois, ou mesmo em outro dia. Quando possível, é indicado gravar ou filmar a sessão para que a análise do desempenho do diretor possa ser mais precisa.

Essas etapas mantêm-se inalteradas nas diferentes modalidades de intervenção.

2.1.2.3 Contextos

Na teoria socionômica, contexto refere-se ao entorno do protagonista no qual ocorreram os acontecimentos a serem dramatizados e são três a serem considerados: social, grupal e dramático. Segundo Malaquias (2012, p. 22), **contexto social** refere-se à "cultura na qual os indivíduos estão inseridos, ao tempo cronológico e ao espaço real" em que são desempenhados papéis sociais. O **contexto grupal** é o que compreende "os participantes do grupo, diretor e egos-auxiliares". Por sua vez, **contexto dramático** "é o espaço demarcado para a ação dramática, lugar do ‘como se’ e acontece no palco, sendo constituído pelas atividades que lidam com imaginário e fantasia". Refere-se, também, ao lugar “a partir do qual um papel irá ser desempenhado” (p. 22).

Para exemplificar a demarcação de contextos, imaginemos que numa dada sessão de grupo com os militares, o sargento X, superior hierárquico do aluno Y, atua como ego auxiliar

no contrapapel de filho. Logo, no contexto dramático, X é filho de Y no contexto grupal, X é colega de grupo de Y e, no contexto Social, X é superior imediato de Y.

Durante um evento psicodramático, há alternância de contextos de forma rápida, sistematizada e frequente. Cabe ao diretor identificar cada qual e alterná-los ou impedir a alternância de acordo com a necessidade da ação em andamento, sempre em busca da resolução do conflito e em prol do resgate da criatividade e espontaneidade do protagonista.

2.1.3 Teoria da Criatividade e Espontaneidade

A **Criatividade**, como concebida por Moreno, foi referida por GONÇALVES *et al.* (1988, p. 47) como a “capacidade de agir de modo adequado diante de situações novas, criando uma resposta inédita ou renovadora, ou ainda transformadora de situações preestabelecidas” e acrescenta que a **Espontaneidade** “é um fator que permite ao potencial criativo atualizar-se e manifestar-se”. Moreno (1975, p. 86) identifica que “o estado de espontaneidade é uma entidade psicológica independente” presente em várias dimensões de expressão humana como as artes: escultura, pintura, música, teatro. Fonseca (2008) afirma que um “novo comportamento não é, em si mesmo, uma medida de espontaneidade; [...] deve ser qualificado com respeito à adequação *in situ*” (p. 33).

Moreno (2020, p. 210-212) nunca afirmou “que espontaneidade e criatividade são processos idênticos ou semelhantes”. Ao contrário, afirma que “estão de fato em categorias diferentes, embora peculiarmente ligados”. E complementa dizendo que um indivíduo pode possuir um alto grau de espontaneidade e baixa criatividade e outro exatamente o inverso, ou ainda ser muito criativo em uma área específica e “ser capaz de espontaneidade apenas nesta área”. Desse modo, “Deus é um caso excepcional, porque em Deus toda espontaneidade se tornou criatividade. Ele é um caso em que espontaneidade e criatividade são idênticas” (p. 274). A espontaneidade é mensurável e treinável. Ela e seu “processo de aquecimento não são privilégio para extrovertidos; eles são igualmente pertinentes para introvertidos” [...] operando “em todos os níveis das relações humanas, como comer, andar, dormir, nas relações sexuais, comunicação social, criatividade, na autorrealização religiosa e no ceticismo” (p. 274).

A criatividade e a espontaneidade são “fatores indissociáveis” (GONÇALVES *et al.*, 1988, p. 34) e, para Moreno (1978), a espontaneidade “é o fator que faz parecerem frescos e flexíveis todos os fenômenos psíquicos. É o fator que lhe confere a qualidade de momentaneidade” (p. 153). A espontaneidade possui quatro formas de se apresentar: a) como

ativação das conservas culturais; b) como criadora de novos organismos (arte etc); c) como formadora de novas expressões de personalidade e d) como formadora de respostas novas a situações (p. 140). Essa mesma espontaneidade “só funciona no momento de seu surgimento” (p. 236). Então, a criatividade é a possibilidade de renovação, e a espontaneidade, o seu “catalisador psicológico” (p. 136), gerando um produto acabado que são as conservas culturais.

Apresentadas por Moreno (1978) como qualquer produção humana resultante da criatividade/espontaneidade, as **Conservas Culturais** acabam por intervir negativamente na criatividade. Por outro lado, a conserva cultural garante ao homem a “continuidade de herança, assegurando para ele a preservação e continuidade do seu ego” (p. 157). Porém, a “espontaneidade e a conserva cultural não existem em forma pura: uma é função, é parasita da outra” (p. 156). Para que a criatividade se manifeste, “é necessário que as conservas culturais constituam somente o ponto de partida e a base da ação, sob pena de se transformarem em seus obstáculos” (GONÇALVES *et al.*, 1988, p. 48). “A espontaneidade não diminui com a idade, mas acontece que a frequência do uso das conservas culturais aumenta” (MARTÍN, 1996, p. 125).

De acordo com Moreno (1978), os sistemas sociais rígidos e mais inflexíveis, que apresentam a repetição de eventos, em acentuada frequência, requerendo do indivíduo reações rotineiras, repetitivas e previsíveis, são altamente inibidores e embotadores da criatividade e espontaneidade. Logo, com o bloqueio da espontaneidade, há baixa na capacidade de criação, impedindo que o homem não deixe de ser apenas uma peça na engrenagem.

O próprio Moreno (2020, p. 138) afirma sobre o impacto da conserva cultural:

Os dispositivos tecnológicos que despertaram a mais profunda suspeita do homem foram os produtos da imprensa, da indústria cinematográfica e, mais tarde, do rádio; em outras palavras, das chamadas “conservas culturais”. O homem, como criador individual, foi enganado pelos produtos de seu próprio cérebro – seus livros, filmes, vozes de rádio. Ele se viu sendo cada vez mais substituído por eles. Ele começou a se considerar uma entidade insignificante e arcaica. Ao mesmo tempo, esses mesmos dispositivos revolucionaram todos os métodos anteriores de comunicação inter-humana de ideias, sentimentos, opiniões, notícias etc em um grau sem precedentes. Esses novos métodos de comunicação começaram a causar estragos nos antigos métodos naturais de comunicação, cujas leis e configurações não haviam sido estudadas. Agora que eles pareciam correr o risco de serem obliterados ou, pelo menos, distorcidos em suas funções, em seu significado, começaram a aparecer no horizonte da consciência do homem.

Por isso Bustos (1990) sugere que sejam proporcionados os meios para o desembotamento e libertação das potencialidades do homem – a criatividade, a espontaneidade e sensibilidade, por meio da Socionomia. Dessa forma, uma das metas do Socionomia é evitar o sufocamento da espontaneidade pelo exagerado culto à conserva cultural. A espontaneidade e criatividade favorecem o aparecimento do fenômeno Tele.

Para facilitar a compreensão do fenômeno Tele, é recomendado compreender previamente o fenômeno da **Empatia**. Do grego, *em* = dentro + *pathos* = sentimento, refere-se à capacidade de um indivíduo adentrar no sentimento do outro e sentir o que o outro sente. É a captação, pela sensibilidade, dos sentimentos e emoções contidos em algum objeto ou pessoa (GONÇALVES *et al.*, 1988). A Empatia é via de mão única, ou seja, de A em relação a B. Porém, é possível que o fenômeno ocorra em dupla direção, isto é, de B para A. Nesse caso, ocorre a Tele.

O termo **Tele** pode ser definido como a “empatia ocorrendo em dupla direção”, de acordo com GONÇALVES *et al.*, na mesma obra. Moreno (1987) afirma que “Tele (do grego = distância) é mútua percepção íntima dos indivíduos, o cimento que mantém os grupos unidos”. Mais adiante, afirma que Tele “é uma estrutura primária e transferência uma estrutura secundária. Após a dissipação da transferência, continuam operando certas condições Tele. A Tele estimula parcerias estáveis e relações permanentes” (p. 36). Afirma que o fenômeno Tele é anterior ao da transferência durante o desenvolvimento genético da criança (p. 36).

Em Moreno (2020, p. 20) está posto que o termo Tele pode ser utilizado para expressar “a unidade mais simples de sentimento transmitida de um indivíduo para outro” e que “Tele tem duas partes: uma projetiva (de saída) e uma ‘retroprojetiva’ (de retorno)”. Para Blatner (1995), “a tele é uma extensão da nossa capacidade básica de preferência, e é necessário que cultivemos a consciência de nossas preferências e que nos tornemos conscientes das razões dessas preferências” (p. 349). Ainda Blatner (1995), fazendo referência à Moreno, complementa que a Tele é “o processo que atrai os indivíduos uns aos outros, ou que os repele” (p. 345). Por ser a distância, pode ser observado por um terceiro e supera o afastamento dos sujeitos. É um processo bidirecional e inato e, em condições favoráveis ao seu desenvolvimento, permite a experiência subjetiva entre duas pessoas, que pode ser positiva ou negativa.

Para Moreno, quando há uma patologia na Tele, temos uma transferência. A **Transferência** foi, portanto, definida como a patologia da Tele. Em outras palavras, equivale ao embotamento ou a ausência do fator Tele. Há distorções e equívocos que podem causar

sofrimentos nas relações interpessoais, pois não há encontro possível. A transferência ocorre quando uma pessoa atribui um papel à outra, agindo em relação a ela a partir dessa atribuição, ou seja, a transferência não acontece em direção a uma pessoa em geral, e sim em direção a um papel (MORENO, 1975).

Bustos (2005) destaca que a transferência seria um processo subjetivo enquanto a Tele um sistema objetivo das relações que o sujeito estabelece. Todavia, nenhuma relação é totalmente télica ou totalmente transferencial, pois cada qual traz um certo grau da outra em si. Sempre há, portanto, um certo grau de Tele na relação transferencial e de transferência na relação télica. Além disso, sem a Tele não pode haver Encontro.

Conforme Moreno (1978), “**Encontro** significa mais do que uma relação interpessoal, significa que duas ou mais pessoas encontram-se não só para se defrontarem entre si, mas também para viver e experimentar-se mutuamente”. Nesse encontro, as pessoas apresentar-se-ão com suas fragilidades e forças e serão simplesmente humanos “fervilhando em espontaneidade” (p. 307). Para Fonseca (2008, p. 33), “o encontro não seria uma nomenclatura, mas um frente a frente, um cara a cara, dinâmico e vivenciado, base de toda ação terapêutica genuína”. Essa visão dialoga com Moreno (1978) em que, na epígrafe, se lê:

*Um encontro de dois: olhos nos olhos, face a face,
e quando você estiver perto arrancarei seus olhos
e os colocarei no lugar dos meus;
arrancarei meus olhos
e os colocarei no lugar dos seus;
então verei você com seus olhos
e você me verá com meus olhos...*
(MORENO, 1978)

Sintetizando-se, o resgate da espontaneidade, como catalisador da criatividade, capacita o sujeito para relações télicas e subseqüentemente amplia a possibilidade do encontro.

A intervenção sicionômica com policiais militares buscou resgatar a espontaneidade e criatividade, ampliar empatia, dissipar transferências em busca da Tele. Esta intervenção levou em conta a teoria do momento.

2.1.4 Teoria de Momento

Lendo Moreno (1978), há um conceito difícil de definir e importante para o pensamento humano: a categoria de **Momento** (p. 155-158). Embora “à maioria dos filósofos, pareceu nada mais que uma fugaz transição entre passado e futuro, sem substância real; que é intangível e instável [...] encontrou-se na conserva cultural um conceito, a cuja luz o significado dinâmico do momento pôde ser refletido e avaliado, convertendo-se pois num quadro de referência” (p. 156). Dito em outros termos, a conserva cultural ocupa-se da manutenção da “coisa criada”, enquanto que a criatividade ocupa-se da “criação em si” num dado momento. Logo, “a principal categoria de uma filosofia do criador é o momento e o desenvolvimento de uma técnica que oriente o criador entre a Cila da crua espontaneidade e a Caribdis⁵³ da obra acabada, sua idolização e repetição” (MORENO, 1971, p. 82).

Moreno privilegia o ato da criação, o momento. Daí compreender a noção moreniana de momento é indispensável para a compreensão da Socionomia. Gonçalves *et al.*, (1988) assinalam que o momento, a que se refere Moreno, é quando algo de novo acontece e estimula a percepção do ser humano. Este ser humano que responde a mudanças e que é capaz de destacar um específico momento, separando-o do passado e do futuro, tornando-se único e particular - transformador das pessoas.

Essa categoria de momento só pode ser pensada para homem “em relação” no presente, no “aqui” e no “agora”. Conforme Bustos (1982), a filosofia do momento moreniana afirma que nada *foi* ou *será*. Ao contrário, tudo está *sendo* e, obviamente, que válido apenas neste momento. Em Filipini (2014), o momento a que se refere Moreno é “o passado se fazendo presente no momento moreniano” (p. 32), como uma espécie de curto-circuito, quando o tempo cronológico é transformado no tempo atual, numa experiência vivida no passado para o tempo presente, como se estivesse ocorrendo no “aqui e agora”. Moreno (2020, p. 159) acrescenta:

Uma comparação da “filosofia do presente” de Mead com a minha “filosofia do momento” sugere outra diferença de opinião, talvez mais do que isso – de espírito. Formulei essa diferença em outra ocasião da seguinte forma: “O presente de Mead é uma ‘categoria’ universal, estática e passiva; é um correlato de toda experiência, por assim dizer, automaticamente. Como uma transição do passado para o futuro,

⁵³ Localizados no Estreito de Messina, são dois grandes perigos para a navegação, pois se encontram muito próximos um do outro: Cila é um rochedo e Caribdis (ou Caribdes) é um redemoinho, um sorvedouro. Ultrapassar Cila e Caribdis simboliza a coragem para ultrapassar qualquer dificuldade. Disponível em: [https://www.infopedia.pt/\\$cila-e-caribdis](https://www.infopedia.pt/$cila-e-caribdis). Acesso em: 25 out. 2020, 11:24.

está sempre lá. O presente é uma categoria *formal* em contraste com o *momento*, que é uma categoria dinâmica e *criativa*; é através de um processo espontâneo-criativo que a categoria formal do presente alcança um significado dinâmico, quando se transforma em um momento. Um processo completamente automático e puramente mecânico, como, por exemplo, a repetição de um filme, tem um ‘presente’ tão bom quanto a experiência criativa mais intensa”⁵⁴, mas não tem “momento”. Mead refinou e ampliou a ideia do presente, mas em direção diametralmente oposta. Ele, o observador analítico, estava profundamente preocupado com as complexas relatividades da presentidade dentro da estrutura do método científico. Eu estava preocupado com o ato criativo e a “evolução do criador”: aparentemente, nós dois fomos influenciados por Bergson. Mas, enquanto Mead deixou de fora o elemento místico da “*durée*”, de Bergson, eu a digeri e superei, desenvolvendo métodos de ação e treinamento que tornavam a criatividade treinável, assim como mensurável.

Para Moreno (2020), esse método de ação que torna possível treinar e mensurar a criatividade é uma arma contra a conserva cultural. Conserva cultural esta que cria tesouros culturais que são diametralmente opostos à categoria de momento. A conserva cultural promove a segurança, gerando dificuldade no desenvolvimento da categoria de momento numa sociedade carregada de conservas. O Momento “é como um foco entrado num ato ou num acontecimento, com uma medida de duração limitada” (p. 163).

A relevância do conceito de momento no conjunto teórico moreniano pode ser observada quando o socionomista, ao identificar a situação a ser trabalhada, investigada ou medida, captura tal situação em *status nascendi*, produzindo “experimentos verdadeiramente genuínos nas sociedades humanas” (MORENO, 2020).

Além da relevância de compreender o conceito de momento, é igualmente relevante compreender o conceito de papel.

2.1.5 Teoria do Desenvolvimento da Matriz de Identidade

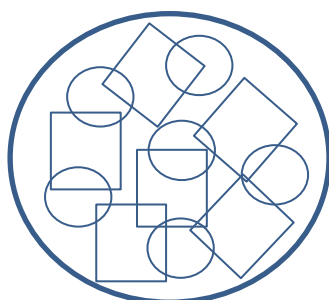
A Socionomia dispõe de duas teorias do desenvolvimento humano: a da Matriz de Identidade e a do Núcleo do EU. A primeira, desenvolvida por Jacob Levy Moreno, foi ampliada pelo brasileiro José Fonseca Filho, e a segunda, desenvolvida por Jaime Rojas Bermúdez, foi aprofundada pelo, também brasileiro, Victor R. C Dias. Para efeito desta pesquisa, será apresentada apenas a de Jacob Levy Moreno por ter sido o referencial teórico de desenvolvimento aplicado ao estudo acerca do Estresse em policiais militares de SC.

⁵⁴J. L. Moreno, *The Theatre of Spontaneity*, op. cit., p. 110-111. Também é característico que tenha cunhado a frase “evolução do criador” para sublinhar o contraste com a “evolução criativa” de Bergson.

De acordo com Moreno (1987, p. 125-130), a formação, percepção e aprendizado biopsicossocial de uma criança ocorrem por meio das primeiras vivências no seu *Locus*, sua placenta social. Tal desenvolvimento ocorre em fases sequenciais, divididas em dois grandes momentos, chamados de Universos: o primeiro universo é o da Matriz de Identidade Total e o segundo, o da Matriz da Brecha.

O primeiro universo – Matriz Identidade Total - divide-se em duas fases: a fase da Matriz Indiferenciada e a Matriz Diferenciada. Na Indiferenciada, como o nome sugere, a criança não distingue pessoas de objetos, seres vivos de inanimados, apenas uma continuidade e sobreposição de coisas. Não reconhece o outro como distinto de si e, portanto, não há inter-relação. Esse período é conhecido como a fase do DUPLO, quando a criança necessita da ajuda do seu ego auxiliar natural (mãe ou substituta de) para realizar o que não consegue e garantir sua sobrevivência. A Figura 7⁵⁵, extraída da obra de Moreno, ilustra esse momento.

Figura 7: Matriz da Identidade Total Indiferenciada



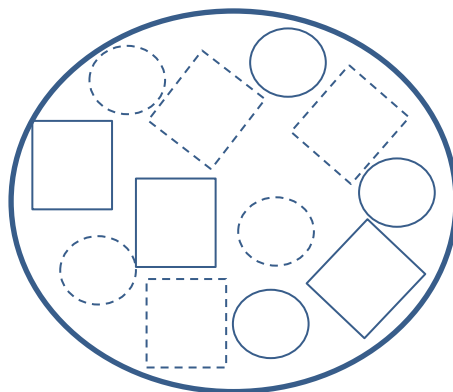
Fonte: Moreno (1987, p. 126).

Além disso, na Diferenciada⁵⁶ (Figura 8), o bebê consegue diferenciar de si as demais pessoas e objetos e os distingue. É nesse momento que inicia, de fato, a possibilidade de inter-relação e o desenvolvimento do fator *tele*. Esse período é conhecido como a fase do ESPELHO, pois é comum nessa fase o bebê, ao se ver num espelho, sorrir, apontar e dizer “bebê”, ou seja, consegue perceber partes suas no outro refletido no espelho.

⁵⁵ O círculo grande representa o universo infantil, e os círculos pequenos representam animais e pessoas. Os quadros representam objetos diversos.

⁵⁶ O círculo grande representa o universo infantil e os círculos pequenos representam animais e pessoas e os quadros, os objetos diversos já separados e identificados. Os quadros e círculos tracejados representam pessoas e objetos imaginários, porém considerados reais pela criança.

Figura 8: Matriz da Identidade Total Diferenciada



Fonte: Moreno (1987, p. 127)

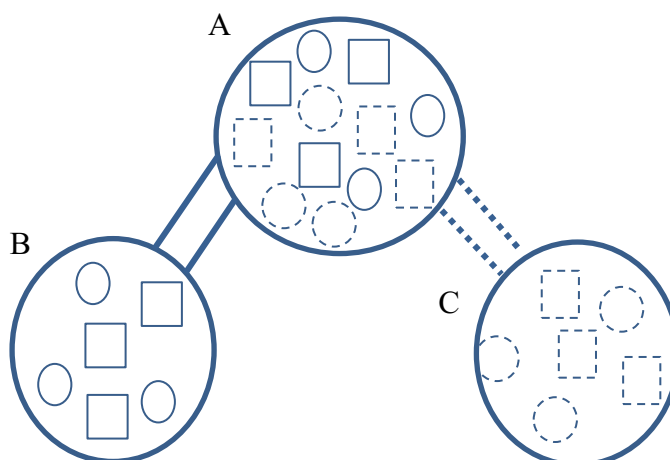
A evolução para o segundo universo - Matriz da Brecha - ocorre com a maturidade do sistema neurológico e psicomotor bem como com a influência do fator Tele e da inteligência. Começa a ocorrer uma separação entre o que é real e o que é imaginário, surgindo uma brecha entre os mundos da Realidade e da Fantasia. Esse processo, finalizado por volta dos 3 anos de idade, não interfere no poder e na função da imaginação, todavia a delimita ao seu âmbito. A Figura 8 ilustra esse processo.

A separação realidade/fantasia encerra a fase da Matriz, e todos os papéis desempenhados até ali sejam bio, psico ou social formam aglomerados de papéis, a partir dos quais o EU estará se formando, sendo, portanto, seus precursores.

Apenas para registrar, José Fonseca Filho, médico psiquiatra brasileiro, analisou e detalhou essas fases, subdividindo-as em dez, a saber: fase do Caótico e Indiferenciado, Simbiose, Reconhecimento do Eu, Reconhecimento do Tu, Relação em Corredor, Pré-inversão, Triangulação, Circularização, Inversão de Papéis e Encontro.

A Figura 9 apresenta a Matriz de Identidade, conforme concebida e apresentada por J. L. Moreno.

Figura 9: Matriz da Identidade Total Diferenciada



Fonte: Moreno (1987, p. 128).

Essa teoria embasa tanto o diagnóstico e acompanhamento individual e dos membros dos grupos para efeito de processos psicoterápicos, quanto o diagnóstico e intervenção em organizações e instituições em geral ou, ainda, para a realização de Sociodramas, Jogos Dramáticos, Testes Sociométricos e Teatro Espontâneo. A compreensão da sociodinâmica, sociometria e sociatria dos grupos de policiais militares, sujeitos desta pesquisa, seguiu igualmente esse embasamento teórico.

2.1.6 Teoria dos Papéis

O conceito de papel vem do teatro em que os dramas dos personagens que seriam recitados pelos atores eram registrados sobre tecidos enrolados (*rotula*, em latim). Então, cada ator recebia o rolo referente ao personagem que representaria. A palavra papel veio da Grécia e de Roma. Daí *role* (inglês) e rolo (português) significam uma folha enrolada com um texto escrito do papel teatral (GONÇALVES *et al.*, 1999). Conforme esses autores, o papel teatral passou a ser referido ao conjunto de ação-representação que um ator desempenha a partir do texto decorado, criando um personagem.

Na Socionomia, o conceito de papel assume importância central na compreensão do ser humano, pois é a partir deles que se constitui. Fonseca (2000) complementa que “os papéis são uma forma do EU se expressar, e ao mesmo tempo em que se expressa, aprende com os papéis, podendo até alterar ou transformar o Eu” (p. 115). E acrescenta que “todas as manifestações pessoais são papéis desempenhados” (p. 115). Moreno, lido em Gonçalves *et al.* (1988, p. 23), define papel como a “menor unidade observável de conduta” e a partir dos

quais as pessoas teriam participação na realidade social. Tais papéis são determinados por fatores genéticos e ambientais. Cukier (2002, p. 90), parafraseando Moreno, afirma que “o papel é a forma de funcionamento que o indivíduo assume no momento específico em que reage diante de uma situação específica, na qual outras pessoas ou objetos estão envolvidos”.

Para clarear ainda mais a definição de papel, Moreno, agora citado por Martín (1966), afirma que

o papel pode ser definido como uma pessoa imaginária criada por um dramaturgo: Hamlet, Otelo, um Fausto; esse papel imaginário pode não ter existido, como é o caso de Pinóquio ou de Bambi. Pode ser um modelo de existência, como Fausto; ou uma imitação da existência como Otelo. Também se pode definir o papel como uma parte ou um personagem que um ator torna presente: por exemplo, uma pessoa imaginária como Hamlet, trazido à realidade por um ator. Também se pode definir o papel como um caráter ou função assumidos na realidade social: policial, juiz, médico, congressista. Pode-se definir o papel com as formas reais e tangíveis que a pessoa adota. Pessoa, eu, personalidade, caráter, etc. são efeitos acumulados hipóteses heurísticas, postulados metapsicológicos, logoides. O papel é uma cristalização final de todas as situações em zona especial de operação pelas quais o indivíduo passou (por exemplo, as de comilão, pai, piloto de avião) (p. 212).

O único modo de alguém relacionar-se é por meio de um papel. Todavia cada qual desenvolve seu papel, isto é, o *script* é singular do sujeito, porém todos têm um berço comum: a Matriz da Identidade.

Os papéis surgem no interior da Matriz de Identidade, que constitui a base psicológica para todos os desempenhos de papéis. Os primeiros e considerados precursores do ego são os biológicos e, a partir deles, surgirão os papéis sociais e os psicológicos. Esse berço biopsicossociocósmico provê elementos para a formação das características do homem, constituindo assim sua rede relacional de sustentação para futuras interações. Tais papéis constituem um denominador comum entre o individual e o social integrados (FONSECA, 2000).

À medida que o sujeito desenvolve e desempenha papéis, pode, por meio deles, dar uma resposta espontânea, criativa e adequada à situação. Cada novo papel exige uma liberação da espontaneidade e uma flexibilidade para dar respostas inovadoras; em geral, os sujeitos tendem muito mais a repetir do que criar. Cada novo papel vai incorporando-se ao anterior, formando “cachos de papéis” (Fonseca, 2000, p. 50).

Há, portanto, três tipos de papéis: Psicossomáticos (ingerir, respirar, urinar etc); Sociais (vendedor, padre, mãe, amigo etc) e Psicodramáticos (desempenhados no “como se”) e correspondem à dimensão individual da vida psíquica. Além disso, os papéis podem também

ser classificados a partir de outras categorias. Ex.: Profissionais (juiz, advogado, arquiteto etc); Classe social (patrão, operário, escravo etc); Atitudes (líder, revolucionário, repressor etc), Afetivos (amigo, inimigo, namorado etc); Familiares (avó, inteligente da família, ovelha negra etc). Nesses exemplos, não se esgotam as possibilidades (GONÇALVES *et al.*, 1988, p. 66-67).

A teoria dos papéis admite que, para cada papel, há um complementar, chamado de contrapapel. Fonseca (2000, p. 116) afirma que “não é possível conceber um papel sem seu complementar” e a constituição ocorre na interação Eu-Tu ou Eu-Isso. Almeida (1990) confirma que se o EU é constituído a partir dos papéis, e os papéis são constituídos nas interações, logo, o EU é constituído a partir das relações sociais, daí a afirmação que, para Moreno, o homem é um ser social e se constitui nas ações e interações.

Quanto à constituição, a teoria moreniana compreende o papel composto por duas partes: uma coletiva e outra individual, assim definidas por Moreno (1978, 1993):

- **Parte coletiva:** conjunto de ações comuns a todos que o desempenham. Ex.: Todo médico examina, diagnostica e prescreve, assim como todo professor prepara aula, ensina e avalia alunos. Essas ações definem e identificam o papel de médico e professor.
- **Parte individual:** maneira particular e pessoal de exercer o papel. Ex.: maneira atenciosa, calma ou exigente de examinar, diagnosticar e prescrever ou de ensinar.

Nas mesmas obras, encontramos as fases distintas da aquisição de qualquer novo papel, a saber: 1) **Role-taking** - quando o sujeito procede à tomada do papel, de forma a preparar-se, instruir-se e aquecer-se para tal; 2) **Role-playing** - quando, então, passa a desempenhar ações inerentes ao novo papel. Aqui há uma tendência à imitação e cópia de modelos observados; e 3) **Role-creating** - fase em que desempenhará as ações de papel de forma mais espontânea e criativa. O sujeito tende a abandonar os modelos copiados e segue criando-os no papel.

Essas fases ocorrem gradual e sequencialmente, de acordo com a experiência que a realidade permite, dependendo do grau de liberdade e espontaneidade presentes em cada experiência. Com relação ao desempenho dos papéis, foram estabelecidos quatro níveis de representação, quais sejam: abaixo do nível de reconhecimento, parcial, distorcida ou adequada, como descreve Moreno.

Representação abaixo do nível de reconhecimento significa a inclusão de elementos remotamente relacionados com o papel, mas não suficientes para o seu reconhecimento; Representação parcial significa a inclusão de uma ou duas fases reconhecíveis no papel; Representação distorcida significa a representação em grande parte não relacionadas com o papel indicado; Representação adequada significa a inclusão de todas as fases significativas do papel, tal como avaliado pelo júri (MORENO, 1993, p. 223).

Moreno (1987) estabeleceu uma distinção entre a atuação de ator de teatro, a quem um papel a ser desempenhado é dado de fora para dentro, e a atuação de um protagonista a quem não é dado papel algum *a priori*, mas, ao contrário, o papel surge de dentro para fora, a partir de recursos internos, incluindo os de criatividade, espontaneidade, aptidão para a empatia e Tele, memória, inteligência entre outros.

A esse agir de dentro para fora, chamou de *Acting Out*. O *acting out* pode ter lugar na própria vida e pode prejudicar o sujeito tanto no âmbito pessoal quanto inter-relacional, pois pode ocorrer de forma irracional. Mas o *acting out* pode ter lugar no contexto dramático em que ocorre de forma controlada, no “como se”, procurando provocar essas ações nas quais o protagonista explicita fantasias, emoções, ideias, sentimentos em reflexão livre de julgamentos, ansiedades e medo de consequências (FONSECA, 1980, p. 11-12).

Ainda em Fonseca (1980), uma citação de Moreno revela que, por meio da ação dramática, a acentuação e até o exagero do ato de papéis patológicos de tendência à repetitividade e impulsividade passam a ser controlados, evitados, transformados ou mesmo eliminados, conforme a explicitação a seguir:

A dramatização no contexto psicodramático é um produto em construção (diferente do teatro quando a obra está acabada) enquanto realização de uma obra poética, dramática em seu processo de desenvolvimento, desde o status nascendi em diante, passo a passo. E, portanto tem efeito a catarse não só na *dramatis persona* de uma produção imaginária mas, primordialmente, nos atores espontâneos do drama que produzem os personagens libertando-se deles ao mesmo tempo (MORENO, 1983, p. 79).

Moreno, em todo seu projeto socionômico, buscou o resgate da espontaneidade e criatividade dos protagonistas e considerou a catarse de integração como passaporte para tal. Para ele, a **Catarse de Integração** é a mobilização dos sentimentos, afetos e emoções ocorridos na interação, tética ou transferencial, de dois ou mais participantes de um grupo terapêutico. Essa catarse constitui um fenômeno que valoriza verdadeiramente o trabalho socionômico, permitindo clarificação intelectual e afetiva de modo a ampliar possibilidades da existência, ao tempo em que facilita desenvolvimento de papéis a partir do *acting out*.

Essa teoria, portanto, foi amplamente utilizada nesta pesquisa, devido a quatro componentes: o de que a investigação ocorreu no exercício do papel profissional de policial militar, o de que os aspectos coletivos e privados desse papel foram observados, o fato de que a fase em que cada sujeito se encontrava foi respeitada e, ainda, que foi contemplada a forma de representação *acting out*.

2.1.7 Teoria da Matriz de Identidade

A Teoria da Matriz de Identidade difere da Teoria do Desenvolvimento da Matriz de Identidade. Enquanto a segunda se encarrega da compreensão do desenvolvimento dos seres humanos, do nascimento à vida adulta, a primeira ocupa-se da compreensão da formação das coisas em geral, quer sejam materiais ou imateriais. Assim, Moreno (1949) dedicou-se ao estudo de uma teoria que permitisse definir a Matriz da Identidade de todas as coisas: uma flor, um bebê ou mesmo uma doença mental. Essa teoria preconiza que tudo no universo tem uma matriz formadora constituída de 3 componentes: *Matrix*, *Locus* e *Status Nascendi*.

Matrix, expressão latina que deriva de *mater* = mãe, também designa o útero e admite outros significados, tais como um molde para fundição de uma peça ou mesmo redes de guias de entradas e saídas de elementos lógicos que permitem o funcionamento dos equipamentos de informática (placa-mãe). Por estar sempre associada à ideia de origem, seria, no dizer de Moreno (1949), o ponto de partida, o ovo fecundado no caso do bebê humano. Não é possível imaginar uma *matrix* sem um lugar, ou conjunto de condicionantes que a cercam. Como nos aponta Gonçalves *et al.* (1988), esse lugar antecede, é anterior, preexistente à *matrix*. Esse lugar é o *Locus*, isto é, a placenta no caso do bebê. O terceiro fator constitutivo da Matriz é o *Status Nascendi*, definido como o processo de crescimento, de evolução. É um *continuum*. Uma sequência ininterrupta de fatos que proporcionam a ligação entre um ponto inicial e final num período de tempo, a exemplo do que ocorre na gestação do bebê. Moreno (2020) afirma que

em uma filosofia do momento, existem três fatores a serem enfatizados: o *locus*, o *status nascendi* e a *matrix*. Eles representam três visualizações do mesmo processo. Não existe “coisa” sem seu *locus*, nenhum *locus* sem seu *status nascendi*, e nenhum *status nascendi* sem sua *matrix*. O locus de uma flor, por exemplo, é o canteiro onde ela está crescendo. Seu *status nascendi* é o de uma coisa crescente à medida que brota da semente. Sua matriz é a própria semente fértil (p. 142).

Aplicados ao sujeito e às suas relações, há três conceitos que integram essa teoria: o da Zona - um conjunto de elementos atuantes da ação - e o do Foco - núcleo principal da ação e Aquecimento, a preparação para a ação. A Matriz de Identidade refere-se à situação de espontaneidade que, disparada por iniciadores, provoca o organismo voluntária ou involuntariamente. Esses iniciadores podem ser de natureza física, química, mental ou social (GONÇALVES *et al.*, 1988).

Nesta pesquisa, a identificação da *Matrix*, *Locus* e *Status Nascendi* do estresse dos policiais militares de Santa Catarina é constitutiva da intervenção.

2.1.8 Recursos de Intervenção

A Socionomia dispõe como recurso de intervenção, tanto para fins sociodinâmicos, sociométricos quanto sociátricos, de diversas técnicas, jogos dramáticos, teatro espontâneo e o Sociodrama. Todos foram utilizados na presente pesquisa.

2.1.8.1 Técnicas Psicodramáticas

Para dar conta das inúmeras possibilidades de intervenção da Socionomia, Moreno desenvolveu um conjunto de técnicas variadas, que estão relacionadas à psicodinâmica das diferentes etapas de desenvolvimento dos indivíduos e dos grupos. As chamadas “técnicas clássicas” foram criadas por J. L. Moreno, e, delas, outras tantas foram ampliadas, modificadas, reduzidas e reproduzidas pelos pós-morenianos. A aplicação das técnicas segue as etapas da matriz de desenvolvimento de identidade dos indivíduos ou grupos. As técnicas exploram a espontaneidade e a criatividade dos participantes. Gonçalves *et al.* (1988, p. 83) afirma que:

[...] tudo é improvisado: a obra, a ação, o tema, as palavras, o encontro e a resolução de conflitos; participação do auditório; todos são autores, espectadores participantes; não há cenários construídos classicamente: o cenário é aberto, cenário-espaco, espaco aberto, espaco da vida, a vida mesma, *in situ*.

Todo esse improvisado, essa ação dos protagonistas/autores/participantes para solucionar conflitos vale-se das técnicas. Esse conjunto de técnicas permite o “estudo diagnóstico, exploratório de situações existenciais, psicológicas e relacionais do grupo social

e o estudo de qualquer acontecimento para conclusões, do ponto de vista psicossocial e institucional.” (GONÇALVES *et al.*, 1988, p. 84).

A Tabela 2 apresenta as técnicas utilizadas nesta pesquisa. Uma breve descrição de cada uma é apresentada a seguir.

Tabela 2: Técnicas Psicodramáticas utilizadas na Pesquisa

TÉCNICAS PSICODRAMÁTICAS		
Átomo Social	Entrevista no papel	Psicograma
Auto Apresentação	Imagem	<i>Role-playing</i>
Concretização	Inversão de Papéis (*)	Solilóquio
Dramatização	Maximização	Tomada de papéis
Duplo (*)	Projeção para o Futuro	
Espelho (*)	Psicodrama Interno	

(*) Técnicas clássicas

Fonte: Organizada por Márcia Pereira Bernardes.

A técnica do **Átomo Social** consiste em que o sujeito demonstre sua rede de relações. É solicitado que ele se coloque no centro e que aloque as pessoas importantes da sua vida na posição de proximidade/distância de acordo com a intensidade do vínculo. Pela versatilidade, permite também a utilização com temas pré-definidos pelo investigador/investigado. Por exemplo, num processo de orientação profissional, o sujeito pode apontar profissões de seu maior ou menor interesse, alocando-as nas diferentes camadas, próximas ou distantes de si. Isso permite que o protagonista e diretor possam (re)conhecê-las. Para que demonstre seu átomo, o sujeito pode ser solicitado a desenhar, fazer imagem com almofadas ou miniaturas delas, alocar brinquedos, animais, objetos variados ou mesmo pessoas num espaço pré-definido.

O diretor deve escolher, também, o objeto intermediário mais indicado, devendo levar em conta a quantidade de sujeitos e o tempo disponível para a aplicação e avaliação. A condição física dos sujeitos também interfere na escolha do tipo de átomo, pois para pessoas com baixa mobilidade é recomendável usar desenho ou pequenos objetos (pedrinhas, botões, miniaturas) sobre uma área plana, como uma mesa ou prancheta. Embora o recomendado seja dispor de tempo suficiente para aplicação, em média de 40 a 50 minutos, a análise sequencial poderá ser realizada em uma segunda etapa, sem prejuízo para a coleta de informações.

A técnica da **Auto Apresentação**, como o próprio nome sugere, é utilizada, em geral, nos momentos iniciais de um trabalho, quando um membro se apresenta aos demais. Todavia,

ao invés das apresentações verbais, a técnica requer que o participante escolha papéis e/ou cenas significativas de sua vida como forma de dar-se a conhecer aos demais. Um exemplo da aplicação consiste em João falar sobre si, convidando um colega ou terapeuta para, como ego auxiliar e no *como se*, assumir o papel de sua mãe, namorada ou amigo e interagir com ele.

Este pode também interagir com alguém real, como pode acontecer nas psicoterapias de grupo, de casais ou de famílias (GONÇALVES *et al.*, 1988). Outro exemplo consiste em João ser solicitado a escolher uma coisa (bicho, objeto, personagem, fenômeno da natureza etc), assumir seu papel e falar a partir dele, tal que João poderia dizer: - *eu sou um cavalo, sou forte, grande, puro sangue, dou coices e ao mesmo tempo sirvo para carregar os outros nas costas*. A autoapresentação é reconhecidamente rica por trazer conteúdos à tona.

Quando ocorre a necessidade de tornar palpável, sólido e tridimensional algum conteúdo abstrato ou subjetivo do protagonista, a técnica da **Concretização** é recomendada. Podem ser concretizados sentimentos, ideias, sensações corporais, elementos oníricos etc. A concretização dá-se com objetos diversos, e o mais comum deles é a almofada. Assim, uma almofada poderá concretizar o amor, a dependência financeira, o álcool, Deus, medo, beleza, sofrimento, lugar, cor, forma, cheiro, pessoa ausente, morte, enfim, qualquer conteúdo trazido pelo protagonista.

Essa técnica é muito utilizada na fase evolutiva do conflito (DIAS, 1994) e útil na aceleração da catarse de integração (CUKIER 1992). Cukier (1998) e Bustos (1982) concordam com o uso da técnica em situações emocionais. A diferença é que Cukier (1992) não usa ego-auxiliar, ao contrário de Bustos. Por meio dessa técnica, Bustos (1999) trabalha com os medos e angústias como se tratasse de mais um personagem, e Blatner (1988) afirma que a concretização possibilita trabalhar com o campo da metáfora, pois permite que seja vivenciado fisicamente aquilo que já foi ou está sendo vivenciado psicologicamente.

A técnica mais conhecida e utilizada é a **Dramatização** que, de acordo com Cukier (1992) Bustos (1982) Moreno (1978) e Gonçalves *et al.* (1988), consiste na montagem da cena a ser trabalhada. Para tanto, é solicitado ao protagonista que vá alocando no palco os elementos mais importantes para o desenrolar de sua cena, donde aparecerá o conflito. Esses elementos podem ser materiais (mesa, tv, floresta etc), imateriais (fantasma, sombra, dívidas etc) ou pessoas envolvidas (filho, tio, chefe etc).

Para representar os elementos materiais e imateriais podem ser utilizados pessoas ou objetos, ou ainda ficarem tais elementos compartilhados apenas no imaginário do

protagonista, diretor e grupo (exemplos: “este lado é o céu e ali o inferno” ou “aqui tem uma janela de onde vejo o mar” ou ainda “aqui tem uma porta que abre para um corredor enorme”).

A situação pode ser um fato de sua vida presente, passada ou futura. Pode também ser um sonho e, nesse caso, recebe o nome de Onirodrama. Quando vivida no palco é chamada de ‘dramatização com cena aberta’ para diferenciar da dramatização que ocorre apenas na cabeça do protagonista, quando recebe o nome de Psicodrama Interno. Uma cena pode ser desdobrada em outra, chamada de cena 2, e esta, em outra ainda, cena 3, e assim sucessivamente, até que se chegue ao ponto central do conflito e o protagonista possa chegar à resolutividade, dando uma resposta nova à situação, procedendo então a rematização. Durante a atividade da dramatização, outras técnicas são ou poderão ser associadas, tais como: duplo, espelho, inversão, imagem, solilóquio etc.

Considerada a primeira das técnicas clássicas, o **Duplo** foi desenvolvido por J. L. Moreno (1992) a partir da primeira fase da Matriz de Identidade, quando a mãe (ego auxiliar natural do bebê) faz o que ele não consegue fazer. Fonseca (1980) assinala que a técnica é utilizada por um ego auxiliar, que representará ações do protagonista que ele não consegue realizar naquele momento.

O nome dessa técnica foi inspirado na palavra *doublé*, do francês, que significa duplo (ator que substitui outro em cenas perigosas ou difíceis). Assim, a compreensão e utilização da técnica segue esse raciocínio (GONÇALVES *et al.*, 1988). Logo, um ego auxiliar aproxima-se do protagonista e coloca-se atrás ou do lado, dando ideia de continuidade corporal e fala ou faz aquilo que o protagonista não está conseguindo falar ou fazer. A partir desse ponto, o protagonista reassume a cena e, com o diretor, avalia o que ocorreu, dando o curso desejado. Essa técnica é muito indicada para pacientes regressivos como os psicóticos.

Considerada a segunda técnica clássica, ou básica, a técnica do **Espelho** foi criada por Moreno a partir de sua observação da segunda fase do desenvolvimento infantil – o Reconhecimento do Eu. MORENO, observando bebês, percebeu que ao se olharem no espelho, nele se reconheciam, e adaptou esse movimento para a Socionomia. Assim, a técnica consiste em que o ego auxiliar assumo o papel do protagonista e reproduza uma atitude, expressão, postura ou fala, de forma que o mesmo possa ‘se ver no espelho’ e se reconhecer (FONSECA, 1980). A técnica é utilizada quando o diretor deseja que o protagonista reconheça alguma parte de si. Dias (1994) apresenta algumas variantes dessa técnica: espelho que acrescenta, espelho que retira, espelho que reflete etc.

A **Inversão de Papéis** é a terceira técnica clássica desenvolvida por J. L. e, como as duas primeiras, também foi inspirada na fase do desenvolvimento humano, em que a criança começa a ‘jogar papéis’ de outras pessoas e aceita que este outro assuma o seu papel. A técnica exige que ambos estejam presentes e “em condições de captarem-se a si mesmos e ao outro com a respectiva troca de posições” (FONSECA, 2008, p. 130). A percepção do outro é requerida e ocorre amparada pelo fenômeno Tele. A capacidade de inverter papéis reflete um grau de maturidade no indivíduo (FONSECA, 2008) de forma que alguns protagonistas podem não estar aptos à técnica, cabendo ao diretor avaliar essa capacidade.

Descrita em poucas palavras, a Inversão de papéis consiste em convidar o protagonista a trocar de lugar com outra pessoa, seu interlocutor na cena. Conforme Drummond (2012, p. 197), “inverter papéis é literalmente se colocar no lugar do outro para poder entendê-lo”. Essa troca permite que A perceba, sinta e pense como B, ao tempo em que B pode pensar, sentir e perceber como A. Esses pensamentos, sentimentos e percepções apreendidos por meio da técnica facilitam a compreensão sociodinâmica da relação de A e B, favorecendo a terapêutica dessa relação.

Derivada da técnica da Inversão de papéis, a técnica da **Tomada de Papéis** ocorre quando as duas pessoas envolvidas na relação não podem estar presentes na cena. Moreno (1987) recomenda que, sempre que possível, os envolvidos estejam presentes, porém esclarece que em diversas situações isso não é possível. Há impedimentos físicos (falecimento, doenças); geográficos (morar em outra cidade ou país), legais (trabalho, encarceramento), emocionais (abusador, ladrão) ou a simples recusa a comparecer. Para esses casos, o protagonista assume o papel do ausente sem que o outro assuma o seu. Trata-se da técnica da Inversão dos papéis unilateral ou parcial. Possui todas as demais funções e propriedades da técnica da Inversão de papéis.

Outra técnica, de fácil aplicação, é a da **Entrevista no Papel**. Consiste em que o Diretor converse com o protagonista em determinado papel fazendo-lhe perguntas que facilitarão o reconhecimento do EU e do TU, a reflexão, a catarse de integração assim como o *acting out* (GONÇALVES *et al.*, 1988). É um bom recurso para que o protagonista dê informações iniciais ao ego auxiliar acerca da *dramatis personae* que este vai representar. Essa técnica é, portanto, de execução rápida, de fácil uso e inócua.

A técnica de produção de **Imagens** é bastante versátil, o que a constitui numa das mais utilizadas. Consiste em que o protagonista produza uma imagem representativa de algum de seus conteúdos internos, que podem ser sentimentos, relações, percepções, emoções,

fantasias, ou seja, qualquer conteúdo de seu mundo interno. Guimarães (2012, p. 23) nos aponta que a imagem pode ser feita por meio de objetos diversos como almofadas, tecidos, brinquedos ou colagens.

Esses objetos podem ser bidimensionais ou tridimensionais e a técnica pode ser feita com a ajuda de egos auxiliares ou do próprio corpo do protagonista. Os materiais expressos revelam conteúdos favoráveis a *insights* racionais. O importante é que o participante expresse externamente o que se passa internamente, revelando situações ou estado afetivo propícios à introspecção e reflexão. Nessa interação, as pessoas e/ou objetos são posicionados estaticamente no cenário, de forma cuidadosa e estrategicamente estudada, até o ponto em que o protagonista considere a imagem pronta.

Por meio dessa técnica, é possível perceber sinais que apontam a forma, espaço, ligação e orientação das relações, isto é, se é defensiva, amistosa, invasiva, distante, agressiva, de afastamento, submissão ou superioridade, entre outros. Bermúdez (1997) acrescenta que a imagem possui um grau de simbolização que varia do real ao simbólico e deste, ao psicodramático, e que a correta leitura desses símbolos permite significativa aprendizagem acerca do que está sendo investigado.

Outra técnica popular entre os socionomistas é a **Maximização**. Objetiva a exploração de sinais dissonantes/repetitivos durante o discurso do protagonista. Para tal, o diretor solicita que tais sinais sejam ampliados de forma a mais se evidenciar. Pode ser a altura do tom da fala, a intensidade de uma emoção, um gesto ou uma postura global. Na maioria das vezes, o sinal a ser explorado está sendo feito pelo protagonista sem que se dê conta dele, momento em que o Diretor assinala e pede sua maximização, como nos exemplos: um balançar de pernas, apertar os dedos, fechar a mão, enrolar os cabelos etc.

O efeito terapêutico, segundo Dias (1996), é o aumento do nível de aquecimento da cena e a mobilização das emoções. Muitas vezes, o mero “dar-se conta” pela maximização propicia *insights*, auxilia no reconhecimento do EU e/ou do TU, bem como no conhecimento de aspectos da relação. Sua aplicação merece, contudo, cuidado de forma que essa maximização não permita mero exagero de comportamento sem valor terapêutico ou a sensação de ridículo por parte do protagonista, pela exacerbação.

Já a técnica da **Projeção para o Futuro** colabora com o protagonista na imaginação de seu futuro. Consiste em pedir que o participante “represente não somente seus desejos, mas seus planos realizáveis, especialmente importantes. Essa técnica permite que o Diretor auxilie o indivíduo a valorizar o que realmente poderá ocorrer em seu futuro” (CRELIER, 1998, p.

69), pois atribuindo diferentes graus de importância às suas projeções, identifica emoções, sentimentos e pensamento dela resultantes. A técnica pode sofrer variações de acordo com o objetivo do momento. Pode se tratar de uma cena que ocorre em poucas horas (encontrar alguém) ou num futuro distante e incerto (velhice, por exemplo).

A Socionomia conta ainda com a técnica do **Psicodrama Interno**, cuja aplicação é bem específica. De acordo com Cukier (1992), no Psicodrama Interno, o diretor conduz o protagonista ao seu mundo interno e ali opera a integração com demais personagens, utilizando recursos semelhantes aos da dramatização com cena aberta, porém, agora, mentalmente. A empatia e a Tele do diretor devem estar operando francamente. É requerida também a atenção aos detalhes da verbalização, pois essa é a única fonte de informação acerca do que se passa internamente com o protagonista, além da observação das expressões faciais e corporais. Apresenta como pré-requisito um bom grau de aquecimento do protagonista e destreza do diretor no manejo da técnica, uma vez que este nada vê e ainda precisa dirigir toda a dramatização. É recomendado para cenas de conteúdos delicados como os de cunho sexual, violência ou extrema dor.

À disposição dos diretores, também está a técnica do **Pictograma**. A palavra pictograma, derivada do latim *pictu* = pintado e do grego *grama* (γράμμα) = caractere, sinal, letra, consiste em solicitar ao protagonista a produção de desenhos e figuras que representem algum conceito ou objeto. Assim, como uma mão espalmada numa placa de PARE é um pictograma, qualquer manifestação gráfica que indique características psicológicas de um indivíduo também o é. Logo, pictograma refere-se à técnica utilizada para facilitar a expressão dos conteúdos internos de uma pessoa por meio da expressão gráfica analógica.

Essa técnica pode ser utilizada a qualquer momento do processo, seja na fase diagnóstica, processual ou de fechamento. É útil para coletar a expressão grupal, em que o protagonista apresenta dificuldade de verbalização ou a utiliza em demasia. Para ilustrá-la, um protagonista pode desenhar uma coroa, um sol ou colar a figura de um leão para comunicar que se sente um rei. Todavia, o diretor deve ser cuidadoso em não fazer interpretações *a priori*, pois a mesma imagem/ desenho da coroa pode representar ser súdito, subalterno, velho, chefe entre outros papéis.

Também conhecida como a técnica do Jogo de Papéis, a técnica do **Role-playing** consiste em permitir que o protagonista se perceba em diferentes papéis ou como diferentes pessoas desempenhando um mesmo papel. Facilita a percepção de condutas e/ou a experimentação de possibilidades de ação. De acordo com Fleury & Marra (2005), esta

permite que o indivíduo encontre novas saídas e alternativas mais saudáveis. Quando aplicada a um grupo, objetiva encontrar e treinar diferentes possibilidades de respostas para a situação problematizada. Para esse treino de papéis, Moreno (2020) também usou as expressões *role-training*, *role-player* e *role-testing* e acrescenta:

[...] Quando essa situação, dramatizar ou testar, estava limitada a um aspecto específico, por exemplo, nos papéis em que os indivíduos estavam operando, tornou-se *role-playing* ou *role-testing* (teste de papéis). A ideia era que, se você pode “desempenhar um papel”, por exemplo, o papel de Deus, desenvolvê-lo e interromper a ação desse papel no momento que tiver vontade, você começará a aprender a não ser possuído pelo tal papel. Se estiver limitado quanto à sua espontaneidade, passaria a ser “jogo de espontaneidade” ou “teste de espontaneidade”, a ideia é que, se você consegue mobilizar a espontaneidade adequadamente em uma situação imaginária, e mais e mais em uma situação de quase-vida, cada vez mais você aprenderá a torná-la viável e como deixá-la disponível o tempo todo, especialmente nos momentos de vida não ensaiados (p. 190).

Quando se trata de aprender novas atitudes com a utilização do *role-playing*, Bermúdez (1997) considera que cada papel possui um contrapapel já na origem e afirma que “quem o aprende não só aprende as características próprias do papel senão também as da dinâmica da relação, o que permite o ajuste indispensável de quem o exerce a situação em que deve desempenhá-lo” (p. 438).

De fácil aplicação e com baixo risco de uso inadequado, o **Solilóquio** consiste em solicitar que o protagonista expresse de forma livre o que está em sua mente. É um “pensar alto”, sem julgamento ou crítica, sendo apropriado para momentos de inquietude, quando se atém às normas e condutas sociais estereotipadas, agindo mais de acordo com o que é esperado dele (CUKIER, 1992, p. 47- 48). Possibilita o surgimento de cenas e emoções ainda não expressas. Nas palavras do criador “é usado pelo paciente para duplicar pensamentos ocultos que teve realmente numa situação com um parceiro em sua vida, ou que tem aqui e agora, no momento do desempenho. O seu valor reside em sua veracidade, o seu propósito é a catarse” (MORENO, 2015, p. 245). A baixa complexidade no uso do solilóquio está na razão inversa de sua eficácia, pois facilita estados espontâneos e criativos.

Todas essas técnicas foram aplicadas com os policiais militares, tanto nos psicodramas, quanto nos sociodramas da pesquisa.

2.1.8.2. Sociodrama

O Sociodrama, sendo um recurso de intervenção, possui vasta aplicabilidade nas áreas educacional, social, institucional, organizacional e em atos públicos. Permite o trabalho com grupo de qualquer tamanho, incluindo os grandes grupos (> 500 pessoas) e em qualquer lugar (ruas e praças). A proposta maior de Moreno, ao desenvolver a Socionomia, outra não era senão o tratamento da humanidade, a Sociatria. O sociodrama constitui, portanto, a expressão máxima do cumprimento de tais ideais.

Termo cunhado por Moreno, sócio vem do latim *socius*, cujo significado é ‘companheiro’, e *drama*, do grego, que tem dois sentidos: ação já realizada e ação em andamento. Assim, etimologicamente, o conceito carrega o sentido do passado e presente se debatendo em uma só palavra, sendo essa ambivalência constitutiva do conceito. Drama explicita uma ação que nasce no universo trágico. Esse trágico está concebido no sentido pré-socrático como conflito constante entre o destino divino e o desejo humano de autodeterminação (NAFFAH NETO, 1997, p. 128; SANTOS in NAFFAH, 1990, p. 136).

Do ponto de vista histórico, foi em 1º de abril de 1921 que ocorreu a primeira demonstração do sociodrama, quando, no Teatro da Espontaneidade (*Das Stegreiftheater*), em Viena, deixando no palco apenas uma cadeira e uma coroa, Moreno, por meio do *role-playing* e tomada de papéis, conclamou o povo para repensar o sistema de governo da Áustria.

O sociodrama, na forma defendida por seu criador, é um dos instrumentos científicos de ação social, com caráter preventivo, didático e de reconstrução de uma comunidade, uma vez que suas produções e suas soluções são originadas no próprio grupo, semelhante ao que ocorre nas pesquisas interventivas (FLEURY & MARRA, 2012; NERY, COSTA & CONCEIÇÃO, 2006). Assim sendo, esse instrumento adequa-se à pesquisa na comunidade militar.

No sociodrama, a atenção recai sobre o grupo, o drama coletivo, sendo a relação privada do indivíduo posta em segundo plano, não podendo, todavia, ser rigidamente separados. O sociodrama trata de problemas em que um aspecto coletivo é trazido para o primeiro plano. Assim, trabalha com o desempenho de papéis, sendo que a ênfase é dada sobre os papéis sociais (MORENO, 1975; MORENO & MORENO, 2006). Com os policiais militares, a ênfase foi dada ao papel profissional.

Nos Sociodramas, são considerados os contextos, instrumentos e etapas da Socionomia. Jonathan Fox (2002) aponta que “o verdadeiro sujeito do sociodrama é o grupo”, baseando na suposição tácita de que “o grupo formado pela plateia já está organizado pelos papéis culturais e sociais, e que em algum grau são compartilhados por todos os portadores da cultura” (p. 52). Todos os participantes são colocados no palco, independentemente de quem ou quantos são. O grupo está para o Sociodrama, assim como o indivíduo está para o Psicodrama. As ferramentas representativas de uma dada cultura são utilizadas pelo Sociodrama em busca da catarse social. Para Moreno (2020), o Sociodrama *in situ* “é uma forma dinâmica de operacionalismo social, que define seus processos em termos das ações tomadas pelos atores sociais à medida que compartilham objetivos comuns”.

O Sociodrama faz suas investigações por meio dos protagonistas, que retratam suas vidas em palavras e ações enquanto são “observados e avaliados com medições e registros de dados das fases subjetivas e objetivas” (p. 37). O Sociodrama revela “que cada indivíduo ou grupo de indivíduos pertence simultaneamente a um mundo privado estruturado e a um mundo socialmente estruturado” (p. 125), explorando suas verdades e estruturas. Nele, a “questão social e a decisão de sua implementação vêm do grupo e não de um líder específico” (p. 164). Cada Sociodrama “começa com o público presente, é calculado para ser educacional, esclarecedor e energizante para todos os membros” (p. 165) simultaneamente, embora não necessariamente na mesma intensidade.

Com o desenvolvimento de novas técnicas sociométricas e com a melhoria dos instrumentos atuais, os processos mais sutis e mais maduros – o meio econômico, o meio religioso, o meio cultural, que operam dentro de agregados sociais – serão cada vez mais compreensíveis. É nossa opinião que essas entidades (economia, religião ou cultura), qualquer que seja a lógica de sua existência, não podem ser tão impessoais e existirem independentemente das sociedades nas quais as pessoas realmente pensam, vivem e agem. Esses processos devem se expressar dentro de agregados sociais vivos, embora sua interação seja mais difícil de rastrear. É para a compreensão dessas configurações ricamente texturizadas, integradas e totalmente maduras a que o trabalho sociométrico aspira. Isso pode explicar minha busca e invenção de novos instrumentos como psicodrama, sociodrama, axiodrama, a fim de obter uma imagem mais completa dos sistemas sociais mais próximos de nós (MORENO, 2020, p. 69).

No âmbito da metodologia socionômica, todo sociodrama quando aplicado a grupos, objeto de investigação como no caso dos policiais militares, torna necessário que se explicita

a zona⁵⁷, o foco⁵⁸ e o aquecimento⁵⁹. A zona dos Sociodramas desta pesquisa está circunscrita na verificação do contexto da vida militar e/ou social relativo a fatores potencialmente geradores de estresse. A partir da demarcação da zona, estabelece-se o foco da pesquisa sociodramática, ou seja, a dinâmica envolvida no surgimento/minimização de sintomas de estresse dos policiais. O aquecimento partiu da utilização dos métodos de ação, com o emprego de iniciadores físicos, intelectivos, psicoquímicos, fisiológicos, temáticos, sócio-relacionais, mentais ou psicológicos (ALMEIDA, 1998, p. 29-35).

Há sociodramas em que o tema já está pré-definido e outros cujo tema brota de seus integrantes no ato. Quando ainda não há tema pré-definido, este é explorado durante o aquecimento inespecífico. Com grupos de tamanho médio e grande, o trabalho pode se valer de subgrupos para permitir a participação mais efetiva de todos e a representatividade do coletivo. Porém, cabe ao diretor integrar os subgrupos de forma que se obtenha um produto final construído por todos. Os Sociodramas são finalizados com a etapa do compartilhamento.

2.1.8.3 Teste Sociométrico

O Teste sociométrico é um dos principais recursos da Sociometria. É um teste, elaborado por Moreno com o propósito de efetuar medições das relações intragrupais. Trabalhando com o processo de escolhas, Moreno criou um recurso que permite identificar e analisar o fluxo de emoções positivas, negativas e neutras que fluem de uma pessoa para a outra ou de um grupo para outro.

O teste foi criado por Moreno quando, nas palavras de Pines,

através de sua experiência como médico em estabelecimentos de refugiados, começou a reconhecer a dinâmica dos grupos e dos agrupamentos sociais bem como a perceber as tensões sociais que se criam ou se reduzem conforme a maneira como as pessoas integram grupos sociais artificiais (1992, p. 7).

O campo de refugiado a que Pines refere-se é o de Mitterndorf, na Áustria, onde Moreno trabalhou no período da 1ª Guerra Mundial. Quando migrou para os EUA, em 1925, realizou pesquisas sociométricas consistentes na prisão de Sing Sing, em 1931 e no

⁵⁷ A zona é o conjunto das ocorrências que definem o fenômeno de investigação, intervenção, avaliação e inovação.

⁵⁸ O foco é a demarcação do objeto de investigação, dentre as variáveis constitutivas do fenômeno.

⁵⁹ O aquecimento é a preparação para o ato socionômico propriamente dito.

reformatório para moças em Hudson (NY), em 1932, onde se tornou diretor de pesquisas (MORENO, BLOMKVIST & RUTZEL, 2001). Em Hudson, Moreno realizou pesquisas qualitativas e quantitativas bastante profundas. De acordo com Malaquias (2012, p. 20),

o pesquisador utiliza o teste sociométrico ou jogos dramáticos específicos, que o ajudam a investigar a posição socioafetiva do indivíduo num determinado grupo, em um período de sua constituição. Procura detectar e compreender “os padrões afetivos que organizam os grupos sociais e as características das correntes psicossociais da população, uma infra-estrutura psicossociológica inconsciente.

Alves (1964) afirma que os dados provenientes do Teste sociométrico podem ser de duas fontes distintas, a saber, do Teste de Projeção Sociométrica e do Teste de Percepção Sociométrica. O primeiro fornece a posição do indivíduo no e para o grupo e do grupo para o indivíduo. Já o segundo demonstra a maneira como cada indivíduo se sente, se pensa e se percebe no e pelo grupo. Pierre Weil (1967) e seus colaboradores afirmam ser o Teste Sociométrico um recurso dinâmico e útil "para observar, descrever e medir a coesão grupal, ou seja, a rede de relações entre os participantes" (p. 166). Nesta pesquisa, será utilizado apenas o Teste de Projeção Sociométrica, face à restrição de tempo e recursos para a elaboração do Teste Perceptual.

Kauffmann (1998, p. 41) elenca uma série de razões para a utilização do teste. Dentre elas estão: a) a necessidade de se conhecer a estrutura interna de grupo; b) a procura pelas atrações, rejeições, indiferenças, mutualidades, incongruências e isolamento do grupo; c) a busca por saber da real posição que cada um ocupa e a que pensa ocupar e; d) a necessidade de propiciar maior coesão e continência grupal. Além dessas razões, Kauffmann elenca também “o diagnóstico das necessidades e possibilidades atuais de intervenção”. O teste ainda permite conhecer a coesão e a estabilidade grupal bem como a efusividade emocional, peso, satisfação e *status* do indivíduo no grupo⁶⁰. A aplicação do Teste Sociométrico na pesquisa com policiais visou justamente realizar o diagnóstico das necessidades e intervir nas possibilidades encontradas.

Bustos (1977) acrescenta que é um método simples e claro que permite compreender a diferença entre ‘grupo interno’ e ‘grupo externo’ para que possam emergir as distorções e chegar a uma maior adequação. Neste ponto, torna-se importante clarificar a noção de grupo interno e externo. Grupo externo é a designação dado ao grupo que pode ser objetivado por um observador. Por estar em contínuo movimento e transformação, o grupo real somente é

60 Para detalhamentos das fórmulas para cálculo de cada um desses índices, vide item 4.9.

mensurável num momento de detenção operativa. Minutos depois, essas configurações alteram-se de modo que a objetivação do sociograma de um Teste Sociométrico fornece uma imagem real e objetiva do grupo, no momento da sua aplicação. Porém, diante da imagem real daquele específico momento, há uma representação interna em cada um de seus integrantes – o grupo interno. Sempre ocorrem distorções entre um e outro, pois as pessoas nunca veem o grupo como “realmente” é, pois sua percepção estará mobilizada por emoções que, via de regra, alteram tais percepções.

Nesse sentido, é fácil inferir que quanto mais longe está a percepção de alguém da imagem do grupo, mais desencontros ocorrerão e mais inadequações poderão ser encontradas em suas condutas, podendo inclusive ocorrer isolamento social. Em outros termos, o Teste Perceptual busca apontar as distorções entre a percepção de alguém com relação a sua posição no grupo.

Moreno (2020, p. 207-209) define três passos para a pesquisa sociométrica: a coleta de dados, a elaboração dos sociogramas e mapas psicogeográficos e o estudo e descoberta das estruturas sociais. O primeiro passo leva em conta que as respostas dadas pelos participantes, ainda que espontâneas, “são apenas materiais e ainda não fatos sociométricos em si”. O sociograma “plota todos os indivíduos relacionados ao mesmo critério e indica as relações que eles têm um com o outro” e, da mesma forma “um mapa psicogeográfico apresenta os dispêndios topográficos de uma comunidade, bem como referencia as correntes psicológicas e sociais internas com cada uma das demais”.

Os sociogramas são estruturas complexas e elaboradas para exploração. É como colocar a comunidade num microscópio. Nas palavras de Moreno, “o astrônomo tem seu universo de estrelas e de outros corpos celestes visivelmente espalhados pelo espaço. Sua geografia é dada. O sociometrista está na situação paradoxal de que ele precisa construir e mapear seu universo antes de poder explorá-lo”. Ao sociometrista é dada a capacidade de descrever fatos sociométricos (sociometria descritiva) e considerar o efeito de uma parte sobre outra parte, isto é, a função da estrutura (sociometria dinâmica), ou seja, “somos, agora, capazes de estudar fenômenos inter-humanos no plano sociológico; por um lado liberados das limitações do plano psicológico, por outro lado, não abstraídos e distorcidos em dados generalizados, simbólicos de massa sem vida”.

A análise completa de um teste pode se prolongar por horas, especialmente se: 1) o grupo for constituído por mais de 10 pessoas; 2) se for utilizado para fins terapêuticos, em que todas as respostas serão discutidas e elaboradas coletivamente e; 3) se a tabulação do mesmo

ocorrer de forma manual. Esse último problema foi resolvido com o uso de computadores, pois existem programas para tal como o SociometryPro, utilizado na presente pesquisa.

2.1.8.4 Jogos Dramáticos

Segundo Moreno (1975), a brincadeira é tão antiga quanto a humanidade, pois acompanhou a vida do organismo vivo como manifestação de exuberância. Fonseca (1980, p. 7) afirma que “a atitude lúdica conduziu Moreno ao teatro da improvisação e depois ao teatro terapêutico, que alcançou seu cume na inversão de papéis, no psicodrama e no sociodrama de nossos dias”. Por ocorrerem no contexto dramático, diferentemente de outros jogos, os jogos aplicados à Socionomia recebem o nome de jogos dramáticos (MONTEIRO, 1997).

A definição aparece, muitas vezes, ligada ao conceito de dramatização. Monteiro (1993, p. 211) afirma que a “dramatização é o jogo propriamente dito em realização”. A autora acrescenta que o jogo dramático permite e facilita a livre expressão de criações do mundo interno, quer seja representando um papel, produzindo uma fantasia mentalmente ou realizando uma atividade corporal. Para Monteiro (1988, p. 166), “pelo fato de estar simplesmente brincando, já se eliminam as situações angustiantes e ansiógenas, pois o lúdico cria uma atmosfera permissiva”. Castanho (1995) afirma ser necessário o compromisso dos jogadores em se envolver numa vivência, que os comove e que os envolve numa situação conflitiva de forma indireta.

Para Cukier (1992, p. 74), o jogo “propõe o abandono da lógica formal e um adentrar na lógica da fantasia, resgatando, frequentemente, conteúdos inconscientes que, de outra forma, dificilmente seriam percebidos”. Assim, propicia a manifestação de conteúdos ‘coinconscientes’ e ‘coconscientes’⁶¹ de um grupo. E para Datner (1995, p. 86), o jogo dramático traz à baila conservas culturais, modelos cristalizados e estereótipos que aprisionam a espontaneidade e a criatividade dos participantes.

Yozo (1996, p. 19) aponta as características do jogo dramático:

- a. é uma atividade voluntária, ou seja, é preciso haver a aceitação dos participantes para jogar. É uma proposta livre que pode ser interrompida se necessário;

⁶¹ Segundo GONÇALVES *et al.* (1988), estados coinconscientes e coconscientes referem-se a “vivências, sentimentos, desejos e até fantasias comuns a duas ou mais pessoas, que se dão em estados inconscientes ou conscientes” e, portanto, só podem ser reproduzidos conjuntamente (p. 56).

- b. tem regras específicas e absolutas. É preciso, portanto, que os participantes concordem com as que são propostas pelo jogo [...];
- c. tem um tempo (duração) delimitado, que varia de acordo com o jogo ou com as necessidades do diretor;
- d. tem um espaço, que é próprio do contexto dramático. Este espaço pode ser ampliado ou reduzido de acordo com a proposta do jogo;
- e. há o resgate da ordem lúdica, criando uma perfeição temporária durante o jogo, ou seja, a predisposição para o jogo faz com que os participantes interrompam e se desprendam de sua vida real;
- f. tem um objetivo específico: busca a identificação e a resolução de conflitos, sendo esta a característica que diferencia o jogo dramático dentro do Psicodrama.

Segundo Yozo (1999), os procedimentos utilizados nos jogos dramáticos baseiam-se nos princípios da Socionomia, em que são considerados contextos, instrumentos e respectivas etapas da Matriz de Identidade do grupo e dos indivíduos.

A aplicação do jogo revela partes importantes das dinâmicas pessoais e grupais, como ocorreu junto aos policiais militares, permitindo a ampliação do vínculo entre participantes e diretor e dos participantes entre si. Foi igualmente utilizado como aquecimento para sociodrama e teatro espontâneo.

2.1.8.5 *Teatro Espontâneo*

Segundo Marineau (1998), Moreno esteve bastante envolvido com a sociedade revolucionária, chegando a acreditar que o teatro seria a melhor forma para obter mudanças fundamentais e, assim, testou sucessivamente vários métodos que depois se tornariam conhecidos, como o Axiodrama (baseado na exploração dos valores sociais éticos, conhecido como teatro do conflito), Sociodrama e Psicodrama. Aguiar (1988) afirma que a Socionomia é conhecida pela “utilização do teatro como teoria e prática científica nos domínios psicoterápicos, pedagógicos e comunitários”.

Moreno propõe cinco formas de teatro: **Teatro do Conflito** (Axiodrama), no qual o público tem o papel principal, desafiando as conservas culturais, levando as pessoas a encararem a verdade; **Teatro Imediato**, que acontece no “aqui e agora”, sem espectadores, por meio do uso da imaginação e que conduz à criatividade pela espontaneidade; **Teatro Terapêutico**, cuja base é a própria pessoa que, diante de si mesma, representa a própria vida e em que vida e fantasia adquirem a mesma identidade, ocorrendo simultaneamente; **Teatro do Criador**, em que cada um de nós representa a própria vida no mundo (MARINEAU, 1992).

Ato contínuo, Moreno cria o **Teatro da Espontaneidade** – *Stegreiftheater*, em Viena, nos idos de 1920. Precursor do Psicodrama, Moreno se dedicou ao trabalho com grupos nos quais atores não tinham papéis decorados. Embora os papéis existissem, os atores tinham a liberdade de improvisar no decorrer da dramatização. O Teatro era tão bem feito que alguns espectadores duvidavam que as peças não eram ensaiadas. Para dirimir tal dúvida, Moreno passou a dirigir peças espontâneas, cujos temas eram propostos pelo público ou a partir da leitura de jornais diários. Esse tipo ficou conhecido como **Jornal Vivo**.

Ainda em Viena, nos idos de 1920 e estando amplamente envolvido com o teatro espontâneo, Moreno foi procurado para auxiliar uma de suas atrizes na resolução de conflito conjugal. Para tal, propõe à moça representar novos e desafiadores papéis que possam dar fluxo a sua agressividade. O resultado desse experimento é a identificação da potencialidade terapêutica do teatro (AGUIAR, 1988, 1990, 1998).

Moreno (2020) afirma que “o verdadeiro *locus* do teatro é o teatro da espontaneidade” (p. 13) e neste “não há roteiro algum” (p. 93). Logo, é indispensável o aquecimento (*warm up*) tanto do diretor quanto do grupo. A peça a ser desenvolvida jamais ocorreu e jamais se repetirá, diferente do teatro convencional em que cada *performance* ensaiada pode ser duplicada centenas de vezes, tanto quanto o material produzido pelo produtor e dramaturgo. Outra diferença está no fato de que as instruções do diretor são dadas no aqui e no agora, dificultando os respectivos estudos. Com o advento da tecnologia de gravação, foi possível a Moreno formular as seguintes ideias: “a) fazer a análise do conteúdo do volume de palavras de cada participante; [...]; b) analisar quantitativamente o conteúdo emocional e ideológico da produção; c) alterar a duração de uma sessão e realizar atos com pausas” (p. 94).

Em Beacon House, distante 90 km de Nova York, Jacob Levy Moreno edificou o primeiro Teatro Espontâneo, tornando-se também um centro de formação profissional e de atendimento com sessões de Psicodrama Público semanais.

Esse foi o conjunto teórico, técnico e metodológico que ancorou a presente pesquisa com policiais militares acerca de seus efeitos sobre a redução dos sintomas do estresse.

3 ESTRESSE

O "**Estresse** é o resultado da civilização criada pelo homem e que, ele próprio, não mais consegue suportar". Essa afirmação foi proferida por Hans Hugo Bruno Selye, endocrinologista austríaco, num congresso em Munique em 1988, e publicada por BERNIK⁶² (2010). Apesar de ser uma afirmação proferida há quase 40 anos, encontra-se cada vez mais atual.

O Jornal Bom Dia Brasil⁶³ apresentou, a partir de uma pesquisa mundial, a manchete "*Estresse é ameaça para a saúde do trabalhador*". Essa pesquisa aponta que "a maioria dos empregados brasileiros se queixa de estresse, mas não consegue nem falar do problema com o chefe". O Jornal DMT⁶⁴ publicou que, de acordo com a Previdência Social, "a estimativa é que até 2020 o estresse seja o primeiro motivo para as faltas e afastamentos". O Jornal Valor Econômico⁶⁵ apresenta o resultado da pesquisa realizada pela Organização Mundial de Trabalho que, ao analisar mais de 80% da força de trabalho em 180 países, em 2015, constatou que apenas 1/4 dos entrevistados tem relação estável com o ambiente de trabalho.

No âmbito da ciência, inúmeras pesquisas dedicam-se à compreensão desse fenômeno. Taboada *et al.* (2017), Cavanaugh *et al.* (2000); Glowinkowski e Cooper (1987) Evans e Steptoe (2001); Fried *et al.* (1998); Mackie (2001); Pollard (2001); Wang e Patten (2001); Kapczinski e Margis (2003); McCanlies *et al.* (2014); Biggs *et al.* (2014); Gomes e Afonso (2016) são alguns dos estudiosos que pesquisaram e publicaram sobre Estresse. Essas pesquisas avaliaram a natureza e os mecanismos do estresse ocupacional e as devidas consequências para o bem estar físico e emocional dos trabalhadores.

⁶² Bernik, Vladimir. Psiquiatra sérvio graduado em medicina pela Escola Paulista de Medicina (EPM), hoje, Universidade Federal de São Paulo (Unifesp), em 1966. Publicou o artigo "O Assassino Silencioso". Disponível em: <http://www.cerebromente.org.br/n03/doencas/stress.htm>. Acesso em: 07 jul. 2017, 18:04.

⁶³ Jornal Bom Dia Brasil, Edição do dia 11/11/2016 - Disponível em: <http://g1.globo.com/bom-dia-brasil/noticia/2016/11/estresse-e-ameaca-para-saude-do-trabalho.html>. Acesso em: 11 nov. 2016-08h59.

⁶⁴ Jornal DMT em debate. Democracia e Mundo do Trabalho. Edição atualizada em 08/08/2016, 10:42. Disponível em: <http://www.dmtmdebate.com.br/estresse-e-um-dos-fatores-que-mais-causa-afastamento-e-falta-no-trabalho/>. Acesso em: 07 jun. 2017.

⁶⁵ Tahira Probst, americana da Universidade de Washington (USA), e a chinesa Lixin Jiang da Universidade de Wisconsin. Jornal Valor Econômico. Disponível em: <http://www.valor.com.br/carreira/4990352/trabalhadores-sofrem-mais-com-estresse-em-paises-desiguais>. Acesso em: 02 jun. 2017, 10:40.

3.1 CONSIDERAÇÕES SOBRE CONCEITOS DE ESTRESSE

Apesar dos incontáveis estudos e publicações sobre o estresse, não foi possível encontrar um conceito que agregasse o consenso dos pesquisadores sobre o tema. Embora Kapczinski & Margis (2003) tenham trabalhado os critérios diagnósticos, não apresentaram um conceito próprio, assim como McCanlies *et al.* (2014). Ambos se referem ao estresse por meio da definição do Código Internacional de Doenças (CID) e do *Disorders Statistical Mentals* (DSM).

Paschoal e Tamayo (2004) apud Jex (1998) indicam que as definições acerca do tema se dividem de acordo com os estímulos estressores, com a resposta ao evento e com a relação estresse-respostas. No primeiro caso, refere-se aos estímulos advindos do ambiente de trabalho, pois muitas vezes o empregado é exigido além de sua capacidade de resposta e submetido a muita pressão. No segundo caso, refere-se ao tipo de resposta oferecida pelo empregado quer seja fisiológica, psicológica ou de comportamento. No terceiro, trata-se do processo geral em que demandas do trabalho impactam nos empregados.

Os estudos podem, portanto, focar nos estressores organizacionais, nas respostas individuais ou em variáveis presentes na relação estressor-resposta. Dessa forma, o primeiro caso – estressores organizacionais - viabiliza uma distinção importante entre os conceitos de estresse ocupacional e estresse em geral. Neely e Cleveland (2012) tecem uma relação entre o estresse e a “teoria da geral da tensão”, em que considera que “indivíduos expostos à tensão irão lidar com ele de diferentes maneiras, incluindo delinquência e crime”.

Se a reação à tensão envolve sentimentos negativos, uma reação que inclui retaliação, o escapismo é mais provável (Agnew, 2001). A teoria geral da tensão concebe a violência como uma forma de adaptação desviante para a pressão criada por emoções negativas e geradas pelo estresse. Paschoal e Tamayo (2004, p. 45) confirmam essa teoria ao constatarem que “em meio à multiplicidade de pesquisas, nota-se que o termo estresse ocupacional tem sido utilizado de modo pouco consistente, havendo desentendimentos sobre seu significado e formas de medição” e, mesmo validando uma escala para estresse, não o definem claramente.

O estresse não aparece no rol das doenças relacionadas ao trabalho no manual de procedimentos para os serviços de saúde das doenças relacionadas ao trabalho redigido pelo Ministério da Saúde com a Organização Pan-Americana da Saúde no Brasil em 2001. No referido manual, o capítulo 10 é dedicado às doenças mentais, em que o Transtorno do Estresse Pós traumático – TEPT está descrito, porém o estresse não. Outro agravante é a confusão entre

“Estresse⁶⁶” e a “Síndrome de *Burnout*⁶⁷”, sendo um referenciado ao outro bem como ao “*coping*”⁶⁸. “Coleman (1992) define o estresse como uma ‘adaptação do ser humano às adversidades provenientes de um ambiente que exige mais do que o habitual, gerando alterações fisiológicas, biológicas, psicológicas e emocionais’”.

Para Lipp (2004), a definição de estresse está associada a um estado de tensão. Esse estado causa uma fragmentação no equilíbrio interno do ser humano, fazendo com que o entrosamento entre os diferentes órgãos do corpo seja abalado. Entra em cena a tendência natural do indivíduo em restaurar tal equilíbrio (homeostase) e para tal faz uso da vicariância em alguns órgãos. Vicariante é um órgão capaz de suprir a insuficiência de outro. Dessa maneira alguns órgãos precisam trabalhar mais para suprir a deficiência de outros, com o propósito de restabelecer a homeostase e, quando esse propósito é atingido, o estresse é dissipado e o organismo volta a sua condição anterior. O resgate da homeostase pode também ser atingido pelo afastamento do agente estressor. É possível também que o sujeito consiga encontrar uma maneira de lidar com tal agente de forma adequada. Todavia, se nenhuma dessas situações ocorrer, seja o afastamento do agente estressor, seja a incapacidade de lidar adequadamente, o estresse vai acumulando-se e pouco a pouco passando por diferentes fases.

De acordo com Selye (1959), o estresse é “um elemento inerente a toda doença, que produz certas modificações na estrutura e na composição química do corpo, as quais podem ser observadas e mensuradas”, não sendo necessário haver a ocorrência de todas as etapas para haver o registro da síndrome, uma vez que somente o estresse mais grave leva à fase de exaustão e à morte.

⁶⁶ Os termos para se referir ao estresse também variam muito entre autores e com o passar dos anos, dificultando estudos e consenso na conceituação, tais como: Estresse profissional (May & Revich, 1985), Estresse laboral (Nunes, 1989; González, 1995; Schaufeli, 1999 ou Büssing & Glaser, 2000); Estresse ocupacional (Fontanis & Mateo, 1996), Síndrome de queimar-se pelo trabalho (Gil-Monte e Peiró, 1997), Síndrome do esgotamento profissional (Moraes, 1997), Desgaste profissional (Moreno-Jiménez *et al.*, 2000), Estresse assistencial (Carlotto, 1999), Estresse ocupacional assistencial (Shoröder *et al.*, 1996), Neurose profissional (Stella, 2001).

⁶⁷ Forma de adaptação que pode resultar em efeitos negativos tanto para a própria pessoa quanto para seu local de trabalho. Portanto, é consequência de uma tentativa de adaptação própria das pessoas que não dispõem de recursos para lidar com o estresse no trabalho (CARVALHO & GUIMARÃES, 2000).

⁶⁸ Lazarus e Folkman (1984) definem o *coping* como uma variável individual representada pelas formas como as pessoas comumente reagem ao estresse, determinadas por fatores pessoais, exigências situacionais e recursos disponíveis.

3.2 SINTOMAS E FASES DE ESTRESSE

Historicamente, o estresse encontrou diferenças de nomenclatura no CID e no DSM. Kapczinski e Margis (2003) publicaram artigo na Revista Brasileira de Psiquiatria, tratando sobre o tema em que se lê:

De acordo com a Classificação Internacional de Doenças(CID), editado em 1948 (CID-6), os transtornos relacionados a eventos traumáticos eram agrupados na categoria de “Desajuste Situacional Agudo” que se manteve na CID-7. Na CID-8, encontra-se a nomenclatura “Transtornos Transitórios de Inadaptação a Situações Especiais”. Em 1977, foi introduzida na CID-9 a categoria “Reação Aguda ao Estresse”. Detalhando o que consta na classificação atual CID-10,3 pode-se destacar diferentes categorias diagnósticas relacionadas a eventos traumáticos, mantendo a previamente denominada “Reação Aguda ao Estresse” e sendo introduzido o “Transtorno de Estresse Pós-Traumático”. Estão também presentes as categorias “Outras Reações ao Estresse Grave”, “Reação ao Estresse Grave Não Especificada” e “Alteração Permanente de Personalidade Após Experiência Catastrófica”. Considerando a classificação americana, em 1952, no DSM-I, foi descrita a categoria “Reação Maciça ao Estresse”, excluindo pacientes com outras psicopatologias. No entanto, no DSMII essa categoria foi retirada e somente reintroduzida em 1980, no DSM-III, com a denominação de “Transtorno de Estresse Pós-Traumático”. Permaneceu esta denominação no DSM-IIIR (1987) e DSM-IV (1994), sendo que no último foi introduzida a categoria de “Transtorno de Estresse Agudo” (p. 3).

Conforme o DSM V (p. 131), os transtornos associados ao estresse, quer sejam o Transtorno de Ansiedade Generalizada – TAG, o de pânico e o TEPT, devem ser considerados em diagnóstico diferencial como um transtorno primário, embora possa também ser uma comorbidade, sendo imprescindível uma coleta primorosa de dados anamnésicos e de história familiar para se estabelecer a diferença entre eles. Esse manual deixa clara a necessidade de se diferenciar cada tipo. Por exemplo: “ruminações ansiosas podem ser confundidas com pensamentos acelerados ou esforços para minimizar sentimentos de ansiedade podem ser entendidos como comportamento impulsivo” (p. 131).

Ainda que o conceito de Estresse não esteja em consenso na literatura, a caracterização dos seus sintomas está. Os estudos embasam-se na descrição sintomática do próprio DSM-V, e versões anteriores, ou no CID-10. Analisando essas duas fontes, uma correspondência clara é observada tanto para a descrição dos sintomas quanto para critérios de inclusão, características diagnósticas, fatores de risco, prevalência e ou prognóstico.

Partindo dessa análise, esta pesquisa utilizará os critérios do DSM-V para a identificação dos sintomas do Estresse que compõe a Tabela 3.

Tabela 3: Sintomas de Estresse

Estresse	
Ansiedade	Perturbação do sono
Dificuldade de concentração	Preocupação excessiva (por 6 meses)
Dificuldade no controle de preocupação	Sensação de ‘brancos’
Fatigabilidade	Sensação de nervos à flor da pele
Inquietação e Irritabilidade	Tensão muscular
Sintomas físicos (sofrimento clínico importante e prejuízo profissional ou social)	

Fonte: DSM-V (p. 224).

O mesmo manual adverte que esses sintomas, para se configurarem como diagnóstico, requerem a concorrência de pelo menos três, exceto para crianças, quando então um único sintoma já é suficiente. O DSM V destaca, também, que o diagnóstico somente pode ser validado se ou quando não há outros quadros, com os quais o estresse divide alguns sintomas. É o caso da fobia social, bipolaridade, anorexia nervosa etc. Assim, torna-se necessário estabelecer a diferença entre as preocupações da vida adulta que causam ansiedade, distinguindo-a da “ansiedade patológica”.

Carvalho *et al.* (2008) realizaram uma pesquisa com policiais militares. Tal pesquisa revelou que 33% dos policiais investigados apresentaram a prevalência de bruxismo e em 13,6% houve estresse emocional dos quais, mais de 50% relataram ranger os dentes durante o sono. Em outro estudo sobre sintomas de estresse também em militares, Costa *et al.* identificaram que 47,4% dos militares apresentaram sintomas de estresse, dos quais 39,8% na fase de resistência e, esse número ampliou para 76,0%, quando avaliados os sintomas psicológicos.

Castro, Rocha & Cruz (2019) afirmam que policial militar “é uma profissão de risco para problemas de saúde (física e emocional) como *burnout*, estresse, abuso de álcool e ideias suicidas”. Na mesma direção, no estudo de Pelegrini *et al.* (2018), está destacado que 20,2% dos policiais foram classificados na situação de alto desgaste, enquanto 4,8% apresentaram trabalho passivo e que tais condições são consideradas as de maior risco para o adoecimento. Os autores assinalam, ainda, a importância de acompanhar tais profissionais e que o monitoramento dos pedidos de afastamento por estresse ocupacional poderia ser uma forma de planejar ações preventivas.

Quanto às fases, Nodari *et al.* (2014) apontam que Hans Selye definiu a Síndrome da Adaptação Geral. Essa síndrome consiste em três estágios de evolução: alarme, resistência e exaustão, e cada qual possui um grupo de sintomas caracterizadores descritos na Figura 10:

Figura 10: Fases da Síndrome da Adaptação Geral

ALARME	RESISTÊNCIA	EXAUSTÃO
<ul style="list-style-type: none"> • excitação ou fuga (adaptação) • retorno equilíbrio • choque • taquicardia • tensão crônica • dor de cabeça • pressão peito • extremidades frias • sensação de esgotamento 	<ul style="list-style-type: none"> • forças defensivas • > cortex adrenal • > adrenocorticoides • mantém alerta • altera parâmetros normalidade • reação em determinado órgão-alvo • ansiedade • medo • isolamento social • impotência sexual • oscilação de apetite 	<ul style="list-style-type: none"> • extenuação pelo excesso de atividade • alto consumo energia • falência órgão-alvo manifestada como doença orgânica

Fonte: Organização da autora, a partir de Nodari *et al.* (2014).

Selye (1976) classifica o estresse em: a) EUSTRESSE, que não é negativo, pois o indivíduo mobiliza recursos e mecanismos de enfrentamento positivos, melhorando o desempenho; b) ESTRESSE, quando o indivíduo está além do seu limite, porém com possibilidade de retornar à condição anterior, quando afastado o agente estressor e; c) DISTRESSE, quando atinge uma intensidade maior, afetando a mente, o corpo e o comportamento de muitas maneiras.

Para mensurar o nível de estresse global em jovens e adultos e baseado na síndrome geral de adaptação, Selye desenvolveu um inventário que foi validado no Brasil e padronizado por Marilda Lipp (2000). Todavia Lipp (2004) ampliou as fases para quatro, e o modelo ficou conhecido como ‘modelo quadrifásico’ de Lipp. Essas fases, com seus respectivos sintomas, estão identificadas no site do Instituto de Psicologia e Controle do *Stress*⁶⁹, conforme segue:

Fase de Alerta – Caracterizada pelo momento inicial, quando o indivíduo se prepara para ação. Temos as seguintes manifestações:

SONO: Dificuldade em dormir muito acentuada devido à adrenalina.

SEXO: Libido (vontade de ter sexo) alta. Muita energia. O sexo ajuda a relaxar.

TRABALHO: Grande produtividade e criatividade. Pode varar a noite sem dificuldade.

CORPO: Tenso. Músculos retesados. No início da fase, aparece a taquicardia (coração disparado). Sudorese. Sem fome e sem sono. Mandíbula tensa. Respiração mais ofegante do que o normal. No todo, o organismo reage em uma perfeita união entre mente e corpo. A tensão do corpo encontra correspondência na mente.

⁶⁹ Disponível em: <http://www.estresse.com.br/publicacoes/artigos/>. Acesso em: 10 nov. 2020, 14:35.

HUMOR: Eufórico. Pode ter grande irritabilidade devido à tensão física e mental experimentada.

Fase de Resistência – o sujeito tenta retornar ao equilíbrio, emanando esforço para tal, e pode ser observado:

SONO: Normalizado.

SEXO: Libido (vontade de ter sexo) começa a baixar. Pouca energia. O sexo não apresenta interesse.

TRABALHO: A produtividade e a criatividade voltam ao usual, mas às vezes não consegue ter novas ideias.

CORPO: Cansado, mesmo tendo dormido bem. O esforço de resistir ao stress se manifesta em uma certa sensação de cansaço. A memória começa a falhar. Mesmo não estando com alguma doença, o organismo se sente “doente”.

HUMOR: Cansado. Só se preocupa com a fonte de seu estresse. Repete o mesmo assunto e se torna tedioso.

Fase de Quase-exaustão – quando o organismo não consegue resistir ao estressor por estar enfraquecido, fazendo surgir doenças. Nessa fase:

SONO: Insônia. Acorda muito cedo e não consegue voltar a dormir.

SEXO: Libido (vontade de ter sexo) quase desaparece. A energia para o sexo está sendo usada na luta contra o estresse e a pessoa perde o interesse.

TRABALHO: A produtividade e a criatividade caem dramaticamente. Consegue somente dar conta da rotina, mas não cria e nem tem ideias originais.

CORPO: Cansado. Uma sensação de desgaste aparece. A memória é muito afetada e a pessoa esquece fatos corriqueiros, até mesmo o seu próprio número de telefone. Doenças começam a surgir. As mulheres apresentam dificuldades na área ginecológica. Todo o organismo se sente mal. Ansiedade passa a ser sentida quase que todo dia.

HUMOR: A vida começa a perder o brilho. Não acha graça nas coisas. Não quer socializar. Não sente vontade de aceitar convites ou de convidar. Considera tudo muito sem graça e as pessoas tediosas.

Fase de Exaustão: aparecem doenças agudas tanto físicas quanto psicológicas, podendo ser fatal.

SONO: Dorme pouco. Acorda extremamente cedo e não se sente envigorado pelo sono.

SEXO: Libido (vontade de ter sexo) desaparece quase que completamente.

TRABALHO: Não consegue mais trabalhar como normalmente. Não produz. Não consegue se concentrar e nem decidir. O trabalho perde o interesse.

CORPO: Desgastado e cansado. Doenças graves podem ocorrer, como depressão, úlceras, pressão alta, diabetes, enfarte, psoríase etc. Não há mais como resistir ao

estresse. A batalha foi perdida. A pessoa necessita de ajuda médica e psicológica para se recuperar. Em casos mais graves, pode ocorrer a morte.

HUMOR: Não socializa. Foge dos amigos. Não vai a festas. Perde o senso de humor. Fica apático. Muitas pessoas têm vontade de morrer.

Ainda de acordo com Lipp (2004), é fundamental a compreensão do estresse tanto no que tange aos sintomas físicos quanto emocionais. O estresse pode gerar doenças, agravá-las ou contribuir para o desencadeamento de crises. São doenças graves que prejudicam sobremaneira a vida do sujeito.

3.3 AVALIAÇÃO DO ESTRESSE

Partindo dos estudos de Selye (1982), é possível afirmar que os seres humanos possuem a tendência de responder estereotipadamente às demandas de vida, embora existam diferenças individuais na forma como cada um enfrenta seus problemas. Em outras palavras, equivaleria dizer que há mudanças bioquímicas semelhantes nas pessoas que estão enfrentando dificuldades nas atividades vitais. No estresse, o sono e o descanso, restauradores das condições normais de funcionamento orgânico, não são capazes de impedir que este organismo passe várias vezes ao longo da vida pelas fases de alerta e resistência, deixando um residual de marcas químicas irreversíveis (Selye, 1982). Todavia, ainda não há formas de medir tais marcas e suas consequências para o homem.

Há inúmeros estudos focados no estresse laboral como os de Clarke & Cooper (2000) e Edwards & Burnard (2003). Estresse laboral são os relacionados ao ambiente de trabalho e a sua relação com a diminuição ou perda da qualidade de vida. Tais estudos estão concentrados na busca de elencar os eventos estressores. Para ilustrar, há os estudos de Markham (2000), Lease (1999) e Agago e Coombs (1998) realizados com professores; Bartell (1996) com psicólogos escolares; Edwards, Burnard, Coyle, Fothergill & Hanningan (2001), Koich & Noronha (2007), Lees & Ellis (1990), Rout (2000) na área médica; Rydstedt, Johansson e Evans (1998) com motoristas de ônibus, entre tantos outros. Ainda, Koich & Noronha (2007, p. 6) destacam que

no que diz respeito à mensuração do construto, os esforços em pesquisa normalmente se concentram em demonstrar que as consequências da má adaptação ao estressor podem ser preditas por meio de escalas de eventos de vida (Holroyd & Lazarus, 1982). Embora o surgimento do estresse seja dependente do significado

que o sujeito atribui para a situação, o que inviabilizaria a construção de uma lista com estímulos estressores específicos, Haan (1982) considera que tais significados possuem certas características que são comuns o suficiente para que se possa construir uma taxonomia de situações estressoras. Nesse sentido, uma lista de eventos de vida poderia fornecer um índice simples do estresse da pessoa.

E acrescentam que

dada à escassez de instrumentos de avaliação do estresse no mercado brasileiro, a Escala de Vulnerabilidade ao Estresse no Trabalho (EVET) está sendo estudada por Sisto, Baptista, Noronha e Santos (em construção). O teste se baseia na apresentação de diversas situações relacionadas ao trabalho consideradas geradoras de estresse (p. 7).

Outro instrumento de medição do estresse, desta feita já aprovado pelo Conselho Federal de Psicologia (CFP, 2006), é o Inventário de Sintomas de *Stress* para Adultos de Lipp – ISSL. Inicialmente, o teste desenvolvido por Lipp e Guevara (1994) estava ancorado no modelo trifásico de estresse de Selye. Todavia uma quarta fase – a da quase exaustão - foi identificada durante o período de padronização do teste, que passou então a ser quadrifásico. O ISSL é constituído de perguntas acerca da sintomatologia que o respondente apresenta nas últimas 24 horas, última semana e último mês. Tais sintomas são agrupados em sintomas físicos e os psicológicos. Esse instrumento será utilizado nesta pesquisa e mais informações estão apresentadas no item 4.6.

Além do ISSL e igualmente com validação para a versão brasileira, o *Self Reporting Questionnaire* – SRQ-20 visa rastrear a probabilidade de transtorno mental não psicótico. Esse instrumento é assim denominado por ser constituído de 20 perguntas dicotômicas, cujo escore final é medido pela soma de respostas SIM apresentadas pelo respondente, cujo valor é de 1 ponto. Dessa maneira, quanto maior a quantidade de respostas afirmativas, maior a probabilidade de transtorno. Para a pesquisa com os policiais, foram utilizados tanto o ISSL quanto o SRQ-20.

Selye (1982) parte da premissa de que ainda não é possível medir as marcas químicas irreversíveis. Miguel & Noronha afirmam que as pesquisas normalmente concentram-se em demonstrar as consequências da má adaptação ao estressor e que há escassez de instrumentos de avaliação do estresse no mercado brasileiro. As avaliações vigentes resumem-se basicamente ao Inventário de Lipp e ao SRQ-20. Ambas, porém, não utilizam ou consideram a Socionomia como um recurso analítico possível e nem a consideram como possibilidade de tratamento do estresse. E esse é justamente o objeto desta pesquisa.

3.4 COMPREENSÃO SOCIONÔMICA DO ESTRESSE

A concepção moreniana de saúde/doença está ligada à capacidade/ incapacidade de um indivíduo desempenhar seus papéis de forma espontânea e criativa (Moreno, 1978). Bernardes *et al.* (2018) postulam que

a noção de saúde mental moreniana está diretamente atrelada à qualidade e à quantidade de papéis desempenhados. A qualidade refere-se à forma como o sujeito desempenha um papel. Quanto mais espontânea e criativamente o faz, mais saudável está. Assim, o embotamento da espontaneidade e da criatividade interfere diretamente no desempenho de papéis, fazendo que sejam desempenhados de forma cristalizada, repetitiva, dentro da conserva cultural. A qualidade deve ser considerada a capacidade de estabelecer um vínculo télico e não transferencial com seu contrapapel, de sorte que, quanto mais relações télicas o sujeito estabelece, mais saudável está. O aspecto da quantidade refere-se ao número de papéis que o ser humano desempenha, representando a quantidade de vínculos nos quais a pessoa está envolvida, contribuindo para sua saúde biopsicossocial (p. 41).

Do ponto de vista quantitativo, e considerando que o EU é a soma dos papéis, não há, *a priori*, um número de papéis definidos para um sujeito, pois implicaria definir, *a priori*, um Eu. Todavia, a avaliação recai sobre a redução na quantidade de papéis desempenhados, de sorte que se alguém possui determinado número de papéis ativos e, pouco a pouco, torna-os inativos, tem-se um indicativo de doença, desde que, é claro, essa redução não seja justificada por escolha pessoal ou mudanças eletivas na vida do sujeito.

Em fase avançada do estresse, o sujeito desempenha quase que exclusivamente papéis ligados à sobrevivência, chegando, em casos extremos, a precisar que o alimentem. Na contramão, o retorno ao desempenho de papéis é indicativo de melhora na saúde (MORENO, 1978). No que concerne à qualidade dos papéis, a reflexão é análoga. A perda de qualidade no desempenho dos papéis é indicativa de doença. Os papéis são desempenhados dentro da conserva cultural, sem espontaneidade e criatividade. A qualidade reduz à medida do aumento do estresse, e seu retorno é indicativo de resgate da saúde.

A baixa na espontaneidade, embotando a criatividade, faz com que o indivíduo ou não consiga ‘tomar’ um novo papel - dificuldade na fase do *role-taking* - ou não consiga ‘jogar’ o papel recém-tomado - dificuldade na fase do *role-playing* – ou, ainda, não consiga ‘criar’ no papel - dificuldade na fase do *role-creating*.

Se não ‘toma’, não ‘joga’ ou não ‘cria’ no papel, conseqüentemente não o desenvolve, logo, interfere no EU e na noção de identidade, pois o EU é a “soma dos papéis” (GONÇALVES *et al.*, 1988). Isso gera: a) perda parcial de identidade; b) sensação basal de

incompletude; c) sensação permanente de insegurança e; d) medo (DIAS, 1987). Essa perda parcial da identidade faz com que o indivíduo passe a não utilizar recursos internos do sentimento, percepção ou pensamento para agir e reagir às vivências cotidianas. O agir e reagir às cenas do cotidiano requerem um grau de criatividade, enquanto capacidade “de dar uma resposta adequada a uma situação nova, ou ainda uma resposta transformadora para uma situação antiga” (Moreno, 1992). O sujeito passa, então, a apresentar dificuldades antes inexistentes.

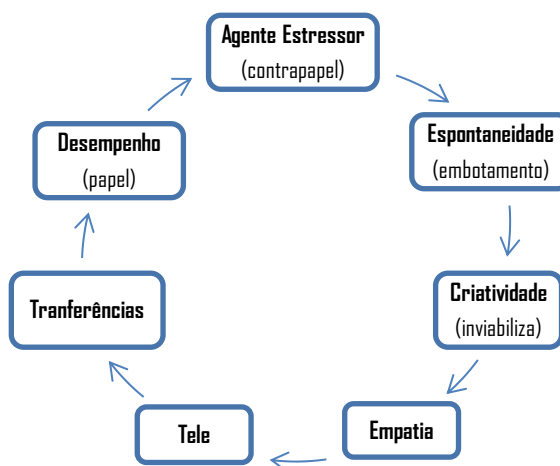
Em outras palavras, tarefas como dirigir, ir para o escritório, por exemplo, tornam-se intoleráveis para o sujeito, que passa a ser perguntar: “e se o carro quebrar?”, “e se eu errar no trabalho?”. Perguntas para as quais, agora, ele não sabe mais a resposta, pois desconhece partes de si e não consegue lidar com elas. Assim, aumenta a tensão interna, a insegurança instala-se e a angústia aparece. Na sequência, tenderá a evitar dirigir ou trabalhar, tendendo a se afastar da situação em que tais papéis são requeridos. Se não resgatar a espontaneidade, esses contrapapéis (carro e chefe) operarão como agentes causadores de ansiedade, aparecendo preocupação excessiva, dificuldade de concentração, tensão muscular, inquietação, irritabilidade, perda do sono, sensação de “brancos” e tensão muscular que configuram o quadro de estresse.

Ora, se todo papel tem seu contrapapel, a noção de saúde conecta o indivíduo àqueles que contracenam com ele, quer sejam pessoas ou objetos (chefe e carro). Assim, Selye converge com a Socionomia de Moreno quando afirma que o estresse “é o resultado da civilização criada pelo homem e que, ele próprio, não mais consegue suportar”⁷⁰ ou seja, uma civilização em que papéis e contrapapéis estão comprometidos e comprometendo a perda da espontaneidade.

A partir desse ponto, é possível estabelecer o seguinte nexos causal: um contrapapel inadequado pode embotar a espontaneidade do sujeito, que inviabiliza a criatividade, dificultando a empatia, impedindo a Tele. Causa relações transferenciais que interferem no adequado desempenho de tal papel e que, por sua vez, interfere na constituição e na saúde do Eu. Dessa forma o contrapapel, quer seja uma pessoa ou objeto, pode se tornar agente estressor, conforme o diagrama da Figura 11.

⁷⁰ Vide N.R.58.

Figura 11: Ciclo de geração de Estresse



Fonte: Autora, a partir da Socionomia.

A avaliação do estresse na Socionomia pauta-se pela avaliação quali-quantitativa dos papéis que um sujeito desempenha e, em última análise, na avaliação do Eu. Para proceder a essa avaliação, o socionomista vale-se, dentre outros recursos, da técnica do Átomo Social e do Teste Sociométrico, nos quais podem ser aferidas a qualidade e quantidade das relações, além da avaliação do grau de espontaneidade identificado nos jogos dramáticos, teatros espontâneos e sociodramas. Todos esses procedimentos foram utilizados nesta pesquisa com policiais militares.

3.5 TRATAMENTO DO ESTRESSE

De acordo com Bittencourt (2010), o Brasil é o vice-campeão do mundo em níveis de estresse, conforme dados da ISMA (*International Stress Management Association*). O tratamento, na maioria das vezes, ocorre após a apresentação dos sintomas físicos e se dá da forma convencional, ou seja, com predomínio do uso de medicamentos, em geral antidepressivos e ansiolíticos por ser uma doença de fundo emocional. Essas medicações podem, contudo, causar dependência.

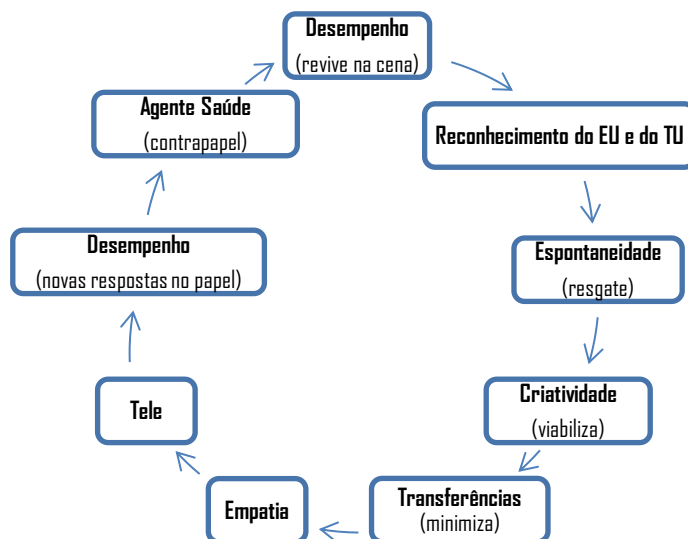
Na contramão desses tratamentos, apresentam-se as terapias alternativas, cuja procura está mais acentuada nos dias de hoje, por serem menos invasivas e prejudiciais ao corpo. Algumas formas alternativas foram comprovadas cientificamente como eficazes, todavia sem o reconhecimento da medicina tradicional, alegando tratar-se de estudos inconsistentes. Dentre as práticas aceitas estão a meditação e a acupuntura (uso exclusivo para

médicos). Atualmente, o Sistema Único de Saúde - SUS⁷¹ admite 29 práticas⁷² de medicina integrativas e complementares baseadas em conhecimentos tradicionais. Os tratamentos psicológicos e as psicoterapias também são utilizados e aceitos pela comunidade científica, especialmente porque o estresse, como já afirmado, é uma doença de base emocional, dentro de um quadro de referência da medicina tradicional.

Na psicologia, há diferentes abordagens para o tratamento do estresse, e dentre elas estão a Gestalt, Psicanálise, Comportamental e o Psicodrama. O Psicodrama diferencia-se das demais por ser um método de ação focado no resgate da espontaneidade de um indivíduo ou de um grupo. O Psicodrama leva a pessoa, por meio do (re)viver cenas significativas de suas relações, ao (Re)conhecimento do EU (papel) e do TU (contrapapel), ultrapassando as conservas culturais para que consiga dar uma resposta adequada a uma situação nova ou uma resposta transformadora a uma situação antiga na qual a espontaneidade estava embotada.

A proposta sicionômica de tratamento, em avaliação nesta pesquisa com policiais militares, concentra-se na transformação do agente estressor em agente de saúde, conforme ilustrado na Figura 12.

Figura 12: Ciclo de Tratamento de Estresse com Psicodrama



Fonte: Autora, a partir da Socionomia.

⁷¹ Ministério da Saúde (BR). Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS - PNPIC-SUS. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Brasília (DF): Ministério da Saúde; 2006. Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/pnpic.pdf> 12. World Health. Acesso em: 12 ago. 2014.

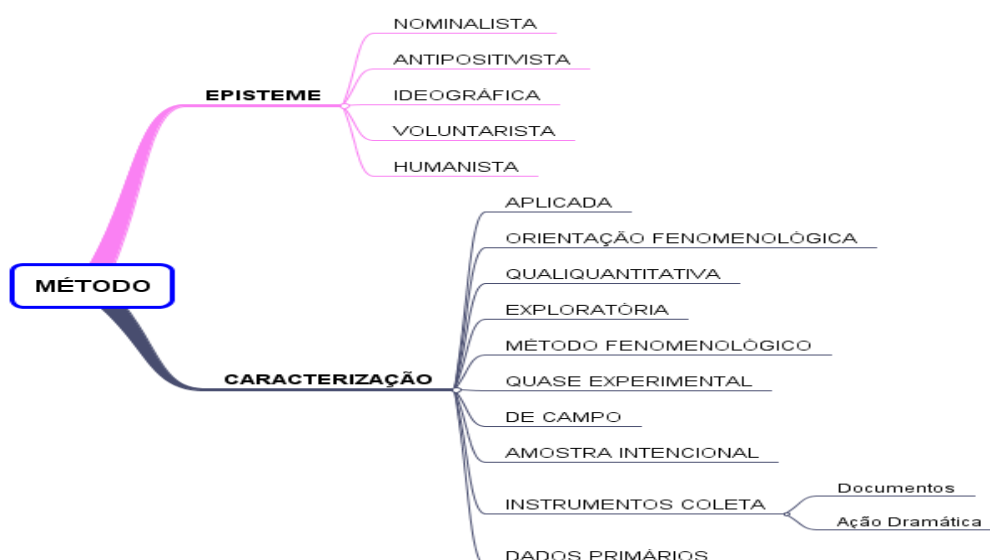
⁷² acupuntura, homeopatia, fitoterapia, antroposofia, termalismo, arteterapia, yoga, florais, ayurveda, biodança, dança circular, meditação, musicoterapia, naturoterapia, osteopatia, quiropraxia, reflexoterapia, reiki, shantala, terapia comunitária, apiterapia integrativa, aromaterapia, imposição de mãos, bioenergética, constelação familiar, geoterapia, cromoterapia, hipnoterapia, ozonioterapia.

A busca de evidências científicas que demonstrem a eficácia das psicoterapias e, em particular, as que tratam do estresse, é cada vez mais necessária. Por isso faz-se necessária a investigação de evidências quali-quantitativas que comprovem cientificamente que o ciclo de tratamento do Estresse com Psicodrama, apresentado na Figura 12, é capaz de reduzir os sintomas do estresse, e isso constitui-se no ponto central desta tese, tendo como base a intervenção socionômica realizada com policiais militares em Santa Catarina.

4 METODOLOGIA DA PESQUISA

A ciência não se constitui na única fonte possível de acesso à verdade e ao conhecimento. Contudo há diferenças essenciais entre o conhecimento produzido pelo senso comum e o produzido pela ciência (LAKATOS & MARCONI, 1991). Burrell & Morgan (1979) explicitam que “todas as teorias de organização são baseadas em uma filosofia da ciência e em uma teoria da sociedade” (p. 5), cujos pressupostos ontológico, epistemológico, humano e metodológico têm implicações de natureza metodológica. Um mapa esquemático do método deste estudo, quanto à sua episteme e sua caracterização constitui a Figura 13:

Figura 13 - Representação esquemática do Método



Fonte: Organização de Márcia Bernardes, com uso do software Intelimap. 2017.

4.1 EPISTEME DA PESQUISA

Na perspectiva **ontológica**, e de acordo com Burrell & Morgan (1979), a presente pesquisa está dentro da perspectiva ontológica nominalista, uma vez que “a posição nominalista gira em torno do pressuposto de que o mundo social externo à cognição do indivíduo é construído de nada mais que nomes, conceitos e títulos que são usados para estruturar a realidade” (p. 7). No que se refere à **epistemologia**, o estudo se encontra orientado por premissas antipositivistas; mais especificamente no humanismo, do tipo não radical. Já no debate sobre a “**natureza humana**” é voluntarista, cuja “visão é a do homem completamente

autônomo e possuidor de livre arbítrio” (p. 9). O voluntarismo dialoga com o Psicodrama uma vez que este busca o resgate no homem livre em ação. Considerando o debate **metodológico**, circunscreve-se no espectro ideográfico, que “coloca considerável ênfase no tornar-se mais próximo do subjetivo, das pessoas e em explorar seus detalhados *backgrounds* e história de vida” (p. 9).

Considerando os pressupostos “sobre a natureza da ciência contidos numa dimensão: subjetiva - objetiva; e os pressupostos sobre a natureza da sociedade em uma dimensão: regulação - mudança radical” Burrell & Morgan (1979, p. 16) definiram quatro quadrantes epistemológicos: Estruturalismo, Funcionalismo, Interpretativismo e Humanismo (p. 17). O Psicodrama enquadra-se, pois, na perspectiva **Humanista** que fundamenta a teoria e os métodos psicodramáticos, conforme assinalam Bernardes & Silva (2016) a partir de pesquisa realizada sobre a episteme do Psicodrama na bibliometria da Revista Brasileira de Psicodrama (RBP). Essa publicação é especializada em Psicodrama e possui expressão internacional.

O Teste ISSL de Marilda Lipp é constituído de elementos da abordagem cognitivo-comportamental na medida em que tem perspectiva de mensuração e aponta que o estresse está dentro do respondente como também está fora a partir dos estímulos estressores, na perspectiva de que as pessoas interpretam tais agentes estressores de diferentes formas em função de suas cognições, dos seus processos mentais e interações não sendo puramente behaviorista.

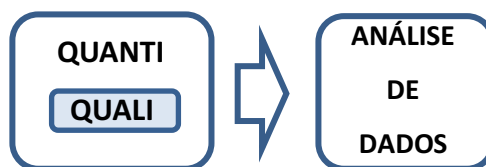
Nos quadrantes do Burrell & Morgan (1979), a perspectiva comportamental cognitivista significa uma migração do funcionalismo para o interpretativismo, que é vizinho no humanismo. É nele em que se posiciona e onde está ancorado o Psicodrama, conforme Bernardes & Silva (2016). Do ponto de vista do método, epistemologicamente falando, há uma coerência no uso do teste. O teste possui base cognitiva, ou seja: processar, perceber, interpretar e avaliar a realidade na qual se está inserido, contemplando a influência da realidade sobre si, o que dialoga diretamente com o humanismo e, conseqüentemente, com o Psicodrama. No Psicodrama, as pessoas estão, em cada ato e em cada cena, percebendo, sentindo, pensando, agindo e interagindo, influenciando e sendo influenciadas no e pelo processo.

4.2 CARACTERIZAÇÃO DA PESQUISA

Uma pesquisa é de natureza aplicada, como o próprio nome diz, quando busca solução de problemas existentes, resultando em aplicação imediata (SIENA, 2007, p. 60). Assim, com o objetivo de avaliar a Socionomia como método capaz de minimizar sintomas psicológicos de estresse de policiais militares, a pesquisa propôs um conjunto de intervenções do tipo **científica**, pois sua fundamentação está no conhecimento científico (Bortolozzi & Bertoncello, 2012). Segundo Moreno (1983), a Socionomia parte do fenômeno em si. Ele afirma que a Socionomia “*in situ*, por exemplo, deixa propositalmente em aberto a forma que assumirá a situação terapêutica, para que ela se evidencie por si espontaneamente” (p. 119), refletindo o aspecto fenomenológico da mesma. Com esse entendimento, afirma-se que a presente pesquisa é de orientação **fenomenológica**.

Alguns pesquisadores fazem um *mix* para obtenção de dados quantitativos e qualitativos, gerando estudos denominados quali quantitativos ou quanti qualitativos. Analisando a sequência e tempo dos dados, a presente pesquisa trabalhou com um tipo específico de **quantiquali** chamado “sequência incorporada de dados” (SAMPIERI *et al.*, 2013), conforme diagrama da Figura 14.

Figura 14: Sequência de Incorporação de Dados



Organização: Autora, a partir de Sampieri, Collado & Lucio (2013).

A questão do quantitativo e qualitativo nas pesquisas científicas está plenamente superada na comunidade científica. Concepções contemporâneas a respeito convergem para o uso dos métodos mistos. Do ponto de vista do método, pode ser utilizada exclusivamente a pesquisa qualitativa, exclusivamente a quantitativa ou a combinação de ambas, como no caso desta pesquisa acerca do estresse em policiais militares.

A escolha recai sobre o procedimento a ser utilizado para inferir sobre a realidade, ou seja, para fazer descobertas sobre um determinado fenômeno de investigação, independentemente se for funcionalista, interpretativista, humanista ou estruturalismo radical. No presente estudo, era necessário ter mensurações, e os Testes SRQ-20 e ISSL forneceram

tais elementos. Ao mesmo tempo era preciso qualificar, intensificar e entender melhor essas mensurações, o que justifica o emprego do método qualitativo.

Por estar centrada no desenvolvimento de um modelo de intervenção por meio da Socionomia, classifica-se como **exploratória** na medida em que amplia a compreensão, a prática e a teoria socionômica como método fenomenológico de intervenção para a minimização do estresse de policiais militares. Fica ainda mais evidente seu caráter exploratório pela inexistência de estudos que comprovem a eficácia da abordagem no tratamento de estresse na categoria profissional de policiais militares.

De acordo com Bardagi (2016), toda pesquisa é classificada a partir de seu delineamento, sendo os quase-experimentais caracterizados por possuírem pelo menos uma das seguintes condições: ter controle de variáveis, permitir estabelecer relações de causa-e-efeito e ter manipulação de variáveis e randomização da amostra.

A presente pesquisa desenvolveu um conjunto de intervenções socionômicas (variável manipulada) que minimize os sintomas psicológicos de estresse dos militares (variável controlada). Avaliando as variáveis Socionomia e Sintomas Psicológicos de Estresse, é possível estabelecer a relação de causa-efeito (Socionomia – redução de estresse), ficando atendidas as condições para classificação da pesquisa como pesquisa **quase experimental**.

Quanto à fonte de informação e de acordo com Siena (2007), as pesquisas de campo são realizadas no local de ocorrência do fenômeno. A pesquisa acerca do tratamento do estresse dos policiais foi realizada nas instalações da Polícia Militar do Estado de Santa Catarina, em Florianópolis, com os profissionais em seu local de trabalho, constituindo-se, assim, como pesquisa de **campo**.

A delimitação do universo trata do momento em que o pesquisador define um *corpus* que é o recorte de elementos que, ao aplicar sobre eles o procedimento de pesquisa, possa atingir seus objetivos. Em outras palavras, o pesquisador define o que será estudado. Ao conjunto total de elementos a serem estudados é dado o nome de população (*p*) e de amostra (*n*) à “simples seleção de elementos de uma população” (Dancey & Reidy, 2011, p. 56). Foi utilizada amostragem com base nos resultados dos Testes ISSL e SRQ-20 aplicados na população a ser estudada – alunos do Curso de Formação de Sargentos da PM.

A ação dramática é facilitadora do processo de coleta de dados, e Moreno (1993) postula que:

o psicodrama coloca o paciente num palco onde ele pode exteriorizar os seus problemas com a ajuda de alguns atores terapêuticos. É um método de diagnóstico, assim como de tratamento. Um de seus traços característicos é que a representação de papéis inclui-se organicamente no processo de tratamento. Pode ser adaptado a todo e qualquer tipo de problema, pessoal ou de grupo, de crianças e de adultos. É aplicável a todos os níveis de idade. Mediante o seu uso, é possível chegar perto da solução de problemas da infância, assim como dos mais profundos conflitos psíquicos. O psicodrama é a sociedade humana em miniatura, o ambiente mais simples possível para um estudo metódico da sua estrutura psicológica (p. 231).

Nessa perspectiva, a ação desenvolvida durante a intervenção revelou dados de natureza qualitativa e quantitativa.

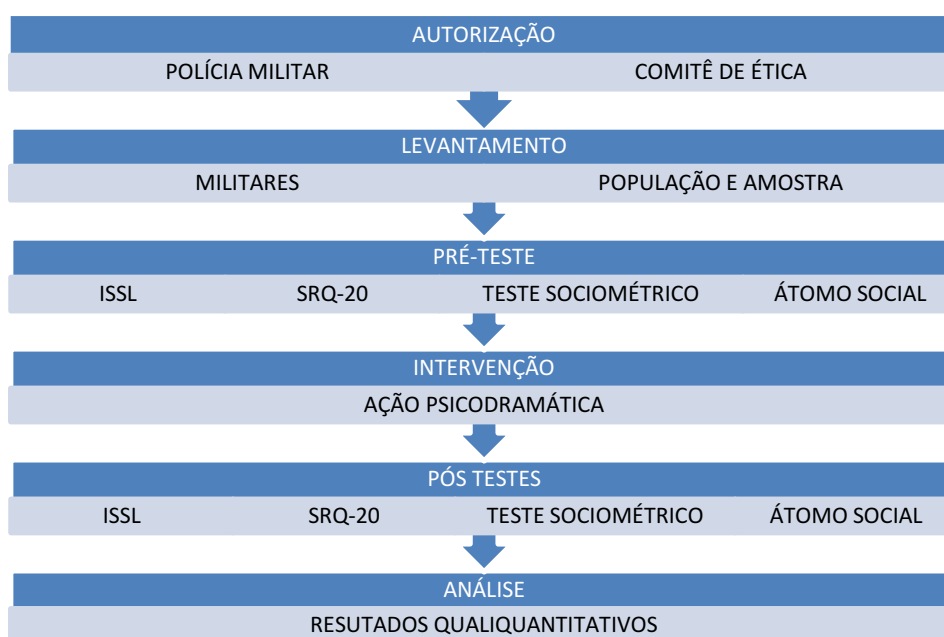
4.3 CARACTERIZAÇÃO DO CAMPO DE PESQUISA

A pesquisa foi desenvolvida nas dependências do Centro de Formação e Aprimoramento Profissional da Polícia Militar de Santa Catarina, no bairro Trindade, na cidade de Florianópolis - SC. O espaço é amplo, uma sala de aproximadamente 50m², suficiente para abrigar o número de participantes de cada grupo da pesquisa, que variou de 10 a 23 voluntários. A sala era climatizada e provida de quadro branco, sistema de iluminação fria e cadeiras móveis, compondo um ambiente claro e limpo. Havia privacidade para o trabalho grupal por possuir paredes de alvenaria e porta fechada, e pelo prédio ser silencioso devido ao baixo trânsito de pessoas e à inexistência de fontes geradoras de ruídos no seu entorno.

4.4 PROCESSO DE INTERVENÇÃO

O processo de intervenção, representado na Figura 15, foi aprovado na qualificação da pesquisa e mantido com mínimas alterações.

Figura 15: Esquema de Desenvolvimento da Pesquisa



Organização: Márcia Bernardes, 2019.

4.5 LEVANTAMENTO DA POPULAÇÃO E AMOSTRA

Uma vez que o objetivo foi avaliar o efeito da intervenção socionômica na redução dos sintomas psicológicos de estresse em policiais militares do Estado de Santa Catarina, o seu universo constituiu-se desses policiais militares que apresentaram sintomas psicológicos de estresse. Em contato com o serviço de psicologia da PMSC, foi identificada a possibilidade de se obter uma amostra a partir da testagem de um conjunto de policiais reunidos em torno de um curso de aperfeiçoamento profissional em Florianópolis.

Contando com essa possibilidade, em reunião com o Comando Geral do Centro de Formação e Aperfeiçoamento Profissional da PM - CEFAP, foi deliberado que a intervenção ocorreria com os alunos do curso de sargento da turma 2018/2019 e que os encontros ocorreriam sempre às 12h30. Foi autorizada, também, uma duração máxima de 60 minutos para cada encontro. Tais deliberações da PM ancoraram-se em critérios próprios, demandas e limitações da corporação e buscaram também facilitar o acesso destes à pesquisadora e vice-versa, pois tais profissionais estavam aquartelados. Uma grande vantagem de intervir com os alunos/sargentos refere-se ao alcance da pesquisa, que deixou de ser municipal e passou a ser estadual, tendo em vista que os alunos eram oriundos de batalhões de diferentes cidades de Santa Catarina.

4.5.1 Levantamento da População

O Curso de Sargento - Turma 2018/2019, com duração de um ano, iniciou em outubro de 2018, com aprovados em processo seletivo interno, e foi concluído em outubro de 2019 com um efetivo de 290 integrantes. Todos os 290 militares, entre homens e mulheres, submeteram-se aos Testes ISSL e SRQ-20 para verificação da sintomatologia para o estresse. Os resultados apontaram um percentual de 32,06%, isto é, 93 militares que constituíram a população desta pesquisa. A aplicação dos referidos testes ocorreu em 19 de março de 2019.

De posse dos resultados, os militares foram solicitados a comparecer a uma reunião para: a) apresentação da pesquisadora e da pesquisa; b) convidá-los a aderirem voluntariamente como sujeitos e; c) formarem os subgrupos com os que aderissem. A reunião ocorreu em três datas distintas, face à impossibilidade de estarem todos no mesmo dia, devido a compromissos militares. A primeira reunião ocorreu no dia 21 de maio de 2019, às 18h30, no espaço da Capelania, e as outras duas, nos dias 28 de maio e 04 de junho de 2019, no mesmo horário e local.

4.5.2 Definição da Amostra

A definição de uma amostra leva em conta diversos fatores que vão desde a facilidade de acesso aos sujeitos, tempo disponível, recursos financeiros, entre outros. As amostras podem ser probabilísticas ou não probabilísticas, sendo as últimas indicadas quando não se pode obter uma lista completa da população em estudo, como é o caso da presente pesquisa. Assim, a amostra não probabilística é aquela cuja coleta é baseada em critérios definidos *a priori*, em que nem todo o universo tem a chance de ser pesquisado, porém com resultados passíveis de extrapolação e com representatividade. Dentre as amostras não probabilísticas e não aleatórias está a amostra por conveniência, que leva em conta a disponibilidade de pessoas para fazer parte em determinado intervalo de tempo e a proximidade. Dessa forma, os critérios para a inclusão na amostra foram:

1. ser policial militar;
2. pertencer ao quadro de efetivos da PMSC;
3. apresentar sintomas de estresse;
4. ser aluno do Curso de Formação de Sargentos;
5. não estar no gozo de férias ou licença não remunerada, e
6. aceitar participar da pesquisa voluntariamente.

Os três primeiros critérios estão justificados a partir do objetivo geral da pesquisa, o quarto pela determinação do Comando Geral do CEFAP, o quinto e sexto critérios pela impossibilidade legal de acesso aos policiais e pelos princípios éticos de pesquisa com humanos respectivamente.

Do total de 93 que testaram positivo para estresse, 62 concordaram em participar, correspondendo a 66,66% da população. Dessa forma, foram constituídos cinco grupos, e cada militar ingressou na equipe de seu maior interesse, considerando suas escolhas sociométricas. Ato contínuo, cada grupo definiu um nome.

4.5.3 Identificação do Perfil da Amostra

Todos eram alunos com a mesma patente, portanto, todos praças. No momento da aplicação dos testes, foram coletados: nome, sexo, idade, escolaridade e tempo de serviço militar. Todos eram alunos do Curso de Formação de Sargentos e, *a fortiori*, todos cabos, passando automaticamente à condição de alunos-sargento. Dezoito deles já exerciam a atividade de sargento, porém sem a patente definitiva, e receberam a patente de sargento-aluno. Destaca-se que 10 militares que não apresentavam sintomas de estresse procuraram a pesquisadora, solicitando ingressar na pesquisa, sob alegação de desejarem um trabalho “preventivo” ao estresse, o que foi aceito, orientado pelo critério de se poder avaliar secundariamente o caráter preventivo da intervenção sem prejuízo ao objetivo da pesquisa. Foram totalizados, então, 72 participantes. Os militares eram oriundos dos 1º, 2º, 3º, 4º e 5º batalhões da 1ª Companhia e dos 1º, 2º, 3º e 4º batalhões da 2ª Companhia da Polícia Militar.

Na Tabela 4, está apresentada a constituição dos grupos, contendo o nome, número de integrantes e dia agendado para intervenção:

Tabela 4: Constituição dos Grupos

Grupo	Nº de Integrantes	Dia
Alfa	13	segunda-feira
Beta	23	terça-feira
Charlie	11	quarta-feira
Delta	10	quinta-feira
Controle	15	não participa
Total	72	

Fonte: Dados da pesquisa.

A distribuição dos 72 sujeitos nos 5 grupos bem como seus codinomes, sexo, idade, escolaridade e fase do estresse identificados nos testes aplicados estão apresentados nas

Tabelas 5, 6, 7, 8 e 9. O codinome, atribuído a cada sujeito como forma de garantir o anonimato, é formado pela letra inicial do nome Grupo a que pertencem seguida de um número sequencial. Os nomes para identificação de cada grupo foram escolhidos por eles e definidos como: ALFA, BETA, CHARLIE, DELTA e GRUPO CONTROLE.

Tabela 5: Caracterização dos sujeitos do Grupo Alfa

GRUPO ALFA				
Codinome	Sexo	Idade	Escolaridade	Fase Estresse
A 1	Masculino	36	Superior completo	Resistência
A 2	Masculino	37	Superior completo	Resistência
A 3	Masculino	34	Especialização	Exaustão
A 4	Masculino	39	Superior completo	Resistência
A 5	Feminino	31	Pós-graduação	Resistência
A 6	Masculino	34	Especialização	Resistência
A 7	Masculino	35	Superior completo	Quase exaustão
A 8	Masculino	31	Especialização	Resistência
A 9	Masculino	52	Especialização	Resistência
A 10	Masculino	37	Superior completo	Resistência
A 11	Masculino	37	Superior completo	Quase exaustão
A 12	Masculino	37	Especialização	Sem Sintomas
A 13	Masculino	38	Pós-graduação	Resistência

Fonte: Dados da Pesquisa.

Tabela 6: Caracterização dos sujeitos do Grupo Beta

GRUPO BETA				
Codinome	Sexo	Idade	Escolaridade	Fase Stress
B 1	Masculino	35	Superior completo	Resistência
B 2	Feminino	33	Especialização	Resistência
B 3	Masculino	43	Superior completo	Quase exaustão
B 4	Masculino	41	Superior completo	Sem Sintomas
B 5	Masculino	33	Superior completo	Resistência
B 6	Masculino	39	Superior completo	Resistência
B 7	Masculino	32	Pós-graduação	Resistência
B 8	Masculino	30	Superior completo	Resistência
B 9	Masculino	33	Especialização	Resistência
B 10	Masculino	45	Especialização	Resistência
B 11	Masculino	43	Superior completo	Resistência
B 12	Masculino	34	Superior completo	Resistência
B 13	Masculino	38	Especialização	Resistência
B 14	Masculino	35	Especialização	Resistência
B 15	Masculino	45	Especialização	Resistência
B 16	Feminino	38	Superior completo	Resistência
B 17	Masculino	35	Especialização	Resistência
B 18	Masculino	47	Superior completo	Resistência
B 19	Masculino	37	Pós-graduação	Resistência
B 20	Masculino	40	Especialização	Resistência
B 21	Masculino	32	Superior completo	Resistência
B 22	Masculino	34	Superior completo	Resistência
B 23	Masculino	31	Especialização	Resistência

Fonte: Dados da Pesquisa.

Tabela 7: Caracterização dos sujeitos do Grupo Charlie

GRUPO CHARLIE				
Codinome	Sexo	Idade	Escolaridade	Fase
C 1	Masculino	41	Especialização	Resistência
C 2	Masculino	32	Superior completo	Resistência
C 3	Masculino	32	Superior completo	Resistência
C 4	Masculino	35	Especialização	Sem Sintomas
C 5	Masculino	39	Especialização	Sem Sintomas
C 6	Masculino	41	Especialização	Resistência
C 7	Masculino	37	Superior completo	Resistência
C 8	Masculino	41	Superior completo	Sem Sintomas
C 9	Masculino	36	Superior completo	Sem Sintomas
C 10	Masculino	41	Superior completo	Resistência
C 11	Masculino	47	Superior completo	Sem Sintomas

Fonte: Dados da Pesquisa.

Tabela 8: Caracterização dos sujeitos do Grupo Delta

GRUPO CONTROLE				
Codinome	Sexo	Idade	Escolaridade	Fase
D 1	Masculino	32	Superior completo	Resistência
D 2	Feminino	40	Superior completo	Resistência
D 3	Masculino	35	Especialização	Exaustão
D 4	Feminino	33	Superior completo	Resistência
D 5	Masculino	39	Especialização	Resistência
D 6	Masculino	32	Superior completo	Resistência
D 7	Feminino	36	Superior completo	Quase exaustão
D 8	Masculino	42	Superior completo	Resistência
D 9	Masculino	41	Pós-graduação	Resistência
D 10	Masculino	37	Especialização	Resistência

Fonte: Dados da Pesquisa.

Tabela 9: Caracterização dos sujeitos do Grupo Controle

GRUPO CONTROLE				
Codinome	Sexo	Idade	Escolaridade	Fase
CO 1	Masculino	34	Superior completo	Sem Sintomas
CO 2	Masculino	33	Superior completo	Quase exaustão
CO 3	Masculino	31	Superior completo	Sem Sintomas
CO 4	Masculino	42	Especialização	Quase exaustão
CO 5	Masculino	42	Especialização	Quase exaustão
CO 6	Masculino	47	Superior completo	Quase exaustão
CO 7	Masculino	31	Superior completo	Sem Sintomas
CO 8	Masculino	42	Pós-graduação	Quase exaustão
CO 9	Masculino	40	Superior completo	Sem Sintomas
CO 10	Masculino	41	Pós-graduação	Sem Sintomas
CO 11	Masculino	34	Especialização	Exaustão
CO 12	Masculino	33	Superior completo	Sem Sintomas
CO 13	Masculino	37	Superior completo	Quase exaustão
CO 14	Masculino	42	Pós-graduação	Sem Sintomas
CO 15	Masculino	34	Superior completo	Quase exaustão

Fonte: Dados da Pesquisa.

No que concerne à idade, há pouca variação na média de idade dos membros de cada grupo, ou seja, no Grupo Alfa, os sujeitos têm, em média, 37.3 anos, os Grupos Beta, Charlie, Delta e Controle têm 36.7, 37.08, 38.8, 36.9 e 37.6 respectivamente. A média geral é de 37.4 anos de vida. Quanto à escolaridade, a amostra é formada de 52,78% de graduados e 47,22% de pós-graduados. Chama a atenção que quase todos são graduados em Direito com poucas exceções para graduados em Educação Física.

Havia representantes de 48 diferentes cidades de Santa Catarina, a saber: Abelardo Luz, Água Doce, Anita Garibaldi, Araquari, Araranguá, Aurora, Blumenau, Brusque, Caçapava, Campos Novos, Canoinhas, Chapecó, Concórdia, Cornélio Procópio, Corupá,

Criciúma, Curitiba, Descanso, Dionísio Cerqueira, Faxinal dos Guedes, Florianópolis, Fraiburgo, Grão Pará, Herval D'Oeste, Imaruí, Imbituba, Irani, Itajaí, Itapiranga, Jaguaruna, Joaçaba, Joinville, Lacerdópolis, Lages, Laguna, Lauro Muller, Mondaí, Rio do Sul, Rio Negrinho, Rio Negro, São José, São Miguel do Oeste, Taió, Tijucas, Timbó, Xanxerê e Xaxim. A maioria dos participantes era de Santa Catarina, exceto 8 que nasceram em São Paulo, Rio de Janeiro, Rio Grande do Sul, Paraná, Goiás e Brasília, porém são residentes em Santa Catarina há muitos anos.

A maioria está a serviço da PM há aproximadamente 20 anos. Os que têm menos tempo de PM possuem 15 anos de serviço, e poucos estão há mais de 25 anos na corporação. Esse número pode ser explicado pela idade média do grupo, considerando que a maioria ingressa na carreira por volta dos 18 anos de idade.

Do ponto de vista de apresentação de sintomas do Estresse, na Tabela 10, é demonstrada a distribuição por grupo.

Tabela 10: Participante por Grupo x Fase Estresse

Fase \ Grupo(n=72)	Alfa	Beta	Charlie	Delta	Controle	Total
Sem Estresse	1	1	5	0	7	14
Alerta	0	0	0	0	0	0
Resistência	9	21	6	8	7	51
Quase Exaustão	2	1	0	1	0	4
Exaustão	1	0	0	1	1	3

Fonte: Dados da Pesquisa.

O que se pode observar na Tabela 10 é que a maioria dos participantes está na fase de resistência, isto é, 51 sujeitos, equivalendo a 70,83% do total da amostra, e que não há policiais na fase de Alerta e apenas 3 em exaustão.

Utilizando-se a medida de tendência moda, pode-se afirmar que o perfil do sujeito da pesquisa é um homem de 37 anos, nascido em Santa Catarina, formado em Direito, trabalhando como policial militar há quase vinte anos, com patente de cabo e aluno sargento do curso de formação da PM, apresentando estresse na fase da resistência.

4.6 INSTRUMENTO DE AVALIAÇÃO E APLICAÇÃO – SRQ - 20

A Organização Mundial de Saúde, nos idos dos anos 70, identificou a necessidade de validar estudos a custo reduzido para identificação e rastreamento psiquiátrico. Para tal, conduziu estudos em oito países, testando o *Self-Reporting Questionnaire* – SRQ, proposto

por Harding e seus colaboradores, que era composto originalmente de 30 questões. Com uma versão de 20 questões, o SRQ-20, já validado em diversos países, foi validado no Brasil em 1980.

Elaborado a partir de questões que inventariam humor, sintomas somáticos, decréscimo de energia vital e pensamentos depressivos, o SRQ-20 tem capacidade diagnóstica. GONÇALVES *et al.* (2008) teceram “estudo comparando com entrevista psiquiátrica usando SCID-IV-TR (*Structured Clinical Interview for DSM-IV-TR*) como padrão-ouro”. O SRQ-20 apresentou poder discriminante para diagnóstico psiquiátrico de 0,91 com coeficiente alfa de Cronbach de 0,86.

Esse coeficiente é um método utilizado para avaliar a confiabilidade de um questionário aplicado em uma pesquisa. Avalia a correlação entre respostas em um questionário por meio da análise das respostas dadas pelos sujeitos da pesquisa, apresentando uma correlação "média" entre as perguntas.

Para um teste ser considerado “um bom instrumento deve dispor de duas características fundamentais: apresentar bom desempenho em termos de discriminação dos casos positivos e negativos e efetividade para uso em larga escala”, e o “SRQ-20 contempla ambas” (p. 388). Um teste é considerado Padrão Ouro (*Gold Standard*) quando se apresenta como melhor exame disponível, com menor probabilidade de erro e quando é escolhido criteriosamente.

O SRQ-20 é um “instrumento de rápida e fácil aplicação, barato, bem compreendido pelos pacientes”, e com alto poder de discriminação de casos (GONÇALVES *et al.*, 2008), o que o qualifica para uso na pesquisa com policiais militares. A aplicação é simples e consistiu basicamente em o psicólogo entregar o caderno com as questões a cada respondente, assinalando SIM ou NÃO a cada pergunta, indicando a presença ou ausência dos sintomas.

Não houve tempo limite para completar esse teste, porém foi finalizado em aproximadamente 15 minutos. Cada respondente preencheu um cabeçalho, com o campo de identificação, e assinou o teste. A correção foi manual e os dados, digitalizados. A aquisição, aplicação, controle e divulgação obedeceram a padrões e normas da legislação brasileira.

A primeira aplicação do SRQ-20 ocorreu, de forma coletiva, antes da intervenção psicodramática, em 19 de março de 2019. A segunda, também coletiva, ocorreu após a intervenção e foi realizada entre 19 de setembro e 01 de outubro do mesmo ano, durante aquele que se constituiu o último encontro com cada grupo. O reteste do SRQ-20 com o Grupo Controle ocorreu em 14 de outubro de 2019.

4.7 INSTRUMENTO DE AVALIAÇÃO E APLICAÇÃO – ISSL

Desenvolvido para medir o nível de estresse global em jovens e adultos e baseado na Síndrome Geral de Adaptação (Selye,1976), o Inventário de Sintomas de *Stress* Lipp para adultos (ISSL), padronizado por Lipp (2000), é composto por 34 afirmações, nas quais os respondentes confirmam ou não a existência de sintomas físicos de natureza somática e 19 afirmações para identificar sintomas psicológicos.

O inventário é utilizado em inúmeras pesquisas no Brasil, e sua utilização é indicada por Pafaro & Martino (2004), Rossetti & Malagris (2007), Carvalho Rossetti *et al.* (2008), Carmona & Martinho (2009). Cada item avalia a presença dos sintomas nos últimos meses, na última semana ou nas últimas 24 horas. Além disso, os sintomas estão diferenciados em termos de intensidade.

O ISSL é um instrumento de fácil aquisição, custo acessível, rápida aplicação (10 minutos), podendo ocorrer na forma individual ou coletiva. A aquisição, aplicação, controle e divulgação obedecem a padrões e normas da legislação brasileira. Na base de elaboração do ISSL está o modelo das quatro fases do desenvolvimento do estresse: alerta, resistência, quase-exaustão e exaustão, bem como a compreensão do estresse como reação complexa e global do organismo que envolve o físico, o psicológico, o mental e hormonal (Lipp, 2000).

O material que compõe o conjunto de aplicação do ISSL contém apostilas reutilizáveis, cadernos de aplicação descartáveis, protocolos de avaliação, além do manual com exemplo de correção e interpretação de resultados. A correção do teste é manual e os dados são digitalizados. Esse conjunto de características torna o ISSL elegível para aplicação na pesquisa com policiais militares.

A aplicação do ISSL que antecedeu à intervenção e a que a sucedeu foi realizada nas mesmas datas do SRQ-20, tanto para o Grupo Experimental, quanto para o de Controle.

4.8 PROCEDIMENTOS ESTATÍSTICOS

O valor de significância de p é procurado quando se deseja saber se os valores encontrados nos testes Antes e Depois de um tratamento são diferentes e quando se quer saber se essa diferença significa que o tratamento funciona e não é simplesmente resultado do acaso. Para tal, é utilizado um teste de hipóteses, em que a hipótese nula (H_0) pressupõe nenhuma diferença e a hipótese alternativa (H_1) pressupõe diferença estatística. Em seguida, seleciona-

se qual teste irá computar a estatística de teste, que é uma medida numérica padronizada da diferença entre os grupos.

Nesta pesquisa, foram utilizados dois testes estatísticos: o SRQ-20 e o ISSL. Uma vez calculada a estatística de teste, a mesma é utilizada para calcular o *valor-p*. O valor-p é definido como a probabilidade de se observar um valor da estatística de teste maior ou igual ao encontrado. Tradicionalmente, o valor de corte para rejeitar a hipótese nula é de 0,05, o que significa que, quando não há nenhuma diferença, um valor tão extremo para a estatística de teste é esperado em menos de 5% das vezes. Para a análise do comportamento da variável Estresse nos policiais militares (medida por meio dos testes estatísticos ISSL e SRQ-20) versus Intervenção Socionômica foi realizado o Teste *t*, e o Teste Anova para promover a análise do conjunto da amostra, tanto dos grupos separadamente, quanto do Grupo Controle.

No tratamento dos dados quantitativos coletados, foi utilizada a planilha eletrônica Excel 2013 em conjunto com *Statistical Package of Social Science* da IBM (IBM SPSS, v. 22.0.0.0.). Os dados foram analisados com base em estatística descritiva e inferencial, com análises descritivas do perfil da amostra.

A estatística descritiva é indicada quando envolve organização, representação e resumo dos dados coletados, usando-se como ferramentas os gráficos, cálculos de medidas de tendência central (médias, moda, medianas etc) e cálculo de medidas de variação (variância, desvio padrão etc). Além disso, a estatística inferencial, cuja ferramenta mais utilizada é a probabilidade, é recomendada quando se deseja empregar as informações de uma amostra para se chegar a conclusões sobre um grupo maior, como foi o caso desta pesquisa.

No Teste SRQ-20, foi utilizada estatística não paramétrica por se tratar de amostra por conveniência. Houve identificação do valor de significância *p* e a determinação da variação da frequência do instrumento associado com a variável de identificação de *p*. Esses indicadores quantitativos foram avaliados antes da intervenção socionômica e repetidos ao término dela.

Considerando-se que há dependência entre os dados do Antes e Depois, foi realizado o teste não paramétrico de Wilcoxon. Para o resultado do Grupo Controle, a normalidade foi testada com a utilização dos Testes de Kolmogorov-Smirnov e Shapiro-Wilk, que revelou ser NORMAL. Isso levou à aplicação do Teste Paramétrico *t - Pareado* por se tratar de grupo de dados relacionados, uma vez que os sujeitos foram os mesmos nas duas aplicações. Por outro lado, na relação entre Grupo Experimental e de Controle, a normalidade foi testada igualmente

pelo teste de normalidade de Shapiro-Wilk e Kolmogorov-Smirnov, revelando distribuição não normal. Dessa forma, o teste não paramétrico de Mann-Whitney foi aplicado.

No tratamento dos dados estatísticos do ISSL, para comparação das médias dos sintomas entre todos os grupos, foi realizado o teste paramétrico Anova de UM FATOR, e para a medida da homogeneidade de variância, o teste não paramétrico de Kruskal-Wallis. Na comparação da média dos sintomas do Grupo Experimental, não foi necessário testar a normalidade, uma vez que $n = 57$. Entretanto, por haver dependência entre os dados do teste aplicado Antes e Depois da intervenção, foi realizado o Teste t-Pareado.

Para avaliar se o SEXO ou IDADE exercem influência nos desfechos do Teste ISSL, tanto nos sintomas físicos quanto psicológicos **depois** da intervenção, foram utilizados o Teste de Levene para igualdade de variâncias e o Teste t para igualdade de médias. No que concerne à avaliação dos resultados da influência da escolaridade nos desfechos do ISSL, a normalidade foi testada pela utilização do Teste de Kolmogorov-Smirnov e Shapiro-Wilk e posteriormente a Anova. Para testar a Anova, é necessário que os dados sejam homogêneos, o que foi testado pelo Teste de Levene.

A FREQUÊNCIA da presença de cada participante nos encontros psicodramáticos é uma variável independente e, por isso, foi realizada uma Anova de UM FATOR, que requer dados homogêneos e/ou normais. A normalidade foi avaliada pelos Testes de Normalidade de Kolmogorov-Smirnov e Shapiro-Wilk e a igualdade de variância, pelo Teste de Levene.

Em paralelo à avaliação da eficácia da intervenção psicodramática por meio dos testes estatísticos, foi realizada também a avaliação pelo Teste Sociométrico de J. L. Moreno e pela análise do desempenho de papéis.

4.9 AVALIAÇÃO DO DESEMPENHO DOS PAPÉIS

Em Moreno (2020), constata-se que o “átomo social não é uma construção teórica, de um evento infinitamente distante de pequeno porte, mas a demonstração científica da realidade social mais íntima, mais calorosa e mais próxima” (p. 78). Mais adiante, o autor acrescenta: “se com as menores coisas os átomos sociais se tornando reais, também as maiores coisas, o universo, se tornarão reais” (p. 78).

Logo, é possível concluir que os achados sociométricos dos átomos sociais em um pequeno grupo refletem a realidade social íntima com a proximidade/distância e podem permitir inferências reais para o grupo maior, incluindo aspectos da espontaneidade. Assim, o

mapeamento e reconhecimento da quantidade, qualidade e flexibilidade no desempenho dos papéis foram solicitados aos participantes, a partir da identificação de seus papéis atuantes nesse momento de suas vidas, quando da aplicação da “Técnica do Átomo Social”⁷³.

Marcon (2016, p. 88-89), realizando uma pesquisa acerca da utilização da técnica em diferentes cenários, constatou a aplicabilidade no *setting* clínico e a possibilidade do registro da rede sociométrica e dos processos de vinculação. Tais registros facilitam a identificação da Matriz de Identidade, promovem *insights* e catarses de integração, além de propiciarem a observação do desempenho de papéis e a constituição do Eu.

O Átomo Social é amplamente utilizado com efetividade e, por meio dele, foi possível obter registros gráficos – os psicogramas, que permitiram a análise e comparação de evolução dos sujeitos. A inclusão dessa avaliação está ancorada no conceito de saúde do Psicodrama⁷⁴.

A aplicação consistiu em que o psicólogo, após realizar o aquecimento inespecífico e disponibilizar folha sulfite branca, tamanho A4 e lápis de cores variadas, em quantidade suficiente para o número de testandos, solicitasse um desenho de si mesmos bem como das pessoas importantes de sua vida. Foi explicado que o critério de quem é *importante* é subjetivo e pessoal e igualmente solicitado que alocassem as pessoas mais próximas ou mais distantes de si de acordo com o grau de importância a elas atribuído, de forma que as mais importantes ficassem mais próximas e as menos importantes, mais distantes. Não houve delimitação de tempo para a realização do desenho, mas foi garantido que houvesse tempo para o compartilhamento grupal.

Na etapa do *sharing*, além de identificarem o número de pessoas alocadas, os participantes compartilharam sentimentos, pensamentos e percepções verificadas antes, durante e ao término do desenho, apontando as pessoas, distâncias e motivos das alocações. O *feedback* do grupo também auxiliou na produção dos *insights*. Após a testagem e compartilhamentos, os desenhos foram recolhidos e ficaram à disposição da pesquisadora para processamento e análise comparativa entre a primeira e segunda aplicação.

⁷³ Técnica criada por Moreno a partir do conceito no qual o sujeito faz um mapeamento dos seus vínculos.

⁷⁴ No Psicodrama, o conceito de saúde está ligado à quantidade, qualidade e flexibilidade no desempenho de papéis (GONÇALVES *et al.*, Wolff e Almeida, 1988) que constituem categorias relevantes na avaliação do grau de saúde da pessoa. Se a espontaneidade é caracterizada como energia que não pode ser vista a olho nu (Moreno, 1993) e se sua existência para ser observada necessita de um catalisador – a criatividade, definida como a(s) resposta(s) da pessoa a uma situação, e ainda se uma resposta é uma ação emanada a partir de um papel, logo, ao avaliar o papel, avalia-se a criatividade e sequencialmente a espontaneidade e a saúde do indivíduo.

4.10 TESTE SOCIOMÉTRICO

O Teste Sociométrico foi proposto por J. L. Moreno nos idos de 1934. Apesar do transcurso de quase um século, o teste é, ainda hoje, um instrumento complexo e poderoso para a análise de grupos e intervenção sobre eles. É bastante simples e rápido de ser aplicado, embora a sua tabulação seja complexa dada à quantidade de dados que podem ser dele extraídos. Sua tabulação, geralmente manual, tem sido facilitada, ultimamente, pela tecnologia dos computadores que permite cálculos rápidos e produção dos psicogramas em segundos, com pronta visualização das estruturas e composição grupal.

O argentino Dalmiro Bustos apresentou aspectos para serem aferidos no Teste Sociométricos. São aspectos grupais e individuais. Os grupais são: Densidade, Coesão, Estabilidade. Já os individuais são: Valor (Peso), Efusividade Emocional, Satisfação e *Status*. Na pesquisa com policiais, foi aplicado o Teste Sociométrico criado por Moreno e foram aferidos os critérios apontados por Bustos (1979). Além desses, ainda podem ser identificadas, qualitativamente, lideranças informais, estruturas de hierarquias, existência de subgrupos, bem como a detecção de problemas em alguns dos seus membros, tais como incoerência de escolhas, incoerência de percepções, rejeitados, isolados, controversos ou mesmo a estrela sociométrica grupal.

A avaliação completa é composta de dois testes: o teste objetivo e o perceptual. No objetivo, são identificadas escolhas que cada um faz dentro do grupo e a ordem dessas escolhas. No perceptual, é coletada a percepção do sujeito acerca das escolhas dos demais sobre si. Por exemplo, no objetivo, João escolhe Pedro em 1º lugar e Paulo em 2º, e assim sucessivamente. No teste perceptual, João assinala quem ele imagina que o colocou em primeiro lugar, e quem ele imagina que o colocou em segundo e assim por diante. O processo dessa fase é extenso e usualmente demora muitas horas para que cada relação, cada escolha e cada percepção sejam trabalhadas adequadamente. O objetivo e perceptual podem ser aplicados juntos, embora sejam independentes, ou pode ser aplicado apenas um deles (Bustos, 1979). Na pesquisa com policiais militares, foi aplicado o teste objetivo e não o perceptual, devido à impossibilidade de se realizar um compartilhamento adequado, e a sua realização de forma apressada poderia ferir princípios éticos da pesquisa.

Todavia, o teste foi aplicado de acordo com o protocolo estabelecido por J. L. Moreno (1992, 1993), referendado por Bustos (1975), seguindo as instruções relativas ao mesmo. A aplicação foi realizada com cada grupo separadamente, e o critério proposto pelo grupo para

esta pesquisa foi “com quem você gostaria de trabalhar”. As folhas com os nomes dos participantes foram distribuídas, e foi solicitado que cada qual preenchesse seu nome no cabeçalho e assinalasse os nomes dos companheiros com quem gostariam de trabalhar, com quem não gostariam de trabalhar e que os indiferentes fossem deixados em branco. As folhas foram coletadas e os dados plotados na grade, conforme preconiza o manual de instruções do programa utilizado.

O programa empregado foi o software da LeDiS Group denominado SociometryPro⁷⁵ versão 2.2 que, de acordo com seus desenvolvedores, “é uma realização computacional do famoso método sociométrico de J. L. Moreno”, sendo que o “programa é projetado para quem trabalha em pesquisa de relações de pessoas” (LeDiS GROUP, 2017, p. 4). O teste está baseado nos princípios das três escolhas possíveis: positiva (sinal+), negativa (sinal-) e de ambivalência ou neutralidade (sinal ±), e a análise dos resultados segue os princípios da teoria psicodramática.

A seguir são apresentadas as fórmulas para cálculo dos índices grupais e individuais do Manual SociometryPro 2.2 (p. 51-53).

ÍNDICES PARA ANÁLISE GRUPAL

Os índices de grupo fornecem a avaliação do *status* sociométrico de um grupo de pessoas que participam da investigação. Índices são valores calculados pelas fórmulas elencadas a seguir:

a) Densidade

O índice descreve a densidade das relações internas e é medido pela fórmula, em que:

M – O número de escolhas

N – O número de participantes que é em geral maior que 2. Logo:

- Valor mínimo é 0 (nenhuma escolha),
- Valor máximo é 1 (escolhas possíveis igual $N*(N-1)$)
- Intervalo de variação = de 0 a 1

⁷⁵ Disponível em <<http://www.sociometry.ru/eng/sociometry/sociometrypro.php>>.

$$P = \frac{M}{N * (N - 1)}$$

(1)

b) Coesão

O índice descreve a força da atração mútua dos participantes e é medido pela fórmula abaixo, em que:

M – O número de escolhas mútuas (tanto + quanto -, com o mesmo valor para ambas)

N – O número de participantes que é em geral maior que 2. Logo:

- Valor mínimo é 0 (nenhuma escolha mútua),

- Valor máximo é 2 (escolhas possíveis igual

$$N * (N - 1))$$

(2)

- Intervalo de variação da Coesão = de 0 a 2

$$S = \frac{2 * M^+}{N * (N - 1)}$$

(3)

c) Estabilidade

O índice descreve qual parte mínima do grupo deve ser removida para dividir o grupo em peças não relacionadas e é medido pela fórmula na qual

M – O número de escolhas não mútuas

K – O número de par de mutualidades

N – O número de participantes

$$J = \frac{M + K - 1}{N - 2}$$

(4)

ÍNDICES PARA ANÁLISE INDIVIDUAL

a) Valor (Peso)

O índice descreve qual parte do grupo define o participante como valioso a partir do critério e é medido pela fórmula abaixo, sendo:

M_i – O número de escolhas que o participante i possui;

N – O número de participantes que é, em geral, maior que 2, podendo chegar a dezenas. Logo:

- Valor mínimo é 0 (Participante i não recebeu escolhas)
- Valor máximo é 1 (se $M_i = N-1$).
- Intervalo de variação = de 0 a 1

$$P_i = \frac{M_i}{N-1}$$

(5)

b) Efusividade Emocional

O índice descreve as pessoas do grupo que são valiosas para o participante i a partir do critério e é medido pela fórmula abaixo, em que:

M_i – O número de escolhas que o participante i fez;

N – O número de participantes que é, em geral, maior que 2, podendo chegar a dezenas. Logo:

- Valor mínimo é 0 (participante i não fez escolhas)
- Valor máximo é 1 (se $M_i = N-1$).
- Intervalo de variação = de 0 a 1

$$A_i = \frac{M_i}{N-1}$$

(6)

c) Satisfação

O índice descreve que parte das escolhas, feitas pelo participante i , é mútua e é medida pela fórmula abaixo, em que:

M_i – Número de escolhas mútuas para o participante i ;

K_i – O número de escolhas que i fez

(o índice é significativo se o participante fez pelo menos uma escolha).

Então:

- Valor mínimo é 0 (participante i não teve escolhas mútuas)

- Valor máximo é 1 (obviamente, que $M_i \leq K_i$ é sempre verdadeiro)
- Intervalo de variação = de 0 a 1

$$E_i = \frac{M_i}{K_i}$$

(7)

d) *Status*

O índice descreve o quanto o participante i é atraente para os demais e é medido pela fórmula conforme segue:

M_i^+ – Número de escolhas positivas que i realizou;

M_i^- – Número de escolhas negativas que i realizou;

N – O número de participantes que é, em geral, maior que 2.

(O índice depende de escolhas + e - simultaneamente. Seu valor é sempre o mesmo para escolhas + e -).

Então:

- Valor mínimo é 0 (participante i não recebeu escolhas);
- Valor máximo é 1 (participante i tem todas as opções possíveis, cujo n° é $N-1$);
- Intervalo de variação = de 0 a 1

$$S_{ti} = \frac{M_i^+ + M_i^-}{N - 1}$$

(8)

Também, com o programa SociometryPro, foram realizados sociogramas e gráficos para facilitar a visualização dos resultados.

4.11 DESENVOLVIMENTO DAS SESSÕES

A intervenção ocorreu em doze sessões semanais de uma hora com cada um dos quatro grupos, totalizando 48, entre junho e outubro de 2019, no CEFAP. Os encontros foram agendados para segundas, terças, quartas e quintas-feiras para os Grupos ALFA, BETA, CHARLIE e DELTA respectivamente, com início às 12h30 e previsão de término para as 13h30. Nem sempre foi possível iniciar às 12h30, pois os alunos estavam em atividades fora do CEFAP. Dessa forma, alguns encontros tiveram que ser reagendados, cancelados ou iniciaram com atraso. Em treze ocasiões, a pesquisadora esteve no local sem conseguir realizar o trabalho. Algumas ausências dos alunos ocorreram pelo fato de terem sido destacados para atividades adversas à pesquisa, uma vez que a prioridade estabelecida pelo Comando Geral da PM sempre foi o Curso de Formação de Sargento. Assim, a pesquisa era realizada entre as aulas da manhã e as da tarde, sacrificando o intervalo de descanso e almoço dos alunos.

Além das 48 sessões de intervenção, foram realizadas mais cinco sessões, sendo uma para testagem inicial com todos, três para apresentação da pesquisa e uma para retestagem do Grupo Controle, totalizando 53 encontros realizados nos dias e meses, conforme cronograma apresentado na Tabela 11:

Tabela 11: Cronograma de Execução dos Encontros

Mês/2019	mar	mai	jun			jul				ago				set				10		
Todos(n=290)	19																			
Estressados		21	28	04																
Grupo A					17	24		01	08	15	22	05	12			09	16	23	30	
Grupo B					11	18	25		09	16	23	06	13		29		17	24		01
Grupo C					12	19			10	17	31		14	21	30	04	11	18	25	
Grupo D					13		26		11	18	25	01	15	22	29	05	12	19		
Controle																				14

Fonte: Dias de execução da pesquisa.

As sessões, divididas nas etapas de aquecimento, dramatização, *sharing* e processamento, foram dirigidas pela pesquisadora, que é Psicodramatista Didata-Supervisor, titulada pela Federação Brasileira de Psicodrama, em unidireção, sem a presença de ego auxiliar treinado. O curto tempo de sessão, a escassez de recursos materiais e o número de sujeitos em cada evento foram levados em consideração.

4.11.1 Hipóteses

Orientado pelo problema de pesquisa, procurou-se saber se a Socionomia, como método de intervenção, reduz sintomas psicológicos de estresse em policiais militares. Para tanto, foram estabelecidas hipóteses de enquadramento do estresse nos intervalos dos Testes Paramétricos e Sociométricos, constantes da Figura 16:

Figura 16: Hipóteses de Enquadramento de Estresse

1. A média dos escores do ISSL (Total, Sintomas físicos e Sintomas psicológicos) será menor nos grupos 1, 2, 3 e 4, após a intervenção psicodramática.
2. A média dos escores do SRQ-20 será menor nos grupos 1, 2, 3 e 4, após a intervenção psicodramática.
3. Os escores grupais nos índices do Teste Sociométrico (Densidade, Coesão e Estabilidade) serão maiores nos grupos 1, 2, 3 e 4, após a intervenção psicodramática.
4. A média dos escores do ISSL (Total, Sintomas físicos e Sintomas psicológicos) será menor nos grupos 1, 2, 3 e 4, após a intervenção psicodramática em relação ao grupo 5 (controle)
5. A média dos escores do SRQ-20 será menor nos grupos 1, 2, 3 e 4, após a intervenção psicodramática em relação ao grupo 5 (controle).
6. A frequência dos participantes nos encontros psicodramáticos está diretamente associada à redução de sintomas de estresse nos policiais militares.
7. Não haverá uma associação positiva entre as médias dos escores do ISSL (Total, Sintomas físicos e Sintomas psicológicos) depois da intervenção psicodramática em relação à escolaridade, sexo e idade dos participantes.
8. Os escores individuais nos índices do Teste Sociométrico (Peso, Efusividade Emocional, Satisfação e *Status*) serão maiores nos grupos 1, 2, 3 e 4, após a intervenção psicodramática.
9. A média dos escores individuais do número de papéis desempenhados pelo sujeito apresentados no Átomo Social serão maiores nos grupos 1, 2, 3 e 4, após a intervenção psicodramática.

Fonte: Elaborada pela autora.

Essas hipóteses de enquadramento de estresse foram confirmadas ou desconfirmadas a partir dos resultados da intervenção.

4.12 RESULTADOS DA INTERVENÇÃO

Os resultados obtidos a partir dos desfechos dos instrumentos diagnósticos quantitativos aplicados Antes e Depois da intervenção estão apresentados na seguinte ordem:

- . Análise Quantitativa do Teste ISSL – Antes e Depois
- . Análise Quantitativa do Teste SRQ-20 – Antes e Depois

Além desses desfechos e de acordo com Moreno, todo trabalho psicodramático deve ter seu resultado avaliado pelo grau de espontaneidade, criatividade e sensibilidade que o sujeito é capaz de resgatar. Igualmente, a avaliação processa-se no âmbito da capacidade de o indivíduo “jogar” seus diferentes papéis, incluindo o papel profissional e da sua capacidade de interação social (MORENO, 2020), de forma que a redução do Estresse está na razão direta do espontâneo e criativo desempenho dos papéis, bem como da melhoria da interação destes na sua rede sociométrica. Dessa forma, os desfechos dos testes psicodramáticos serão apresentados como segue:

- . Análise Quantitativa do Teste Sociométrico – Antes e Depois
- . Análise Quantitativa do Átomo Social – Antes e Depois
- . Relatos dos doze encontros.

Os resultados qualitativos foram obtidos por meio dos registros, via audiogravação, e avaliação do desempenho de cada participante nos *role-playings*, jogos, sociodramas e psicodramas realizados. Também foram considerados o desenrolar de cada atividade proposta, a escuta qualificada dos compartilhamentos, os depoimentos coletados ao final dos trabalhos e a avaliação dos materiais produzidos, tais como desenhos, imagens, gestos e cenas.

A seguir estão descritos os procedimentos éticos da pesquisa.

4.13 PROCEDIMENTOS ÉTICOS

O projeto foi submetido à autorização junto à Polícia Militar do Estado de Santa Catarina, por meio do documento PMSC 00001258/2018, e aprovado conforme Protocolo SGP e nº PMSC 1330/2018 e PMSC 1258/2018. Foi, igualmente, submetido ao comitê de ética em pesquisa com seres humanos da Universidade Federal de Santa Catarina - UFSC sob nº. 10777019.0.0000.0121 e aprovado pelo parecer nº 3.523.235. O Termo de Consentimento Livre e Esclarecido – TCLE (Apêndice 2) e do TCLE para a instituição (Apêndice 3), de

acordo com a resolução nº 510/16 do Conselho Nacional de Saúde (CNS), foi lido em conjunto e as dúvidas devidamente esclarecidas. Ato contínuo, o termo foi assinado pelos envolvidos.

Os documentos decorrentes da pesquisa, bem como os materiais que a fundamentaram, estão de posse da pesquisadora e arquivados em local chaveado, conforme determinação do Código de Ética e da Resolução Nº 6, de 29 de março de 2019, do Conselho Federal de Psicologia, cuja secção IV art. 15º delibera que materiais “em forma física e digital, deverão ser guardados pelo prazo mínimo de 5 (cinco) anos”. A coleta dos conteúdos ocorreu em sala com sigilo, estando presentes somente a pesquisadora e os participantes dos encontros.

A pesquisadora solicitou ao grupo permissão para gravação de áudio e vídeo dos encontros. Entretanto foi autorizada somente a gravação de áudio, realizada com o aparelho celular Smartphone LG K11+ Alpha X410BTW. Após as transcrições, as gravações foram salvas em um HD externo, apagadas do aparelho celular, ficando armazenadas para consulta exclusiva do orientador e da pesquisadora.

5 APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS RESULTADOS QUANTITATIVOS

Os resultados quantitativos desta pesquisa serão apresentados a partir dos desfechos dos testes aplicados nas sessões realizadas. Os testes utilizados foram: o Inventário de Sintomas de *Stress* de Lipp (ISSL); o *Self-Reporting Questionnaire* (SRQ-20), o Teste Sociométrico e o Teste do Átomo Social de Jacob Levy Moreno. Serão apresentados quantitativamente e sua análise ocorrerá levando em conta a avaliação estatística.

Serão apresentados em 5 momentos. Em primeiro lugar, serão apresentados os desempenhos dos Grupos Experimentais (Alfa, Beta, Charlie e Delta) por meio da análise dos desfechos dos Testes ISSL, SRQ-20 e Teste Sociométrico. Em segundo lugar, os desfechos nos Testes ISSL e SRQ-20 dos grupos em comparação com o Grupo Controle. Em terceiro lugar, virão os resultados e análise da influência da frequência nas sessões de intervenção socionômica bem como dos fatores sociodemográficos (sexo, idade e escolaridade) na redução dos sintomas de estresse. Na sequência, encontram-se apresentados e analisados os resultados individuais nos Testes Sociométricos dos Grupos Experimentais e, por último, os desfechos dos átomos sociais de cinco sujeitos bem como a análise do quantitativo grupal dos átomos.

No tratamento dos dados coletados, foi utilizada a planilha eletrônica Excel 2013 em conjunto com *Statistical Package of Social Science* da IBM (IBM SPSS, v. 22.0.0.0.), e os dados analisados com base em estatística descritiva e inferencial, com análises descritivas do perfil da amostra. No Teste SRQ-20, ISSL, Teste Sociométrico e Átomo Social foram utilizadas estatística não paramétrica por se tratar de amostra por conveniência. Houve identificação do valor de significância p e a determinação da variação da frequência do instrumento associado com a variável de identificação de p . Esses indicadores quantitativos foram avaliados antes da intervenção socionômica e repetidos ao término dela. Quando indicado, foram realizados testes paramétricos e não paramétricos, de normalidade e de medidas de homogeneidade de variância.

5.1 DESEMPENHO DOS GRUPOS EXPERIMENTAIS

5.1.1 Resultado dos Grupos Experimentais – ISSL

Buscando investigar se o método socionômico é capaz de reduzir os sintomas de estresse, foi aferida a média dos escores do ISSL, tanto no total de sintomas físicos, total de

sintomas psicológicos e na somatória de ambos, dos grupos 1 (Alfa), 2 (Beta), 3 (Charlie) e 4 (Delta), Antes e Depois da intervenção socionômica. Esses grupos constituem o Grupo Experimental.

O Grupo Experimental totaliza 57 sujeitos. Para uma avaliação do total de sintomas físicos e psicológicos “antes” e do “depois” da intervenção não é necessário testar a normalidade, considerando que $n = 57$, sendo considerado distribuição normal. Os testes de normalidade servem para constatar se a distribuição de probabilidade associada a determinado conjunto de dados pode ser aproximada pela distribuição normal. Para o conjunto de dados referentes aos sintomas, foi utilizado o **Teste t - Pareado**, que é útil para analisar o mesmo conjunto de itens que foram medidos sob duas condições diferentes, Antes e Depois do tratamento, pois avalia a diferença nas médias sobre o mesmo assunto. Nas Tabelas 12 e 13, os resultados são expostos.

Tabela 12: Amostras Emparelhadas

Estatísticas de amostras emparelhadas					
		Média	N	Erro Desvio	Erro padrão da média
Par 1	Antes-Físico	9,25	57	5,878	0,779
	Depois-Físico	5,51	57	4,508	0,597
Par 2	Antes-Psicológico	6,96	57	4,217	0,559
	Depois-Psicológico	5,44	57	4,408	0,584

Fonte: Dados do ISSL dos PM (Planilha Excel).

Na estatística de amostras emparelhadas, o primeiro par de dados avaliado pelo ISSL, Par 1, que diz respeito à média dos sintomas físicos de estresse Antes e Depois do tratamento, aponta que a média baixou de 9,25 para 5,51. Esse resultado indica que o conjunto total dos 57 sujeitos que se submeteu ao tratamento reduziu os sintomas físicos após o mesmo. O segundo par de dados avaliados, Par 2, aponta que a média de sintomas psicológicos Antes e Depois das sessões sofreu redução de 6,96 para 5,44.

Já no teste de amostras emparelhadas, ficou demonstrado que há uma diferença estatisticamente significativa entre a quantidade de sintomas psicológicos apresentados Antes e Depois do tratamento, uma vez que $p < 0,005$ (0,013) $t = 2,567$. Igualmente, na Tabela 13, pode ser constatado que há diferença estatística significativa entre os sintomas físicos Antes e Depois do tratamento, pois $p < 0,05$ (0,000) com $t = 5,137$.

Tabela 13: Teste de Amostras Antes e Depois

Teste de amostras emparelhadas									
		Diferenças emparelhadas					t	df	Sig. (2 extremidades)
		Média	Erro Desvio	Erro padrão da média	95% Intervalo de Confiança da Diferença				
					Inferior	Superior			
Par 1	Antes-Físico – Depois-Físico	3,737	5,492	0,727	2,280	5,194	5,137	56	0,000
Par 2	Antes-Psicológico – Depois-Psicológico	1,526	4,488	0,595	0,335	2,717	2,567	56	0,013

Fonte: Dados do ISSL dos PM (Planilha Excel).

A correlação de amostras emparelhadas apresentou 0,466 ($p=0,000$) ‘Antes-Físico & Depois-Físico’ e 0,459 para ‘Antes-Psicológico’ & ‘Depois-Psicológico’ ($p=0,000$).

Resultado: Em média, o número de sintoma Antes das sessões para o FÍSICO e PSICOLÓGICO (Média=9,25 e 6,96 e Erro padrão da média=0,779; 0,559) foi maior que o número de SIM, após as sessões (Média=5,51 e 5,44 e Erro padrão da média=0,597; 0,584). Além disso, houve diferença estatisticamente significativa entre as médias $t(56)=5,137$, $p(0,000) < 0,05$ e $t(56)=2,567$, $p(0,013) < 0,05$.

A primeira hipótese de que a média dos escores do ISSL (Total, Sintomas físicos e Sintomas psicológicos) seria menor nos grupos 1, 2, 3 e 4 após a intervenção socionômica ficou, portanto, confirmada.

5.1.2 Resultado nos Grupos Experimentais – SRQ-20

Ainda na busca de investigar se o método socionômico é capaz de reduzir os sintomas de estresse, foi aferida a média dos escores do SRQ – 20 dos quatro grupos, Antes e Depois da intervenção socionômica. Para avaliar os efeitos da intervenção na quantidade de sintomas expressos pelo assinalamento do SIM no questionário e, levando em conta que há uma dependência entre os dados obtidos Antes da intervenção e os obtidos Depois do tratamento, foi realizado o teste não paramétrico de Wilcoxon nos quatro grupos (Alfa, Beta, Charlie e Delta), cujos dados estão expressos na Tabela 14.

O Teste de Wilcoxon é um teste de hipóteses. Com ele, busca-se testar a hipótese H_1 de que a média dos escores do SRQ-20 será menor nos grupos 1, 2, 3 e 4 após o tratamento. Esse teste é utilizado para realizar uma comparação entre duas amostras relacionadas (Estresse Antes e Estresse Depois) a partir de população que tem a mesma distribuição. Os resultados

apontam que houve uma redução estatisticamente significativa entre os escores desse teste após a intervenção por meio da Socionomia. Em outras palavras, a quantidade de sintomas (respostas SIM) assinados pelos alunos dos quatro grupos foi menor após o tratamento.

Tabela 14: Estatística do Teste de Wilcoxon – Grupos 1, 2, 3 e 4

Estatísticas de teste ^a		
		Depois/ Antes
Alfa	Z	-2,280 ^b
	Significância Sig. (bilateral)	0,023
Beta	Z	-1,888
	Significância Sig. (bilateral)	0,05
Charlie	Z	-1,278
	Significância Sig. (bilateral)	0,201
Delta	Z	-2,201 ^b
	Significância Sig. (bilateral)	0,028

a. Teste de Classificações Assinadas por Wilcoxon
b. Com base em postos positivos.

Fonte: Dados da Pesquisa a partir do SPSS 22.0.0.0.

A Tabela 15 contém os dados da estatística descritiva dos quatro grupos, para os números de respostas SIM “Antes” do tratamento e “Depois” do tratamento, referente à Média, Desvio Padrão, Valor Mínimo e Máximo bem como aos *percentis*. Avaliando apenas as médias, pôde ser observada uma redução de sintomas de estresse de 40% no Grupo Alfa; 26,36% no Grupo Beta; 28,68% no Charlie e 34,17% no Delta após a participação nas sessões.

Tabela 15: Estatística Descritiva SRQ-20 Grupos 1, 2, 3 e 4

Estatística Descritiva									
		N	Média	Desvio Padrão	Mínimo	Máximo	Percentis		
							25o.	50° (Mediana)	75°
Alfa	Antes	13	10,00	3,786	2	16	7,50	10,00	13,00
	Depois	13	6,00	3,291	3	12	4,00	4,00	9,00
Beta	Antes	23	9,26	4,158	2	19	6,00	9,00	12,00
	Depois	23	6,78	3,275	2	12	4,00	7,00	10,00
Charlie	Antes	11	7,91	3,986	3	15	4,00	7,00	12,00
	Depois	11	5,64	3,776	2	12	4,00	4,00	10,00
Delta	Antes	10	7,90	4,149	1	14	5,00	8,00	10,75
	Depois	10	5,20	2,098	2	8	4,00	4,00	7,25

Fonte: Dados da Pesquisa a partir do SPSS 22.0.0.0.

O Teste de Wilcoxon mostrou que a média de SIM antes dos encontros é superior à média após os encontros. Essa diferença foi estatisticamente significativa entre as médias de SIM para o Grupo Alfa ($Z=-2,28; p(0,023) < 0,05$); para o Grupo Beta ($Z=-1,88; p(0,05) > 0,05$); para o Grupo Delta ($Z=-2,20; p(0,028) < 0,05$) e não foi significativa para o Grupo Charlie ($Z=-1,278; p(0,201) > 0,05$).

A segunda hipótese de que a média do escore do SRQ-20 seria menor nos Grupos Alfa, Beta, Charlie e Delta após o tratamento de base socionômica foi, portanto, confirmada.

5.1.3 Resultado nos Grupos Experimentais – Teste Sociométrico

Com o objetivo de avaliar se o método socionômico é capaz de reduzir os sintomas de estresse dos policiais militares, foi aplicado o Teste sociométrico visando aferir os índices de Densidade, Coesão e a Estabilidade, como reflexo das relações télicas do grupo. Quanto mais as relações são télicas e menos transferenciais, mais a espontaneidade está manifesta, viabilizando a criatividade, pois permite que haja mais quantidade e qualidade de vínculos, logo mais qualidade no desempenho de papéis que refletem mais saúde.

Assim, de acordo com Pierre Weil (1967) e seus colaboradores, o Teste Sociométrico é um recurso dinâmico e útil "para observar, descrever e medir a coesão grupal, ou seja, a rede de relações entre os participantes" (p. 166). Dessa forma, todos os 57 sujeitos foram submetidos ao teste duas vezes - no início e no término do tratamento - e foram aferidos tais índices como indicadores de melhoria no relacionamento interpessoal de forma que quanto maior forem esses escores, mais está manifesta a saúde grupal e, portanto, menor a carga de estresse.

A **densidade** é a medida que reflete a força das escolhas grupais. Por exemplo, num grupo de 10 pessoas, para cujos integrantes é realizada a pergunta “com quem gostaria de trabalhar” a manifestação de apenas três pessoas que escolheram alguém demonstra uma baixa densidade. Em contrapartida, em outro grupo do mesmo tamanho, a manifestação de 8 pessoas em trabalhar com um ou mais colegas revela uma densidade maior. O escore varia de 0 a 1, em que zero é nenhuma escolha e 1 é 100% das escolhas possíveis. No Grupo Alfa, entre a primeira e a segunda aplicação houve a ampliação no índice de escolhas de 0,333 para 0,551. No Grupo Beta, a majoração foi de 16,6% para 40,9% do total possível. A elevação do índice de densidade no Grupo Charlie refletiu um aumento na força das escolhas de 49,1% para

77,3% do total possível. A densidade no Grupo Delta praticamente triplicou, passando de 30% para 86,7 %.

O fator **coesão** num teste sociométrico é a medida da força da atração mútua dos integrantes. Utilizando-se o exemplo acima: No grupo de 10 pessoas, em que ocorreram as oito escolhas e essas escolhas foram distintas, isto é, A escolheu B, que escolheu C, que escolheu H, que escolhe D, e assim por diante, tem-se oito escolhas, embora não sejam mútuas.

A Socionomia reconhece a importância da mutualidade, uma vez que ela reflete menor índice de rejeição, a exemplo da hipótese de que nesse mesmo grupo A escolhesse B que por sua vez escolhesse A, C escolhesse H que por sua vez escolhe C, e assim por diante. A quantidade de mutualidades maior refletiria um índice de rejeição menor.

No Grupo Alfa esse índice aumentou de 0,231 para 0,615, refletindo que a força de coesão foi quase triplicada. Os sujeitos do Beta passaram o índice de coesão de 8,7% para 37,2% do total possível, e o índice do Grupo Charlie praticamente dobrou, pois o que era de 0,655 passou para 1,2, tornando o grupo mais coeso. No Grupo Delta, a coesão aumentou em quase 500%, deixando o patamar dos 0,267 e passando para 1,51. Vale ressaltar que esse índice oscila entre 0 e 2.

Outro fator identificado pelo teste diz respeito ao crescimento na **estabilidade**. A estabilidade grupal pode ser compreendida como a capacidade de o grupo se manter em ação mesmo com a saída de algum integrante. É medida pela quantidade de pessoas que precisam ser retiradas para que o grupo se desfça ou se divida em pequenas partes. Exemplo disso pode ser visto na seguinte situação hipotética: Antônio convida 9 amigos para uma festa, que não são próximos entre si, sendo ele próprio o elemento de ligação entre os amigos. Se Antônio se ausentar da festa, ela provavelmente vai acabar. Dizemos então que esse grupo possui baixa estabilidade. Porém, se Antônio convidar dois grupos de amigos íntimos entre si, um de quatro e outro de cinco pessoas para uma festa e se ausentar, esta poderia prosseguir dividida em 2 partes, uma com os 4 amigos que interagirão entre si e outra com 5 membros.

Dessa forma, com base nessa hipótese, pode ser afirmado que o grupo de integrantes da festa 2 possui maior estabilidade que o grupo dos integrantes da festa 1. Tal estabilidade é decorrente da quantidade e qualidade dos vínculos que permeiam os grupos em análise. No caso dos policiais, Alfa tornou-se mais estável na proporção de 3,82 para 5,55, enquanto que a estabilidade do Beta foi a que mais cresceu, por sair de 34,3% para 75,7%. O Grupo Charlie

revela o aumento de 3,89 para 5,67, enquanto que Delta alterou seu índice de 2,5 para 5,38, conforme demonstrado na Tabela 16.

Tabela 16: Dados dos Grupos: Estatística 1ª e 2ª Aplicação

Fonte:
pesquisa.

GRUPO	ALFA		BETA		CHARLIE		DELTA	
	1ª Aplic.	2ª Aplic.	1ª Aplic.	2ª Aplic.	1ª Aplic.	2ª Aplic.	1ª Aplic.	2ª Aplic.
Densidade	0,333	0,551	0,166	0,409	0,491	0,773	0,3	0,867
Coesão	0,231	0,615	0,087	0,372	0,655	1,2	0,267	1,51
Estabilidade	3,82	5,55	3,43	7,57	3,89	5,67	2,5	5,38

Dados da

Nesse sentido, é possível concluir que todos os escores grupais nos índices do Teste Sociométrico (densidade, coesão e estabilidade) foram maiores nos grupos 1, 2, 3 e 4 após as 12 sessões de tratamento a que foram submetidos, confirmando assim a terceira hipótese.

5.2 DESEMPENHO DOS GRUPOS EXPERIMENTAIS X GRUPO CONTROLE

Além de cada grupo ser avaliado separadamente e feita a comparação entre eles, foi também avaliada a relação dos quatro grupos *versus* o ‘Grupo Controle’ no tocante aos desfechos dos Testes ISSL e SRQ-20. O Grupo Controle, por não haver recebido o tratamento, não pôde ser testado para Átomo Social e Teste Sociométrico.

5.2.1 Grupo Experimental *versus* Grupo Controle - ISSL

Como referendado anteriormente, o Inventário de Estresse de Lipp avalia os sintomas físicos separadamente dos sintomas psicológicos e ainda os separa em a) sintomas das últimas 24 horas, b) sintomas da última semana e c) sintomas do último mês. Também foi referendado anteriormente que tal teste foi aplicado em duas ocasiões distintas para os Grupos Experimentais bem como para o Grupo Controle. O Grupo Controle é constituído de 15 policiais que não fizeram o tratamento, mas que foram avaliados com o inventário de Lipp nas mesmas ocasiões da testagem do Grupo Experimental.

Na Tabela 17, estão apresentados os totais e as médias do número de sintomas do Grupo Experimental ($n=57$) e do Grupo Controle ($n=15$) em cada um dos três tempos (dia, semana e mês) em cada uma das aplicações.

Tabela 17: Comparação de Totais dos Sintomas Físicos e Psicológicos

	Total Grupos (n=57)	Média Grupos (n=57)	Total Grupos Controle (n=15)	Média Grupos Controle (n=15)	Total Grupos (n=57)	Média Grupos (n=57)	Total Grupos Controle (n=15)	Média Grupos Controle (n=15)
	Primeira Aplicação				Segunda Aplicação			
FÍSICOS 24H	198	3,5	37	2,5	95	1,67	28	1,87
PSICOL. 24H	18	0,32	4	0,267	20	0,35	10	0,667
FÍSICO/ SEM.	212	3,7	44	3,93	140	2,5	54	3,6
PSICOL/SEM	133	2,3	17	1,13	101	1,77	29	1,93
FÍSICO/MÊS	117	2,52	21	1,4	94	1,65	15	1,0
PSICOL/ MÊS	246	4,32	35	2,33	189	3,32	47	3,13
TOTAL	924	16,21	158	10,5	639	11,21	183	12,2

Fonte: Dados do ISSL dos PM (Planilha Excel).

Pode ser observada, nos valores totais bem como nas médias, uma redução de 30,84%, passando de 924 (média de 16,21) para 639 (média de 11,21) para o Grupo Experimental. Em contraposição, o Grupo Controle elevou de 158 para 183 o total dos sintomas, com aumento de 16,19% nos pontos da média geral.

Ao observar a Tabela 17, fica constatado que o aumento do Estresse nos PM do Grupo Controle está centrado no aumento dos Sintomas Psicológicos (de 56 para 86), uma vez que os sintomas de estresse físicos diminuíram levemente.

Os grupos Alfa, Beta, Charlie e Delta apresentam $n < 30$ e por isso foi testada a normalidade de Shapiro-Wilk, tanto para sintomas psicológicos na primeira aplicação (Antes-psicológico) e sintomas psicológicos na segunda aplicação (Depois-Psicológico), quanto para os sintomas físicos antes do tratamento (Antes-Físico) quanto para os sintomas físicos depois do tratamento (Depois-Físico). O teste revelou que distribuição é NORMAL apresentando $p > 0,05$ (0,883; 0,165; 0,616; 0,083).

Por outro lado, para avaliar se há ou não efeito do tratamento sobre os sintomas físicos e psicológicos dos participantes, foram avaliadas as médias dos sintomas na segunda aplicação do teste. Os cinco grupos foram considerados nessa avaliação. Como em cada um dos grupos o $n < 30$, foi realizado o teste e normalidade de Shapiro-Wilk, pois para aplicar a Anova é necessário que os dados sejam homogêneos e/ou normais. O teste apresentou $p < 0,05$ (0,003; 0,002), no Depois-Físico e Depois-Psicológico, logo, a distribuição NÃO é NORMAL. A análise do teste paramétrico ANOVA de UM FATOR apresentou $p < 0,05$, revelando que NÃO existe uma igualdade de variância.

Como esses dados não apresentaram homogeneidade de variância, foi aplicado o teste não paramétrico de Kruskal-Wallis, o qual reflete que as médias de sintomas dos grupos não

são iguais. As amostras independentes do Teste de Kruskal-Wallis para $n = 72$, apresentaram estatística do teste de 15,664, com grau de liberdade de 4, com sinal assintótico (teste de dois lados) em que $p = 0,004 < 0,05$. Igualmente, a distribuição de Depois-Físico, com o mesmo grau de liberdade, apresentou uma estatística do teste de 10,301 com $p = 0,036 < 0,05$. Esses dados estão detalhados nas Tabelas 18 e 19.

O Teste de Kruskal-Wallis mostrou que há efeito do tratamento socionômico sobre a média de sintomas físicos e psicológicos após os encontros $X^2(5)=15,664$, $p(0,004) < 0,05$; $X^2(5)=10,301$, $p(0,036) < 0,05$.

Tabela 18: Média Grupos Depois-Psico – Depois-Físico

Estatística Descritiva								
	N	Média	Desvio Padrão	Mínimo	Máximo	Percentis		
						25°	50° (Mediana)	75°
Depois-Psico	72	5,50	4,094	0	15	2,00	5,00	8,00
Depois-Físico	72	5,71	4,436	0	19	2,00	5,00	8,75
Grupo	72	2,88	1,424	1	5	2,00	2,50	4,00

Fonte: Dados do ISSL dos PM (Planilha Excel).

Tabela 19: Comparação Grupos Depois-Psico – Depois-Físico

Postos			
GRUPO		N	Posto Médio
Depois-Psico	1	13	40,54
	2	23	45,35
	3	11	24,82
	4	10	18,80
	5	15	39,80
	Total		72
Depois-Físico	1	13	40,54
	2	23	42,96
	3	11	26,86
	4	10	22,05
	5	15	41,23
	Total		72

Fonte: Dados do ISSL dos PM (Planilha Excel).

Com base nos resultados obtidos, a média dos escores do Inventário de Sintomas de Stress Lipp - ISSL mostrou, portanto, que o total dos sintomas, o total de sintomas físicos e o total de sintomas psicológicos foram menores nos Grupos Experimentais 1, 2, 3 e 4, em relação ao Grupo Controle 5, após o tratamento psicoterápico de base socionômico, confirmando a hipótese número quatro.

5.2.2 Grupo Experimental *versus* Grupo Controle – SRQ 20

O *Self-Reporting Questionnaire – 20* é um teste que avalia os sintomas de estresse a partir das respostas dadas pelos sujeitos a 20 questões, por meio do assinalamento ou não do SIM. Dessa forma, quanto mais estresse, mais respostas SIM serão assinaladas. Tal teste foi aplicado Antes e Depois da intervenção psicodramática com todos os cinco grupos, quais sejam: Grupos Alfa, Beta, Charlie, Delta e Grupo Controle.

Como cada um dos cinco grupos apresenta $n < 30$, foi realizado o teste de normalidade de Shapiro-wilk, pois quando $n < 30$ é necessário testar a normalidade, ou seja, determinar se um conjunto de dados de uma dada variável aleatória é bem modelado por uma distribuição normal ou não, conforme a Tabela 20:

Tabela 20: Teste de Normalidade Antes e Depois

Testes de Normalidade							
Grupo		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Estatística	gl	Sig.	Estatística	gl	Sig.
1	Antes	0,115	13	,200*	0,976	13	0,954
1	Depois	0,344	13	0,000	0,727	13	0,001
2	Antes	0,127	23	,200*	0,979	23	0,887
2	Depois	0,237	23	0,002	0,892	23	0,017
3	Antes	0,136	11	,200*	0,930	11	0,408
3	Depois	0,395	11	0,000	0,740	11	0,002
4	Antes	0,210	10	,200*	0,939	10	0,537
4	Depois	0,316	10	0,005	0,841	10	0,045
5	Antes	0,197	15	0,121	0,909	15	0,131
5	Depois	0,189	15	0,158	0,958	15	0,657
* Este é um limite inferior da significância verdadeira.							
a. Correlação de Significância de Lilliefors.							

Fonte: Dados da Pesquisa a partir do SPSS 22.0.0.0.

O Teste de Shapiro-wilk mostrou que os Grupos Alfa, Beta, Charlie e Delta apresentaram uma distribuição NORMAL para os dados de ANTES, enquanto que para os dados do DEPOIS apresentaram uma distribuição NÃO NORMAL. Em tais grupos foi aplicado, então, o teste não paramétrico de Wilcoxon, que é utilizado para grupos de dados relacionados, uma vez que os entrevistados foram os mesmos Antes e Depois. Para o Grupo 5, os dados de Antes e Depois apresentaram uma distribuição Normal. Logo, aplicou-se o Teste Paramétrico t - PAREADO, que é indicado para grupos de dados relacionados, uma vez que foram os mesmos entrevistados. Em outras palavras, trata-se da análise dos dados do Grupo Controle, com 15 integrantes em dois momentos distintos: março e outubro de 2019. As Tabelas 21, 22 e 23 contêm os dados do Teste T-PAREADO: estatísticas, teste de amostras e correlação de amostras emparelhadas respectivamente.

Tabela 21: Amostra Emparelhada – Grupo Controle

Estatísticas de amostras emparelhadas					
		Média	N	Erro Desvio	Erro padrão da média
Par 1	1ª Aplicação	6,33	15	4,353	1,124
	2ª Aplicação	8,27	15	2,374	0,613

Fonte: Dados da Pesquisa a partir do SPSS 22.0.0.0.

Tabela 22: Teste t - Amostras Emparelhadas – Grupo Controle

Teste de amostras emparelhadas									
		Diferenças emparelhadas					t	df	Sig. (2 extremidades)
		Média	Erro Desvio	Erro padrão da média	95% Intervalo de Confiança da Diferença				
					Inferior	Superior			
Par 1	1ª- 2ª	-1,933	3,105	0,802	-3,653	-0,214	-2,412	14	0,03

Fonte: Dados da Pesquisa a partir do SPSS 22.0.0.0.

Tabela 23: Correlação de Amostras Emparelhadas – Grupo Controle

Correlações de amostras emparelhadas				
		N	Correlação	Sig.
Par 1	1ª- 2ª	15	0,723	0,002

Fonte: Dados da Pesquisa a partir do SPSS 22.0.0.0.

O número de SIM na 2ª aplicação (Média=8,27 e Erro padrão da média=0,613) foi maior que o número de SIM na 1ª aplicação (Média=6,33 e Erro padrão da média=1,124).

Destaca-se que esse grupo NÃO frequentou as sessões psicodramáticas por se tratar de Grupo Controle. A correlação obtida foi 0,723 com $p < 0,05$ (0,002). Além disso, houve diferença estatisticamente significativa entre as médias de SIM para maior: $t(14) = -2,412$, $p < 0,05$ (0,03). Isso quer dizer que alguns meses depois, na segunda aplicação, os homens avaliados AUMENTARAM os sintomas de estresse em valor estatisticamente significativo.

5.2.3 Relação entre Grupo Experimental e Controle – SRQ-20

Para avaliar a eficácia da intervenção, foram comparados os desfechos na quantidade total de SIM, entre a totalidade do Grupo Experimental (os que se submeteram ao tratamento) e a totalidade do Grupo Controle (os que não foram submetidos à intervenção – grupo 5). Como o Grupo Controle apresenta $n < 30$ ($n = 15$), foi realizado o teste de normalidade de Shapiro-wilk e Kolmogorov-Smirnov (Tabela 24), cujo resultado apresentou $p < 0,05$ (0,000), ou seja, a distribuição NÃO é normal.

Tabela 24: Teste de Normalidade – 2ª Aplicação

Testes de Normalidade						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estatística	gl	Sig.	Estatística	gl	Sig.
2ª aplicação	0,250	72	0,000	0,887	72	0,000

a. Correlação de Significância de Lilliefors

Fonte: Dados da Pesquisa a partir do SPSS 22.0.0.0.

Em seguida, foi realizada a estatística descritiva, comparando o total dos escores SIM do Grupo experimental ($n = 57$) na sua segunda aplicação do Teste SRQ-20 com a segunda aplicação do mesmo teste no Grupo Controle ($n=15$) cujo resultado consta das Tabelas 25 e 26.

Tabela 25: Estatística Grupo 1- 4 e Grupo 5

Estatística Descritiva								
	N	Média	Desvio Padrão	Mínimo	Máximo	Percentis		
						25o.	50° (Mediana)	75°
DEPOIS	72	6,56	3,148	2	13	4,00	5,00	9,00
GRUPO	72	1,21	0,409	1	2	1,00	1,00	1,00

Fonte: Dados da Pesquisa a partir do SPSS 22.0.0.0.

Tabela 26: Postos entre os Grupo 1- 4 e Grupo 5

Postos				
GRUPO		N	Posto Médio	Soma de Classificações
2ª aplicação	GRUPO 1-4	57	33,21	1893,00
	GRUPO 5	15	49,00	735,00
	Total	72		

Fonte: Dados da Pesquisa a partir do SPSS 22.0.0.0.

Tendo em vista que nos Grupos Experimental e Controle os dados da 2ª aplicação apresentaram distribuição NÃO NORMAL, aplicou-se o teste não paramétrico de Mann-Whitney (Tabela 27), que é aplicado para amostras de tamanhos diferentes (57 e 15 sujeitos) e para grupos independentes. O Teste de Mann-Whitney é indicado para comparação de dois grupos não pareados, para se verificar se pertencem ou não à mesma população para calcular o valor- p . O valor p é uma probabilidade que mede a evidência contra a hipótese nula e cujos requisitos para aplicação do Teste t de Student não foram cumpridos.

Tabela 27: Teste Mann Whitney – Grupo 1- 4 e Grupo 5

Estatísticas de teste ^a	
	DEPOIS
U de Mann-Whitney	240,000
Wilcoxon W	1893,000
Z	-2,671

Significância Sig. (bilateral)	0,008
a. Variável de Agrupamento: GRUPO	

Fonte: Dados da Pesquisa a partir do SPSS 22.0.0.0.

O Teste de Mann-Whitney mostrou que o Grupo Experimental em relação ao Grupo Controle APRESENTA diferença estatisticamente significativa quanto à média de SIM após os encontros: $U=240$, $p(0,008) < 0,05$. Essa diferença permite afirmar que os escores do Teste SRQ-20 são diferentes entre os que se submeteram ao tratamento e os que não o fizeram.

Os homens do Grupo Controle estavam submetidos a condições semelhantes de exigências, rotina de atividades escolares e rigor disciplinar em relação às dos membros do Grupo Experimental, corroborando a eficácia do tratamento socionômico.

Nesse sentido, a média do escores do SRQ-20, na totalidade dos policiais que fizeram o tratamento por meio das sessões realizadas na abordagem socionômica, comparada às médias dos escores do grupo de policiais que não participaram do tratamento foi MENOR, e essa diferença é estatisticamente significativa. Fica, assim, confirmada a quinta hipótese.

5.3 INFLUÊNCIA DE FATORES SOCIODEMOGRÁFICOS

Ainda com o propósito de analisar a eficácia das sessões nos sintomas de estresse dos policiais militares, foi investigado se sexo, escolaridade e idade interfeririam nos desfechos dos testes, ou seja, se a resposta ao tratamento seria diferente entre homens e mulheres, entre mais jovens e mais velhos ou mesmo se os que têm menor escolaridade reagiriam de forma diferente dos que são mais instruídos. A hipótese inicial é a de que não haveria diferença significativa pela influência desses fatores, mas que a frequência ao trabalho interferiria.

5.3.1 Influência da Frequência

Ocorreram 12 encontros com cada grupo para o tratamento com Psicodrama. Várias sessões foram desmarcadas face a ordens superiores. Um desses momentos ocorreu quando as instalações do CEFAP abrigaram as provas do concurso público para ingresso de novos soldados. Em outro momento, as instalações foram ocupadas para realização dos exames médicos e coleta de documentos dos recrutas aprovados nesse concurso. Igualmente, as sessões foram suspensas na semana da celebração da independência do Brasil, pois a corporação estava se preparando para o desfile público militar. Os trabalhos também foram

interrompidos por uma semana para a realização da gincana militar. Apesar de que todos tinham o compromisso de participar integralmente dos encontros, isso, de fato, não ocorreu.

Em situações em que não podiam participar, os policiais justificavam, contudo, as ausências diretamente com a pesquisadora ou por intermédio de colegas. Em geral, as ausências não eram voluntárias, mas decorrentes de demandas dos superiores ou de tarefas do curso. Em contrapartida, alguns estiveram presentes a todos os encontros, cabendo questionar se os policiais, cuja frequência é maior, a melhora dos sintomas do estresse também seria. Por isso, torna-se relevante avaliar se a frequência aos encontros representa fator interveniente na eficácia do tratamento.

Como a quantidade de encontros foi pequena, para efeito desta análise, os 72 participantes foram classificados em 3 subgrupos, a saber

- a) os que participaram de “zero” encontro, denominado subgrupo A.
- b) os participantes “de mais que zero e pelo menos 50%” dos encontros – subgrupo B
- c) os que estiveram em “mais de 50%” dos encontros – chamados de subgrupo C.

A presença aos encontros é um fator independente e por isso uma análise estatística Anova de UM FATOR foi realizada. A Anova⁷⁶ deve ser utilizada para testar diferenças entre, no mínimo, três grupos (para dois pode ser utilizado o Teste *t*). Pode ainda ser utilizada quando a variável resposta (Y) é contínua e a sua variável explanatória (X) é categórica.

Para aplicar a Anova, é necessário que os dados sejam normais. Assim, os testes de normalidade de Kolmogorov-Smirnov e Shapiro-Wilk, ambos com $p < 0,05$ (0,000), apontam uma distribuição **não normal**, sendo necessário que os dados sejam homogêneos. Para avaliar a homogeneidade desses dados, é necessário verificar a **variância**, que nada mais é que avaliar a dispersão.

A dispersão aponta o quão distante cada valor desse conjunto está do valor central (médio). Dessa forma, quanto menor a variância, mais os dados estão próximos dos valores da média e quanto maior, mais distantes da média estão os valores. Então foi aplicado o Teste de Levene para a igualdade de variância que apontou **igualdade** com $p > 0,05$ (Tabela 28), afirmando, no caso dos policiais militares, que os valores estão próximos dos valores médios.

Considerando esses resultados, foi aplicado o Teste Anova DE UM FATOR para verificar se a frequência dos policiais nas sessões de tratamento do estresse teria influência nos desfechos do Teste SRQ-20. A Anova apontou $p < 0,05$ (0,000).

⁷⁶ Abreviação do termo inglês *analysis of variance*.

Tabela 28: Teste Levene - Presença nos Grupos

Teste de Homogeneidade de Variações					
		Estatística de Levene	df1	df2	Sig.
Depois dos encontros	Com base em média	1,825	2	69	0,169
	Com base em mediana	0,680	2	69	0,510
	Com base em mediana e com gl ajustado	0,680	2	63,76	0,510
	Com base em média aparada	1,407	2	69	0,252

Fonte: Dados do ISSL dos PM (Planilha Excel).

Como $p < 0,05$ (0,000), ficou demonstrado que **existe** diferença estatisticamente significativa entre a média de SIM do grupo de policiais que participaram de menos da metade dos encontros e a média do grupo de policiais que frequentaram mais da metade deles.

Na Tabela 29, estão demonstrados os dados estatísticos e na Tabela 30, os desfechos da Anova. Colocado em outros termos, é possível afirmar que a quantidade de sessões em que os policiais compareceram influenciou no tratamento. Os que participaram de “nenhuma sessão”- subgrupo A - tiveram escores mais altos em comparação com os que frequentaram pelo menos metade dos encontros, assim como aqueles que participaram de mais da metade dos encontros tiveram um escore menor, caindo a média de 8,27 para 5,48.

Observa-se, também, que a diferença entre os que participaram de ‘zero sessões’ e os que participaram de poucas sessões - ‘menos da metade’- NÃO foi estatisticamente significativa. Logo, pode ser afirmado que o tratamento apresenta eficácia com um mínimo de 7 encontros. Essa informação é relevante para o planejamento de futuras intervenções. De posse desse dado, tornou-se importante realizar uma análise para comparar as médias entre os grupos e nos grupos (Vide Tabela 28).

Tabela 29: Dados Estatísticos – Presença nos Encontros

Descritivas								
DEPOIS DOS ENCONTROS	N	Média	Estatística do teste Desvio	Estatística do teste Padrão	95% de Intervalo de Confiança para Média		Mínimo	Máximo
					Limite inferior	Limite superior		
Nenhum encontro	15	8,27	2,374	0,613	6,95	9,58	4	13
> 0 e < que 50%	11	8,73	3,690	1,113	6,25	11,21	2	12
≥ 50%	46	5,48	2,747	0,405	4,66	6,29	2	12
Total	72	6,56	3,148	0,371	5,82	7,30	2	13

Fonte: Dados do ISSL dos PM (Planilha Excel).

Tabela 30: Comparação Entre Grupos e Nos Grupos

ANOVA						
DEPOIS DAS SESSÕES	Soma dos Quadrados	df	Quadrado Médio	Z	Sig.	
Entre Grupos	149,184	2	74,592	9,280	0,000	
Nos grupos	554,593	69	8,038			
Total	703,778	71				

Fonte: Dados do ISSL dos PM (Planilha Excel).

Para realizar as comparações múltiplas, foi utilizado o Teste de Tukey e Bonferroni, pois estes trabalham com as diferenças honestamente significativas (DHS) e fazem a correlação para o número de testes pareados que está sendo executado. A maior vantagem do Teste de Tukey é que não é exigido que se tenha um valor significativo de p na Anova para reduzir as chances de um falso positivo, ou seja, detectar uma diferença que não existe, pois o Teste de Tukey apresenta incorporada essa proteção.

Há ainda ocasião em que a Anova e os resultados de múltiplas comparações, ocasionalmente, podem produzir resultados antagônicos por estarem embasados em diferentes métodos, ou seja, a Anova indica que não há diferença e a saída de comparações múltiplas aponta diferenças. Nesse caso, é possível confiar no Teste de Tukey devido a sua proteção.

A escolha desse teste para comparar médias levou em conta três fatores: 1) as médias do grupo (Shapiro-wilk e Levene com $p < 0,05$); 2) o tipo de confiança pretendido ($p < 0,05$) e; 3) ser conservador, que nesse contexto indica que o nível exibido é ainda menor que o verdadeiro, pois os intervalos são mais amplos do que se não houvesse nenhuma proteção. Na Tabela 31, estão apresentados todos os valores.

Tabela 31: Comparações Múltiplas Entre Grupos

Comparações múltiplas							
Variável dependente: DEPOIS							
(I) PRESENÇA NOS ENCONTROS			Diferença média (I-J)	Estatística do teste Padrão	Sig.	Intervalo de Confiança 95%	
						Limite inferior	Limite superior
Tukey HSD	Nenhum encontro	> 0 e < que 50%	-0,461	1,125	0,912	-3,16	2,24
		≥50% dos encontros	2,788*	0,843	0,004	0,77	4,81
	> 0 e < que 50%	Nenhum encontro	0,461	1,125	0,912	-2,24	3,16
		≥50% dos encontros	3,249*	0,952	0,003	0,97	5,53
	≥50% dos encontros	Nenhum encontro	-2,788*	0,843	0,004	-4,81	-0,77
		> 0 e < que 50%	-3,249*	0,952	0,003	-5,53	-0,97
Bonferroni	Nenhum encontro	> 0 e < que 50%	-0,461	1,125	1,000	-3,22	2,30
		≥50% dos encontros	2,788*	0,843	0,004	0,72	4,86
	> 0 e < que 50%	Nenhum encontro	0,461	1,125	1,000	-2,30	3,22
		≥50% dos encontros	3,249*	0,952	0,003	0,91	5,58
	≥50% dos encontros	Nenhum encontro	-2,788*	0,843	0,004	-4,86	-0,72
		> 0 e < que 50%	-3,249*	0,952	0,003	-5,58	-0,91

* A diferença média é significativa no nível 0.05.

Fonte: Dados do ISSL dos PM (Planilha Excel).

A comparação entre os subgrupos, por meio do Teste de Tukey e Bonferroni, conforme a Tabela 31, confirma a existência de diferença estatisticamente significativa entre os subgrupos, pois o resultado obtido para p foi $< 0,05$ (0,000). Assim, é possível afirmar, com 95% de certeza, que a frequência aos encontros interfere nos resultados.

Na avaliação entre os três subgrupos pelos Testes de Tukey e Bonferroni, foi constatado que efetivamente há diferença estatisticamente significativa na média dos assinalamentos de sintomas de estresse entre os subgrupos A e C, bem como B e C. Por outro lado, NÃO HÁ diferença, estatisticamente significativa, entre o subgrupo A e B.

Com base nessa análise, pode-se afirmar que os policiais militares que participaram de pelo menos sete das doze sessões obtiveram uma diferença estatisticamente significativa nas médias dos escores do SRQ-20, quando comparados com dados dos policiais que participaram de menos da metade dos encontros ou de nenhum encontro, como no caso do Grupo Controle.

Desse modo, fica confirmada que a frequência está diretamente associada à redução de sintomas de estresse nos policiais militares – hipótese número seis.

5.3.2 Influência de Fatores Sociodemográficos

Os grupos de alunos sargentos contêm certas características de homogeneidade. A maioria é composta de homens: todos são no mínimo graduados e jovens. É importante avaliar, contudo, se os fatores sociodemográficos de sexo, idade e escolaridade teriam alguma influência dos desfechos dos testes após a intervenção psicodramática. Para o conjunto de participantes ($n=72$), a distribuição foi considerada NORMAL, pois $n > 30$. Para a análise da influência desses fatores na média de sintomas de estresse “Físico” e “Psicológico”, foi aplicado o Teste t - Independente separadamente para cada fator, por considerá-los fatores independentes.

5.3.2.1 Sexo

A população pesquisada ($n=72$) era constituída por 66 homens e 6 mulheres. Dessa forma, para avaliar se o sexo exerce influência nos desfechos do Teste ISSL, para sintomas de estresse “Físico” e “Psicológico”, foi aplicado o Teste de Levene para igualdade de variâncias e o Teste t para igualdade de médias, conforme a Tabela 32. Nessa Tabela, as estatísticas de grupo apontam o grupo masculino com escores maior (Média=5,85; 5,58) que o do feminino (Média=4,17; 4,67), tanto para os sintomas físicos quanto psicológicos.

Tabela 32: Fator Sociodemográfico Sexo

Estatísticas de grupo					
SEXO		N	Média	Erro Desvio	Erro padrão da média
Físico	Masculino	66	5,85	4,483	0,552
	Feminino	6	4,17	3,869	1,579
Psicológico	Masculino	66	5,58	3,942	0,485
	Feminino	6	4,67	5,922	2,418

Fonte: Dados do ISSL dos PM (Planilha Excel).

O Teste de Levene (Tabela 33) mede a homogeneidade de variância, que é um dos pressupostos mais importantes na análise da variância. Essa análise mede a distância de cada ponto em relação à média, e a violação poderá ter como resultado a heterogeneidade do erro experimental. Daí a sua relevância num estudo. No caso do estudo com os policiais militares, o resultado obtido demonstra que existe uma igualdade de variância (como $p > 0,05$ (0,563; 0,088)).

Tabela 33: Teste Levene para Depois Físico e Psicológico

Teste de amostras independentes										
		Teste de Levene para igualdade de variâncias		Teste t para Igualdade de Médias						
		Z	Sig.	t	df	Sig. (2 extremidades)	Diferença média	Estatística do teste padrão de diferença	95% Intervalo de Confiança da Diferença	
									Inferior	Superior
Físico	Variâncias iguais assumidas	0,338	0,563	0,888	70	0,378	1,682	1,894	-2,096	5,460
	Variâncias iguais não assumidas			1,005	6,28	0,352	1,682	1,673	-2,367	5,730
Psicológico	Variâncias iguais assumidas	2,999	0,088	0,518	70	0,606	0,909	1,755	-2,591	4,409
	Variâncias iguais não assumidas			0,369	5,41	0,726	0,909	2,466	-5,287	7,106

Fonte: Dados do ISSL dos PM (Planilha Excel).

Conclui-se, então, ao avaliar a influência do fator sexo nas saídas para sintomas físicos e psicológico, NÃO existir diferença estatisticamente significativa entre os grupos masculino e feminino, comprovado por $t(70) = 0,888; 0,518, p(0,378; 0,606)$, ambos $> 0,05$.

5.3.2.2 Idade

Os integrantes dos grupos estudados eram, em sua totalidade, adultos, sendo 48 pessoas na faixa etária compreendida entre 30 e 39 anos e 24 acima de 40 anos. Assim, foram subdivididos. Para avaliar a relação entre a redução de sintomas de estresse e a idade nos desfechos do Teste ISSL para sintomas “Físico” e “Psicológico” foi também aplicado o Teste de Levene para igualdade de variâncias e o Teste t para igualdade de médias. O resultado aponta uma igualdade de variância, com $p > 0,05$ (0,894; 0,437). A distribuição dos dados foi considerada NORMAL, levando à aplicação o Teste t - INDEPENDENTE, visto que a IDADE é um fator independente.

Tabela 34: Fator Sociodemográfico Idade

		Teste de amostras independentes								
		Teste de Levene para igualdade de variâncias		Teste t para Igualdade de Médias						
		Z	Sig.	t	df	Sig. (2 extremidades)	Diferença média	Estatística do teste padrão de diferença	95% Intervalo de Confiança da Diferença	
									Inferior	Superior
Físico	Variâncias iguais assumidas	0,018	0,894	-0,112	70	0,911	-0,125	1,117	-2,352	2,102
	Variâncias iguais não assumidas			-0,113	47,41	0,910	-0,125	1,105	-2,348	2,098
Psicológico	Variâncias iguais assumidas	0,610	0,437	0,547	70	0,586	0,563	1,029	-1,489	2,614
	Variâncias iguais não assumidas			0,573	52,22	0,569	0,563	0,982	-1,407	2,532

Fonte: Dados do ISSL dos PM (Planilha Excel).

Ao avaliar a influência da Idade - 30 a 39 anos (Média=5,67; 5,69) - e a partir de 40 anos (Média=5,79; 5,13), nos escores apresentados no ISSL para os sintomas “Físicos” de estresse e para os sintomas “Psicológicos”, verificou-se que NÃO houve diferença estatisticamente significativa entre as faixas de idade, pois $t(70) = -0,112; 0,547$ e $p(0,911; 0,586) > 0,05$.

5.3.2.3 Escolaridade

Como os participantes da pesquisa são graduados e alguns cursaram pós-graduação: especialização e mestrado, definiu-se, então, para efeito desta avaliação, estas três categorias: graduados, especialistas e pós-graduados. Por haver mais de duas categorias, foi utilizado o Teste de Shapiro-Wilk, acusando uma distribuição NÃO NORMAL, com $p < 0,05$ (0,002; 0,003). Com a distribuição não normal, não se pode aplicar o Teste Anova, uma vez que para tal é necessário que os dados sejam homogêneos. Daí a opção pela utilização do Teste de Levene, que mostrou uma igualdade de variância com $p > 0,05$, conforme demonstrado na Tabela 35.

Tabela 35: Homogeneidade de Variações - Depois Físico e Psicológico

Teste de Homogeneidade de Variações					
		Estadística de Levene	df1	df2	Sig.
Depois-Físico	Com base em média	0,784	2	69	0,460
	Com base em mediana	0,180	2	69	0,835
	Com base em mediana e com gl ajustado	0,180	2	59,285	0,836
	Com base em média aparada	0,617	2	69	0,543
Depois-Psicológico	Com base em média	0,023	2	69	0,978
	Com base em mediana	0,209	2	69	0,812
	Com base em mediana e com gl ajustado	0,209	2	67,105	0,812
	Com base em média aparada	0,030	2	69	0,970

Fonte: Dados do ISSL dos PM (Planilha Excel).

Na Tabela 36, é possível identificar as médias para os sintomas Físico e Psicológico nos diferentes níveis de escolaridade para um grau de confiança de 95%. Percebe-se que, comparando os escores individuais dos três grupos, os pós-graduandos são os que apresentam as menores médias nos escores do Teste Lipp. Porém, essa diferença NÃO é significativa do ponto de vista estatístico, pois, por meio da Anova de Um Fator (Tabela 37), foram comparados os diferentes grupos, confirmando que a média de SIM para ensino superior, especialização e pós-graduação é semelhante ($p > 0,05$).

Tabela 36: Fator Sociodemográfico Escolaridade

Descritivas									
		N	Média	Estatística do Teste Desvio	Estatística do Teste Padrão	95% de Intervalo de Confiança para Média		Mínimo	Máximo
						Limite inferior	Limite superior		
Físico	Superior	38	5,89	4,501	0,730	4,42	7,37	0	19
	Especialização	25	5,92	4,092	0,818	4,23	7,61	0	13
	Pós-graduação	9	4,33	5,315	1,772	0,25	8,42	0	14
	Total	72	5,71	4,436	0,523	4,67	6,75	0	19
Psicológico	Superior	38	5,87	4,128	0,670	4,51	7,23	0	15
	Especialização	25	5,56	4,114	0,823	3,86	7,26	0	14
	Pós-graduação	9	3,78	3,898	1,299	0,78	6,77	0	11
	Total	72	5,50	4,094	0,482	4,54	6,46	0	15

Fonte: Dados do ISSL dos PM (Planilha Excel).

Tabela 37: Depois-Físico e Depois-Psicológico

ANOVA						
		Soma dos Quadrados	df	Quadrado Médio	Z	Sig.
Depois-Físico	Entre Grupos	19,456	2	9,728	0,487	0,616
	Nos grupos	1377,419	69	19,963		
	Total	1396,875	71			
Depois-Psicológico	Entre Grupos	31,942	2	15,971	0,952	0,391
	Nos grupos	1158,058	69	16,783		
	Total	1190,000	71			

Fonte: Dados do ISSL dos PM (Planilha Excel).

Ao avaliar a influência da Escolaridade - ensino superior, especialização e pós-graduação -, verificou-se que com $p > 0,05$ (0,616; 0,391) NÃO há diferença estatisticamente significativa nos escores dos sintomas de estresse entre os grupos e nos grupos na segunda aplicação do Teste de Lipp, tanto para sintomas Físicos quanto para Psicológicos. Em outras palavras, o resultado do tratamento psicoterápico aplicado aos grupos de policiais militares NÃO sofreu influência do grau de instrução do sujeito.

Considerando os resultados apresentados acerca dos fatores sociodemográficos, a hipótese número sete ficou confirmada, pois NÃO houve associação positiva entre as médias dos escores do ISSL (Total, Sintomas físicos e Sintomas psicológicos) depois da intervenção psicoterápica em relação à escolaridade, sexo e idade dos participantes.

5.4 DESEMPENHO INDIVIDUAL – TESTE SOCIOMÉTRICO

Além de proceder à análise quantitativa dos grupos, foi realizada a análise do desempenho individual dos policiais militares antes e depois da aplicação do tratamento psicoterápico, no que tange ao relacionamento intragrupal e à capacidade de estabelecimento de vínculos télicos. Para tal, foram aplicados o Teste Sociométrico e o Átomo Social, a partir dos quais foi possível estabelecer-se uma relação entre o tratamento psicoterápico e a redução dos sintomas de estresse.

De acordo com Menegazzo *et al.* (1995), o teste proporciona fundamentos objetivos e mensuráveis da *performance* de cada elemento constitutivo do grupo, bem como do grupo como um todo. A análise desse desempenho parte de duas premissas: 1) o teste permite a exploração quantiquantitativa dos sentimentos positivos (atração), negativos (aversão) ou neutros (indiferença) que permeiam um grupo num momento específico, bem como

fenômenos da interação social, tais como mutualidades, subgrupos, lideranças ou isolamentos (MORENO, 2020) e; 2) identifica o tipo de interação destacando aspectos de tensão, medindo intensidade, expansividade do fluxo de sentimentos intragrupo ou intergrupos. A análise permite “o diagnóstico das necessidades e possibilidades atuais de intervenção” (KAUFFMANN, 1978, p. 41).

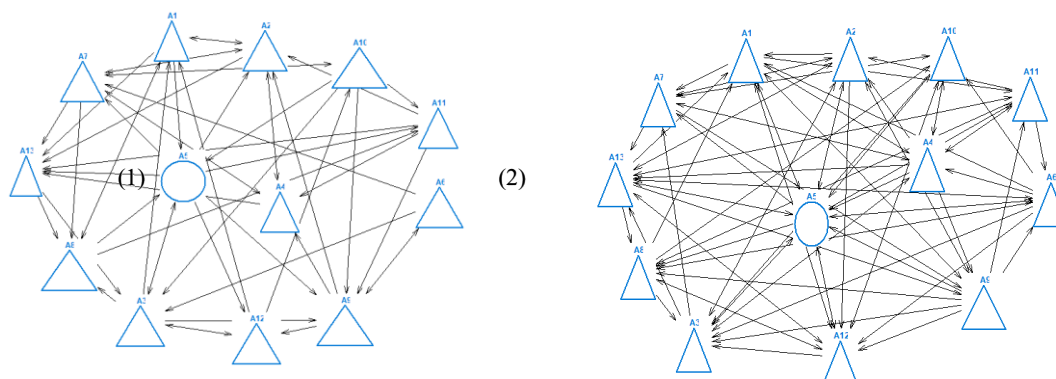
Consoante com os dizeres de Malaquias (2012, p. 20), a pesquisadora utilizou o Teste Sociométrico, que ajudou “a investigação da posição socioafetiva do indivíduo num determinado grupo, em um período de sua constituição” e auxiliou na detecção e compreensão de “padrões afetivos que organizaram os grupos sociais e as características das correntes psicossociais da população, isto é, da infraestrutura psicossociológica inconsciente”.

Com base na investigação da posição socioafetiva e na compreensão dos padrões que organizaram os grupos, foram produzidos os sociogramas – figuras gráficas – das relações internas de cada grupo antes e depois do tratamento. Isso permitiu a visualização das modificações ocorridas entre um e outro momento para constatar se houve ou não melhoria nas relações interpessoais com o aumento de vínculos entre os membros dos grupos. Os Grupos Alfa, Beta, Charlie e Delta foram testados e analisados separadamente e os resultados apresentados a seguir.

5.4.1 Teste Sociométrico – Grupo Alfa

O Grupo Alfa, constituído de 13 policiais militares, foi, aqui, identificado pelos códigos alfanuméricos A1 a A13 para garantir o anonimato. A Figura 17 apresenta os sociogramas produzidos nas duas aplicações do teste, sendo a primeira Antes (sociograma 1) do tratamento psicoterápico e a segunda Após o mesmo (sociograma 2). Havia 12 homens, representados por triângulos e 1 mulher representada por círculo.

Figura 17: Sociogramas 1 e 2 – Grupo Alfa



Fonte: Dados da pesquisa.

Na comparação entre o sociograma 1 e o 2, fica explicitado o aumento das vinculações ocorridas no grupo pela quantidade de setas que ligam os membros entre si. É possível identificar um membro, A6, mais isolado no primeiro momento do grupo. Ele tinha 3 escolhas positivas realizadas e 1 recebida. Esses números passam a ser 5 e 8. A aluna, A5, que já possuía uma posição central na sociometria grupal, assume o papel de “estrela sociométrica grupal” concentrando maior número de escolhas positivas e nenhuma negativa no final dos trabalhos.

Essa mudança consistente permite a inferência de que o tratamento desembotou a espontaneidade, minimizou transferências, ampliou a capacidade para o estabelecimento de mais vínculos, e permitiu mais socializações. Ressalta-se que um dos sintomas do estresse, de acordo com o modelo quadrifásico de Lipp, refere-se ao fato de que o sujeito “não quer socializar, não sente vontade de aceitar convites ou de convidar”. Como o Teste Sociométrico se embasa em escolhas, é possível afirmar que o tratamento psicodramático foi efetivo para o Grupo Alfa.

Figura 18: Grupo Alfa – Grades de Respostas 1 e 2

	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	(+)	(-)	Σ
A1		+			+	-		+		-	-		+	4	3	7
A2	+			+			+						+	4	1	5
A3	+				+		-	+	+					5	1	6
A4		+					+		-		-		+	3	2	5
A5		+	+	-			+		+	-	+	+	+	7	2	9
A6		-	+				+		+	-	-			3	3	6
A7		+		+				+		+			+	5	0	5
A8	+		-	+							+		-	3	2	5
A9		+		+	+					-		+		4	1	5
A10	-		+	+			+		+		+			5	1	6
A11		+		+		-			+			-	+	4	2	6
A12	+		+	-					+					3	1	4
A13	-		+				+	-	-					2	3	5
(+)	4	6	5	4	4	1	5	4	5	2	3	3	6	52		
(-)	2	1	1	2	0	2	1	0	2	6	2	2	1		22	
Σ	6	7	6	6	4	3	6	4	7	8	5	5	7			74

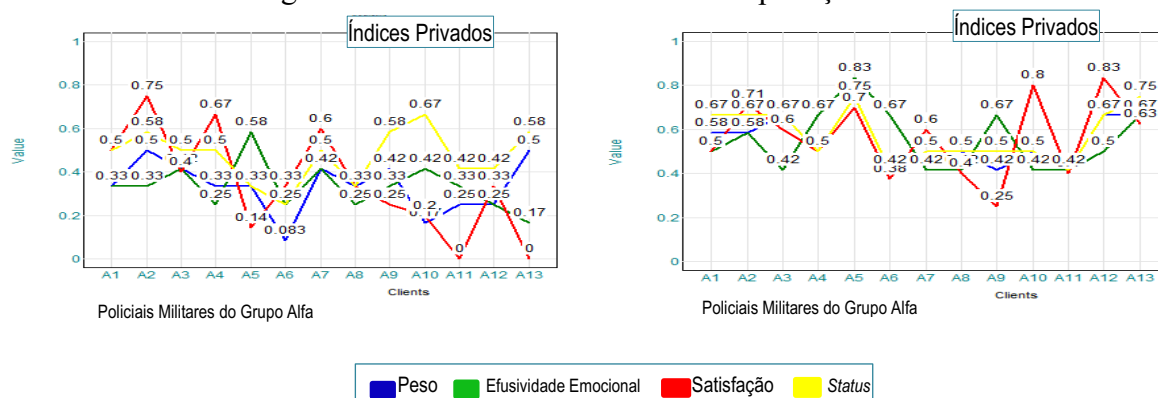
	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12	A13	(+)	(-)	Σ
A1				+	+		+		+		+	+		6	0	6
A2	+		+		+	+	+		+			+	+	7	0	7
A3	-	+		+	+		+						+	5	1	6
A4		+	+		+		+		+	+	+	+	+	8	0	8
A5	+	+	+			+	+	+		+	+	+	+	10	0	10
A6	+	+	+	+			+	-	+		+	+	+	8	1	9
A7	+	+	+	+					+	+			+	5	0	5
A8	+		+				+			+		+		5	0	5
A9	+	+	+		+	+	+		+		+	-		8	1	9
A10	-	+	+	+			+				+			5	1	6
A11		+		+		+	+						+	5	0	5
A12	+	+	+	+			+		+				+	6	0	6
A13	+	+			+	+		+	+		+	+		8	0	8
(+)	7	7	8	6	9	5	6	6	5	6	5	8	8	86		
(-)	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1		4	
Σ	8	8	8	6	9	5	6	6	6	6	5	8	9			90

Fonte: Dados da pesquisa.

A Grade de respostas do Grupo Alfa (Figura 18) permite a visualização das escolhas individuais tanto quanto o desempenho grupal global. O grupo migrou de um total de 74 escolhas para 90. Ampliou também o número de escolhas positivas, que passou de 52 para 86 e, em contrapartida, a quantidade de rejeições decaiu de 22 para apenas 4.

Além dos dados apresentados, foi possível identificar as alterações individuais que geraram o escore global do Grupo Alfa. A Figura 19 apresenta os índices individuais na primeira e segunda aplicação respectivamente, no que se refere ao Peso, Efusividade Emocional, Satisfação e o Status dos policiais no Grupo.

Figura 19: Índices Privados – 1ª e 2ª Aplicação – Alfa



Fonte: Dados da pesquisa.

O peso se refere à quantidade de escolhas que o indivíduo recebeu dividida pelo número de pessoas do grupo, ou seja, o “**peso**” que o grupo lhe confere, o quanto este grupo o considera valioso. Assim, quanto maior for o índice (entre 0 e 1), melhor será a posição

sociométrica do policial no referido grupo a partir do critério definido. Comparando os gráficos da Figura 19, observamos que praticamente todos os integrantes elevaram seus índices, com exceção do sujeito A9, que permaneceu inalterado. Os demais obtiveram escores maiores, o que fez com que as linhas ficassem posicionadas na parte superior do gráfico.

No quesito “**Satisfação**”, quando avaliamos os índices privados no gráfico do segundo Teste Sociométrico em comparação com os índices do primeiro (Figura 19), igualmente é perceptível uma mudança de valores para maior. Destaca-se a posição de A11 e A13 que estava em zero no primeiro, passando para 0,8 e 0,83 no segundo respectivamente. Apenas dois sujeitos obtiveram escores ligeiramente diminuídos A2 (de 0,75 para 0,714) e A4 (0,667 para 0,5), e os outros três permaneceram com os mesmos índices - A1, A7 e A9.

O índice Satisfação revela a relação entre as escolhas individuais positivas e as mutualidades, de forma que quanto mais as escolhas de alguém são retribuídas, mais satisfeitos os participantes ficam. Não é possível identificar, *a priori*, a razão da diminuição ou permanência, e uma investigação mais pormenorizada deve ser realizada. Essa investigação seria possível por meio de um sociodrama específico para esse fim. Um sociodrama de “satisfação grupal” poderia ter sido realizado, embora isso não tenha ocorrido por falta de tempo e por estar fora no escopo desta pesquisa.

No cômputo geral das individualidades, o Grupo Alfa apresentou uma evolução em todas os índices. Essa análise pode ser verificada, observando-se os gráficos das Figuras 19, no qual os índices estão plotados majoritariamente na parte inferior no gráfico da 1ª aplicação (abaixo de 0,5) e na parte superior no gráfico da 2ª aplicação (acima de 0,5).

Para melhor visualização dos dados geradores dos sociogramas e dos gráficos, os valores individuais dos 13 integrantes foram alocados na Tabela 38. São os escores obtidos no Teste Sociométrico da primeira e segunda aplicação, separados nos itens peso, efusividade emocional, satisfação e *status*.

Tabela 38: Valores dos índices Privados – Grupo Alfa

PM	Peso 1	Peso 2	Efusividade Emocional 1	Efusividade Emocional 2	Satisfação 1	Satisfação 2	Status 1	Status 2
A1	0,333	0,583	0,333	0,5	0,5	0,5	0,5	0,667
A2	0,5	0,583	0,333	0,583	0,75	0,714	0,583	0,667
A3	0,417	0,667	0,417	0,417	0,4	0,6	0,5	0,667
A4	0,333	0,5	0,25	0,667	0,667	0,5	0,5	0,5
A5	0,333	0,75	0,583	0,833	0,143	0,7	0,333	0,75
A6	0,083	0,417	0,25	0,667	0,333	0,375	0,25	0,417
A7	0,417	0,5	0,417	0,417	0,6	0,6	0,5	0,5
A8	0,333	0,5	0,25	0,417	0,333	0,4	0,333	0,5
A9	0,417	0,417	0,333	0,667	0,25	0,25	0,583	0,5
A10	0,167	0,5	0,417	0,417	0,2	0,8	0,667	0,5
A11	0,25	0,417	0,333	0,417	0	0,4	0,417	0,417
A12	0,25	0,667	0,25	0,5	0,333	0,833	0,417	0,667
A13	0,5	0,667	0,167	0,667	0	0,625	0,583	0,75

Fonte: Dados da pesquisa.

No quesito *status*, nove dentre os treze participantes tiveram valores majorados, dois permaneceram inalterados e dois obtiveram uma leve diminuição. O *status* de um indivíduo no grupo reflete a sua centralidade, ou seja, o quanto ele está numa posição central em virtude de haver recebido escolhas positivas. Sendo um valor obtido pela divisão entre o número de escolhas positivas recebidas e o número de participantes, os policiais de codinome A5 e A13 dividiram a liderança e obtiveram índices de 0,75 cada qual. Todavia, pode-se afirmar que A5 alcançou uma evolução maior à medida que alterou seu *status* de 0,33 para 0,75, ao passo que A3 já possuía um *status* mais elevado no primeiro, 0,583, chegando a 0,75 no segundo.

Em síntese, o Teste Sociométrico revelou que no Grupo Alfa os indivíduos ampliaram seu peso, efusividade emocional, grau de satisfação bem como seu *status*, pela ampliação do número de vínculos e maior consistência no relacionamento interpessoal a partir da intervenção Psicodramática.

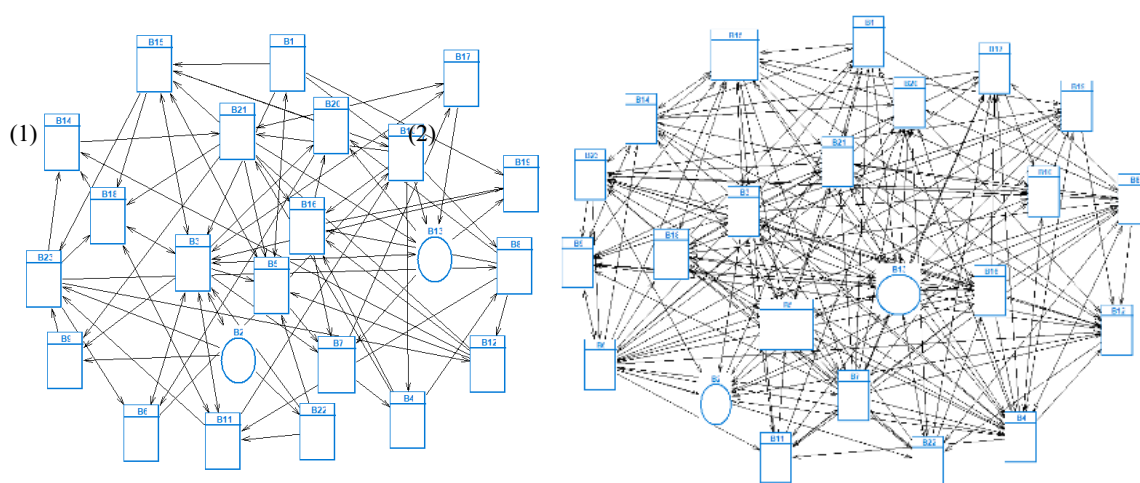
5.4.2 Teste Sociométrico – Grupo Beta

Os integrantes do Grupo Beta, constituído de 23 policiais militares, foram, aqui, identificados pelos códigos alfanuméricos B1 a B23 para garantir o anonimato. A Figura 20 apresenta os dois sociogramas produzidos nas duas aplicações do teste, uma Antes (sociograma 1) e outra Após (sociograma 2) o tratamento psicoterápico. Havia 21 homens representados por quadrados e 2 mulheres representadas por círculos. Os dados obtidos por meio do Teste Sociométrico de J. L. Moreno, aplicados no Grupo Beta, guardam alguma

semelhança com os do Grupo Alfa, especialmente no tocante às diferenças observadas entre a primeira e segunda aplicações.

Observando visualmente os sociogramas gerados a partir das escolhas, na Figura 20, é possível constatar uma quantidade maior de setas direcionadas entre os 23 integrantes na segunda aplicação em detrimento da primeira. Isso quer dizer que a quantidade de escolhas foi maior depois da intervenção psicodramática.

Figura 20: Grupo Beta - Sociogramas 1 e 2



Fonte: Fonte: Dados da pesquisa.

A leitura dos números expressos nas Grades de Respostas, Figura 21, confirma que a soma das escolhas positivas e negativas praticamente duplicou, ou seja, saltou de 130 para 258. As escolhas positivas passaram de 84 para 207, assim como as negativas de 46 para 51. Em números absolutos, as escolhas negativas também aumentaram levemente, porém o resultado foi representativamente menor, pois em termos percentuais, o número reduziu de 35,38% para 19,76%.

Dentre todos os integrantes dos grupos pesquisados, apenas duas pessoas B2 e B10 tiveram redução no número de escolhas. B2 reduziu de 15 para 7 escolhas, das quais duas foram reduções de escolhas positivas e 6 foram de escolhas negativas, o que permite inferir que o relacionamento de B2 com o grupo melhorou na medida em que reduziu as escolhas negativas.

Nesse sentido, após a vivência grupal psicodramática, B2 deixou de rejeitar seis de seus colegas. Da mesma forma B10, que teve uma redução de 6 (5 positivas e 1 negativa) para 5 escolhas, passou a ter todas escolhas positivas, refletindo igualmente a evolução no relacionamento sociométrico grupal.

As grades da Figura 21 apresentam as escolhas e rejeições realizadas pelos 23 integrantes desse grupo e refletem maior entrosamento do grupo.

Figura 21: Grupo Beta - Grade de Respostas 1 e 2

	B1	B2	B3	B4	B5	B6	B7	B8	B9	B10	B11	B12	B13	B14	B15	B16	B17	B18	B19	B20	B21	B22	B23	(*)	(†)	M	
(1)		+		+																				5	0	5	
			+		+																			4	11	15	
		+																						11	0	11	
				+																				3	1	4	
		+																							3	5	8
				+																					2	2	4
																									2	3	5
																									4	0	4
																									1	4	5
																									5	1	6
																									4	1	5
																									4	3	7
																									4	1	5
																									1	1	2
																									5	2	7
																									3	2	5
																									3	2	5
																									3	3	6
																									3	1	4
																									1	0	1
																									2	1	3
																									6	1	7
																									3	1	4
																									5	2	7
(*)	1	1	10	2	6	3	4	3	3	4	4	2	4	3	5	5	3	5	3	4	4	4	1	4	84		
(†)	0	10	0	0	1	2	2	3	1	2	4	3	1	2	0	2	3	1	2	1	2	1	3		48		
Σ	1	11	10	2	7	5	6	6	4	6	8	5	5	5	5	7	6	6	5	5	6	2	7		130		

	B1	B2	B3	B4	B5	B6	B7	B8	B9	B10	B11	B12	B13	B14	B15	B16	B17	B18	B19	B20	B21	B22	B23	(*)	(†)	M	
																									5	8	13
																									2	5	7
																									14	0	14
																									16	0	16
																									3	7	10
																									17	0	17
																									15	0	15
																									12	0	12
																									7	7	14
																									5	0	5
																									6	0	6
																									4	7	11
																									10	0	10
																									6	4	10
																									12	0	12
																									12	0	12
																									4	3	7
																									7	5	12
																									6	0	6
																									9	0	9
																									6	5	11
																									9	0	9
																									9	0	9
																									11	0	11
(*)	6	10	9	12	8	6	8	7	10	7	7	11	10	8	9	6	8	10	7	9	12	6	10	207			
(†)	1	3	4	2	0	3	4	2	2	4	3	4	0	1	1	2	5	0	3	1	2	3		51			
Σ	7	13	13	14	8	11	12	9	12	11	10	15	10	9	10	7	10	15	7	12	13	8	13		258		

Fonte: Dados da pesquisa.

Esse entrosamento pode ser verificado na Tabela 39, que apresenta os dados individuais do Grupo Beta quanto ao peso, efusividade emocional, satisfação e *status*.

Tabela 39: Valores dos índices Privados – Grupo Beta

PM	Peso 1	Peso 2	Efusividade Emocional 1	Efusividade Emocional 2	Satisfação 1	Satisfação 2	Status 1	Status 2
B1	0,0455	0,273	0,227	0,227	0,2	0	0,0455	0,318
B2	0,0455	0,455	0,182	0,1909	0,25	0,5	0,5	0,591
B3	0,455	0,409	0,5	0,636	0,636	0,429	0,455	0,591
B4	0,0909	0,545	0,136	0,727	0	0,5	0,0909	0,636
B5	0,273	0,364	0,136	0,136	0,667	0,333	0,318	0,364
B6	0,136	0,364	0,0909	0,773	0,5	0,294	0,227	0,5
B7	0,182	0,364	0,0909	0,682	0	0,267	0,273	0,545
B8	0,136	0,318	0,182	0,545	0	0,333	0,273	0,409
B9	0,136	0,455	0,0455	0,318	0	0,857	0,182	0,545
B10	0,182	0,318	0,227	0,227	0	0,4	0,273	0,5
B11	0,182	0,318	0,182	0,273	0,5	0,51	0,364	0,455
B12	0,090	0,5	0,182	0,182	0	0,25	0,227	0,682
B13	0,182	0,864	0,182	0,864	0,25	0,895	0,227	0,864
B14	0,136	0,364	0,0455	0,273	0	0,5	0,227	0,409
B15	0,227	0,409	0,227	0,545	0,4	0,333	0,227	0,455
B16	0,227	0,273	0,136	0,545	0	0,167	0,318	0,318
B17	0,136	0,364	0,136	0,182	0,667	0,5	0,273	0,455
B18	0,227	0,455	0,136	0,318	0,667	0,571	0,273	0,682
B19	0,136	0,318	0,0455	0,273	0	0,333	0,227	0,318
B20	0,182	0,409	0,0909	0,273	0	0,667	0,227	0,545
B21	0,182	0,545	0,273	0,409	0,167	0,556	0,273	0,591
B22	0,045	0,273	0,136	0,409	0	0,444	0,0909	0,364
B23	0,182	0,455	0,227	0,5	0	0,545	0,318	0,591

Fonte: Fonte: Dados da pesquisa.

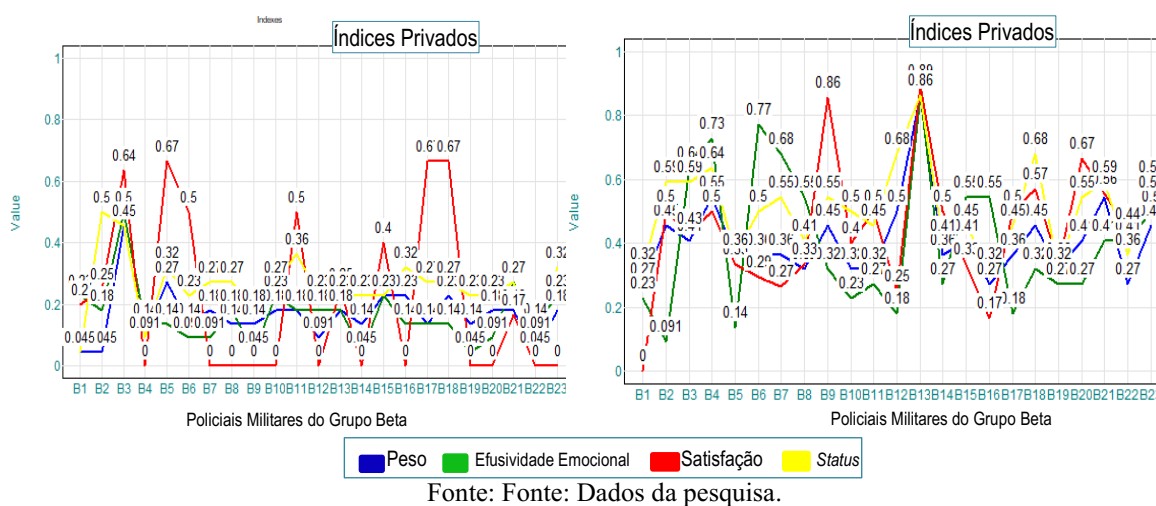
Destaca-se que a primeira medida grupal remete ao “**peso**” que o grupo confere ao integrante e é obtida a partir da quantidade de escolhas recebidas dividida pelo número de pessoas do grupo. Consequentemente, quanto maior for o índice (entre 0 e 1) melhor será a posição sociométrica do participante. Comparando os dados da Tabela 39, pode ser observado que praticamente todos os integrantes elevaram seus índices, com exceção do sujeito B3, que reduziu 0,46% seu peso, ou seja, de 0,455 para 0,409. Os outros 22 participantes aumentaram seus escores de peso, movendo as linhas para cima no gráfico.

No quesito “efusividade emocional”, os dados da Tabela 39 apontam que apenas os sujeitos B1, B5 e B10 mantiveram os mesmos valores, contrariando todos os outros 20 que os aumentaram. Esse aumento ficou mais acentuados em B13, que passou de 0,18 para 0,86 e em B6 e B7, que possuíam índices de 0,09 e mudaram para 0,77 e 0,68 respectivamente.

No tópico “Satisfação”, em que está refletida a relação entre as escolhas individuais positivas e as mutualidades, uma observação nos índices privados dos alunos no primeiro e no segundo Teste Sociométrico permite perceber a ampliação de valores de satisfação em 65,66% dos pesquisados. Logo, dos 23 integrantes, apenas 7 não ampliaram o índice de satisfação no grupo.

Como já visto anteriormente, o “*status*” de um indivíduo no grupo reflete a sua centralidade, em virtude de haver recebido mais ou menos escolhas positivas. Ao observar a evolução do Grupo Beta, fica evidenciado que, no primeiro teste, apenas B3 possuía mais de 11 escolhas, enquanto que os demais oscilaram entre 4 e 6. Já no segundo, 9 pesquisados apresentam número de escolha maior que 10. Dentre esses estão B3 com 14, B 4 com 16, B6 com 17 e B13, que acumulou a maior quantidade de escolhas, isto é, 19, tornando-se assim a estrela sociométrica do grupo. A Figura 22 apresenta os gráficos em que estão plotados os índices individuais dos integrantes do Grupo Beta nas duas aplicações, no que se refere a peso, efusividade emocional, satisfação e *status*.

Figura 22: Índices Privados – 1ª e 2ª Aplicação – Beta



Fonte: Fonte: Dados da pesquisa.

Numa análise visual dos dois gráficos, é perceptível a mudança na posição das linhas: no primeiro, concentrado na faixa de 0-0,2 e, no segundo, 0,4-0,6. Logo, o Grupo Beta apresenta evolução em todos os índices. Há uma maior quantidade de escolhas refletindo maior interação, tendo em vista serem escolhas predominantemente positivas. O Teste Sociométrico revelou que o Grupo Beta também apresentou evolução consistente no relacionamento interpessoal a partir da intervenção terapêutica com aumento no peso, efusividade emocional, grau de satisfação e *status*, pois seus integrantes estão se relacionando mais e melhor.

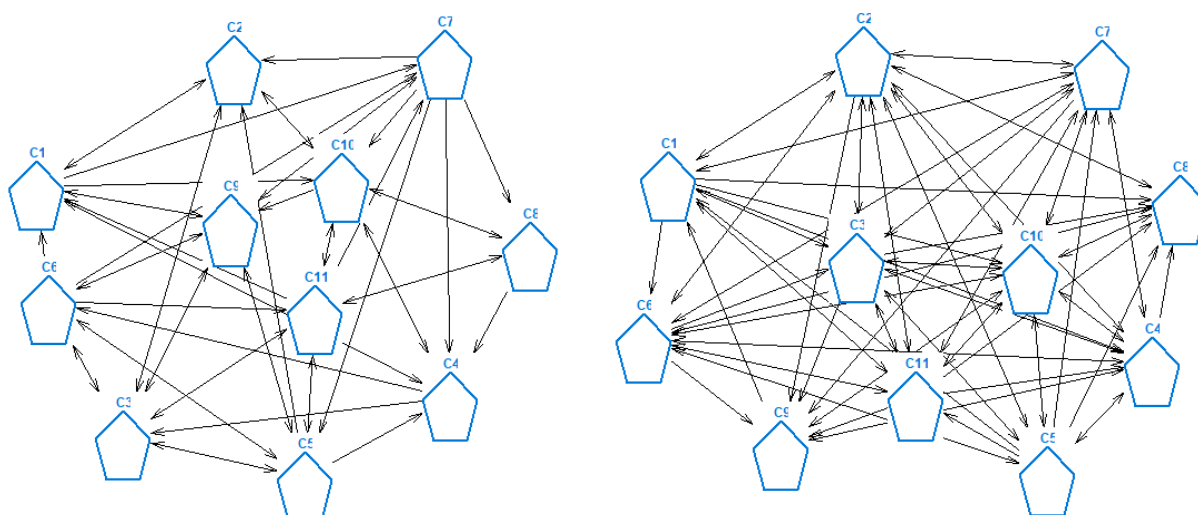
5.4.3 Teste Sociométrico - Grupo Charlie

No Grupo Charlie, composto de 11 homens, seus componentes foram, aqui, identificados pelos códigos alfanuméricos C1 a C11 e nos sociogramas representados por trapézios. Os dados obtidos foram similares aos dos Grupos Alfa e Beta, particularmente no tocante à melhora nos índices observados.

A Figura 23 apresenta os dois sociogramas produzidos a partir dos Testes Sociométricos realizados Antes (sociograma 1) e Após (sociograma 2) o tratamento psicoterápico. Sua observação permite detectar um aumento 49,18% no total das escolhas, 57,4 % nas escolhas positivas e uma redução de 16% nas escolhas negativas. Visualmente é perceptível a maior concentração de setas do sociograma 2 contrapondo ao sociograma 1. Esse aumento reflete mais vínculos em ação, ou seja, uma sociometria mais viva, mais intensa.

Segundo Moreno (2020, p. 105), esses sociogramas permitem visualizar quanta Tele está operando e, para usar a mesma metáfora que usou Moreno, é como ter dois tubos de ensaio, sendo que apenas no segundo foi usado um reagente que é a intervenção sicionômica e cujos efeitos podem ser vistos a olho nu, com a ampliação da espontaneidade contribuindo para melhoria das relações internas do Grupo Charlie.

(1) Figura 23: Sociogramas 1 e 2 - Grupo Charlie



Fonte: Dados da pesquisa.

Na observação das grades do Grupo Charlie, Figura 24, é destacada a evolução sociométrica do participante C2 que, inicialmente, recebera 3 escolhas positivas e 2 negativas

e posteriormente 10 escolhas positivas, ou seja, a unanimidade, tornando-se a estrela sociométrica grupal, seguido de perto por C3, C6, C10 e C8 com 9 escolhas recebidas.

Figura 24: Grupo Charlie - Grade de Respostas 1 e 2

	C1	C2	C3	C4	C5	C6	C7	C8	C9	C10	C11	(+)	(-)	Σ
(1) C1		+		+	-		+		+			5	1	6
C2	+		+		-	-				+		3	2	5
C3		+			+	+				+		5	0	5
C4	+		+							+	(2)	4	0	4
C5		+	+	+		+				+		6	0	6
C6	+		+		+		+		+	+		6	0	6
C7	-	+		+	+			+	+	+		6	1	7
C8				+		-				+	+	3	1	4
C9	+	-	+		+	+	+					5	1	6
C10		+	+	+		-		+	+	+		5	1	6
C11	+		+		+		+	+	+	+		6	0	6
(+)	5	5	6	5	5	4	4	3	6	6	5	54		
(-)	1	1	0	0	2	3	0	0	0	0	0		7	
Σ	6	6	6	5	7	7	4	3	6	6	5			61

	C1	C2	C3	C4	C5	C6	C7	C8	C9	C10	C11	(+)	(-)	Σ
C1		+	+	+		+	+	+		+		8	0	8
C2	+		+	+	+	+	+	+	+	+	+	10	0	10
C3	+	+		+	+		+	+	+	+	+	9	0	9
C4	-	+	+		+	+	+	+	+	+		8	1	9
C5	+	+	+	+		+	+	+		+	+	9	0	9
C6		+	+	+	+		+	+	+	+	+	9	0	9
C7	+	+	+	+		+			+	+	+	8	0	8
C8		+	-			+			-	+		3	2	5
C9	+		-	+	-		-			+		3	3	6
C10		+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	9	0	9
C11	+	+	+	+		+	+	+	+	+	+	9	0	9
(+)	6	9	8	9	5	8	8	8	7	10	7	85		
(-)	1	0	2	0	1	0	1	0	1	0	0		6	
Σ	7	9	10	9	6	8	9	8	8	10	7			91

Fonte: Dados da pesquisa.

Semelhante aos dois grupos anteriores, Charlie também foi avaliado quanto aos índices individuais e obteve melhora nos quesitos Peso, Efusividade Emocional, Satisfação e Status, conforme a Tabela 40.

Tabela 40: Valores dos índices Privados – Grupo Charlie

PM	Peso 1	Peso 2	Efusividade Emocional 1	Efusividade Emocional 2	Satisfação 1	Satisfação 2	Status 1	Status 2
C1	0,5	0,6	0,5	0,8	0,6	0,5	0,6	0,7
C2	0,5	0,9	0,3	1	1	0,9	0,6	0,9
C3	0,6	0,8	0,5	0,9	1	0,778	0,6	1
C4	0,5	0,9	0,4	0,8	0,5	0,875	0,5	0,9
C5	0,5	0,5	0,6	0,9	0,667	0,556	0,7	0,6
C6	0,4	0,8	0,6	0,9	0,5	0,778	0,7	0,8
C7	0,4	0,8	0,6	0,8	0,167	0,875	0,4	0,9
C8	0,3	0,8	0,3	0,3	0,667	1	0,3	0,8
C9	0,6	0,7	0,5	0,3	1	0,667	0,6	0,8
C10	0,6	1	0,5	0,9	0,8	1	0,6	1
C11	0,5	0,7	0,6	0,9	0,667	0,667	0,5	0,7

Fonte: Dados da pesquisa.

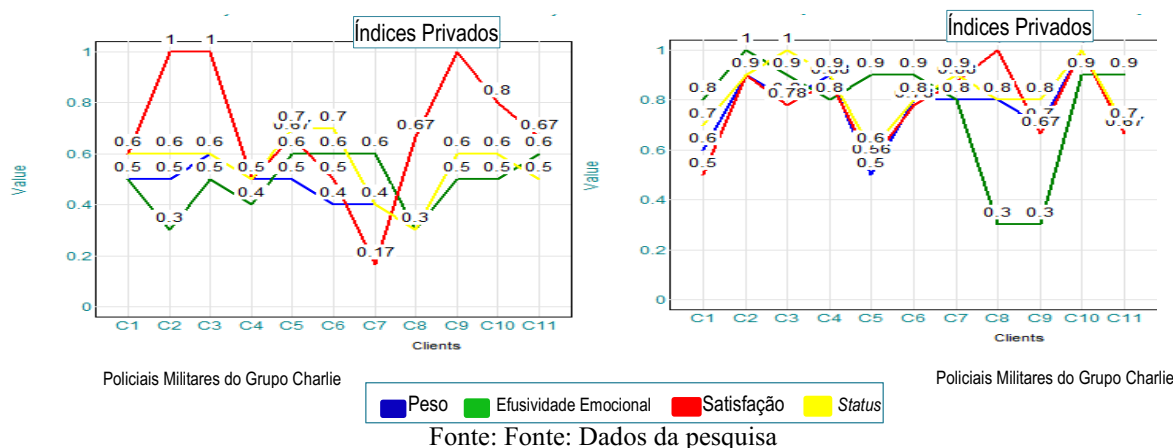
No quesito “**peso**”, obtido a partir da quantidade de escolhas recebidas em relação ao número total, no Grupo Charlie, C5 manteve-se inalterado, enquanto todos os demais aumentaram. Portanto, não houve redução.

Houve redução com C9 no quesito Efusividade. A “efusividade emocional” é avaliada a partir das escolhas realizadas pelo sujeito. Assim, C9 reduziu levemente sua efusividade no Grupo Charlie ao tempo em que C8 manteve-se constante nesse aspecto. Os outros 9 integrantes ampliaram, sendo que alguns ampliaram bastante, a exemplo de C2, que apresentava efusividade 0.3 inicialmente e no segundo teste atingiu o valor máximo de 1.

Assim como houve redução com C9 quanto a sua efusividade emocional, C1, C5 e C9 reduziram no quesito “satisfação” e C11 manteve sua satisfação constante. Em contraposição, todos os demais ampliaram os escores nesse quesito.

A variação Peso, Efusividade e Satisfação do Grupo Charlie pode ser observada, comparando os gráficos da Figura 25. Nesses gráficos, também estão presentes as variações dos índices individuais do *status*, isto é, a centralidade de cada membro do grupo, ou seja, o quanto ele está numa posição central a partir das escolhas positivas. Logo, de acordo com a figura, o único que rebaixou levemente seu índice foi C5 (de 0,7 para 0,6), enquanto todos os demais ampliaram. A posição de estrela sociométrica desse grupo está compartilhada por C3 e C10.

Figura 25: Índices Privados – 1ª Aplicação – Grupo Charlie

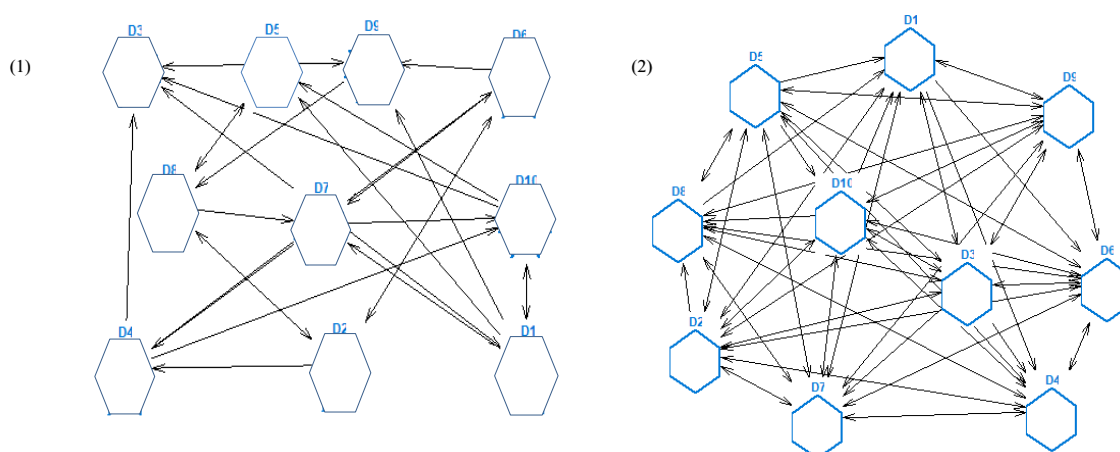


O Charlie apresenta, como os demais, evolução em todos os índices grupais. Essa melhora eleva a concentração das linhas mais para alto no gráfico da 2ª aplicação. Isso nos leva a inferir que o tratamento socionômico desenvolvido impactou positivamente os alunos da amostra da pesquisa. A melhora nas escolhas e nos índices individuais de peso, efusividade emocional, satisfação e *status* do grupo reflete a evolução consistente na sociabilização, indicativo de redução de Estresse.

5.4.4 Teste Sociométrico – Grupo Delta

No Grupo Delta, formado pelo conjunto de 10 policiais militares, seus membros foram identificados com os códigos alfanuméricos D1 a D10 e representados por losangos nos sociogramas. A Figura 26 apresenta tais sociogramas, com os desfechos dos testes aplicados Antes (sociograma 1) e Após (sociograma 2) as intervenções. Os dados obtidos expressam melhoria nas relações intragrupo devido ao aumento dos índices de escolhas (concentração maior de linhas) na segunda aplicação quando comparada à primeira.


Figura 26: Sociogramas 1 e 2 - Grupo Delta




Fonte: Dados da pesquisa.

A Figura 27 apresenta a grade de respostas do Grupo Delta. Nessa grade, podem ser confirmadas as informações de que: a) a soma das escolhas totais praticamente triplicou, com um aumento de 266%, b) a soma das escolhas positivas avançou em 288% e, c) houve redução de 33,33% nas escolhas negativas. As escolhas negativas reduziram de 3 para apenas 2, representando 2,5% do total. Interessante destacar que 4 dos 10 integrantes obtiveram, no segundo teste, 9 das 9 escolhas possíveis, e outros 3 obtiveram 8 das 9 escolhas possíveis. Obter a unanimidade das escolhas ou a quase unanimidade é um fenômeno raro de se encontrar em testes aplicados a grupos, quer sejam eles grandes ou pequenos, e o Grupo Delta o apresentou quatro vezes.

Figura 27: Grupo Delta - Grade de Respostas 1 e 2

(1)		D1	D2	D3	D4	D5	D6	D7	D8	D9	D10	(+)	(-)	M
	D1			+		+		+		+	+	5	0	5
	D2				+		+		+			3	0	3
	D3	+						-		+		2	1	3
	D4			+			+				+	3	0	3
	D5	-							+			1	1	2
	D6		+					+		+		3	0	3
	D7				+						+	2	0	2
	D8		+			+		+				3	0	3
	D9			+					+			2	0	2
	D10	+		+		+		-				3	1	4
	(+)	2	2	4	2	3	2	3	3	3	3	27		
	(-)	1	0	0	0	0	0	2	0	0	0		3	
	M	3	2	4	2	3	2	5	3	3	3			30

(2)		D1	D2	D3	D4	D5	D6	D7	D8	D9	D10	(+)	(-)	M
	D1		+	+	+		+	+		+		6	0	6
	D2	+		+	+	+	+	+	+	+	+	9	0	9
	D3	+	+		+	+	+	+	+	+	+	9	0	9
	D4		+	-		+	+	+	+		+	6	1	7
	D5	+	+	+	+		+	+	+	+	+	9	0	9
	D6		+	+	+	+		+	+	+	+	8	0	8
	D7	+	+	-	+	+	+		+	+	+	8	1	9
	D8	+		+	+	+	+	+		+		7	0	7
	D9	+	+	+		+	+	+	+		+	8	0	8
	D10	+	+	+	+		+	+	+	+		8	0	8
	(+)	7	8	7	8	7	9	9	8	8	7	78		
	(-)	0	0	2	0	0	0	0	0	0	0		2	
	M	7	8	9	8	7	9	9	8	8	7			80

Fonte: Dados da pesquisa.

Igual ao que ocorreu com os demais grupos, o Delta foi aferido individualmente quanto a Peso, Efusividade Emocional, Satisfação e *Status*. A evolução desse grupo superou a evolução dos outros 3 três, de acordo como a Tabela 41. Esse grupo apresenta quatorze valores de índices igual a 1, isto é, quatorze vezes o valor máximo. É possível destacar os alunos D3, D6 e D7, que obtiveram valores máximo em três dos quatro quesitos.

Tabela 41: Valores dos índices Privados – Grupo Delta

M	Peso 1	Peso 2	Efusividade Emocional 1	Efusividade Emocional 2	Satisfação 1	Satisfação 2	Status 1	Status 2
D1	0,222	0,778	0,556	0,667	0,4	0,667	0,333	0,778
D2	0,222	0,889	0,333	1	0,667	0,889	0,222	0,889
D3	0,444	0,778	0,222	1	1	0,778	0,444	1
D4	0,222	0,889	0,333	0,667	0	1	0,222	0,889
D5	0,333	0,778	0,111	1	1	0,778	0,333	0,778
D6	0,222	1	0,333	0,889	0,333	1	0,222	1
D7	0,333	1	0,222	0,889	0	1	0,556	1
D8	0,333	0,889	0,333	0,778	0,667	0,857	0,333	0,889
D9	0,333	0,889	0,222	0,889	0,5	1	0,333	0,889
D10	0,333	0,778	0,333	0,889	0,333	0,75	0,333	0,778

Fonte: Dados da pesquisa.

Partindo da ideia de que o índice “peso” se refere ao valor atribuído ao indivíduo no grupo, Delta apresentou, antes da intervenção psicodramática, todos os índices alternando entre 22%, 33% ou 44%. Ninguém obteve valor maior ou igual a 0,5, que equivale à metade das possibilidades. Além disso, após a intervenção, todos alternaram entre 77,8%, 88,9% e

100%. O peso é a razão entre a quantidade de escolhas recebidas e o número total de escolhas possíveis.

No campo da “efusividade emocional”, que é a razão entre escolhas individuais positivas e mutualidades, apenas D1 possuía um índice acima de 0,5. Todos os demais estavam com valores de 0,11, 0,22 ou 0,33. Porém, na segunda testagem, D1 e D4 subiram para 0,667, enquanto os demais subiram para 0,778, 0,889 ou 1. No Grupo Delta, a efusividade aumentou consideravelmente.

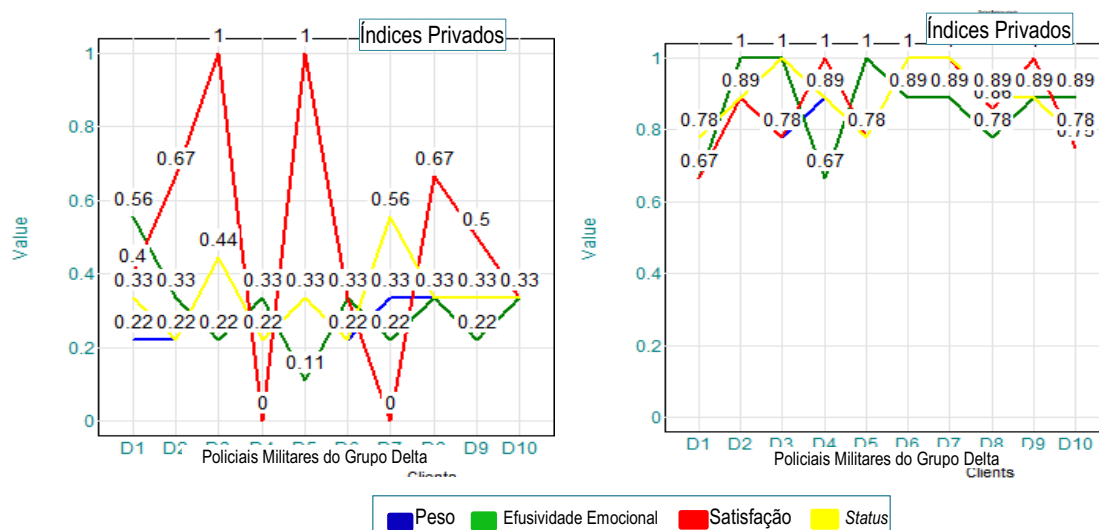
Dos índices plotados na Tabela 41, apenas dois, referente à Satisfação, mais precisamente os de D3 e D5, manifestaram redução de 100% para 77,8%. Os demais aumentaram. Cabe o destaque para a oscilação da satisfação de D4 e D7, que apresentaram valor mínimo (zero) no primeiro teste e valor máximo (um) no segundo.

Se na efusividade D1 era o único que apresentava valor maior que 0,5, no quesito *status* este lugar ficou com D7 (0,556), pois todos os demais apresentaram índices abaixo de 0,5 no primeiro teste. Por outro lado, na segunda aplicação, o quesito *status* comportou-se semelhante ao do peso, com todos os índices superiores a 0,778.

Merece destaque a ocorrência de trinta e quatro mutualidades positivas.

A avaliação dos gráficos dos índices individuais de Delta, na primeira e segunda testagem (Figura 28), permite constatar visualmente a melhora na interação. É notório observar a distribuição das linhas que marcam os quesitos, pois no gráfico 2 esse item está bem acima da linha média (0,5), enquanto que no gráfico 1 encontra-se abaixo.

Figura 28: Índices Privados – 1ª Aplicação – Grupo Delta



Fonte: Dados da pesquisa.

O Teste Sociométrico revelou que o Grupo Delta apresentou evolução consistente nos índices privados dos participantes, demonstrando melhoria no relacionamento interpessoal e constitui-se como o grupo que mais evoluiu a partir da intervenção Psicodramática.

Conforme apresentado, os escores individuais nos índices de Peso, Efusividade Emocional, Satisfação e *Status* apresentado pelo conjunto dos integrantes dos Grupos Alfa, Beta, Charlie e Delta, no Teste Sociométrico de J. L. Moreno, foram consideravelmente maiores após a intervenção, ficando confirmada a hipótese número oito desta pesquisa acerca da eficácia da Socionomia na redução dos sintomas de Estresse em policiais militares.

5.5 DESEMPENHO INDIVIDUAL – ÁTOMO SOCIAL

Foi dos achados do Teste Sociométrico que surgiu o conceito de átomo social e dos achados do Teste da Espontaneidade, o conceito de “átomo cultural, que era visto como padrão das relações de papéis” (MORENO, 2020, p. 192). Assim, está posta, pelo criador da Socionomia, a correlação entre relacionamento humano e papéis. Sendo o papel uma unidade de conduta, sempre que há um relacionamento, este se dá por meio de um papel.

A partir dos papéis, o ser humano relaciona-se com um volume considerável de pessoas, de pouca ou nenhuma importância afetiva, a que Moreno chamou de “volume de conhecidos”. Também se relaciona com um volume pequeno de pessoas significativas, para as quais “projeta suas emoções” e, à medida que os membros desse grupo, por sua vez, projetam também suas emoções em relação a ele, vai se constituindo o átomo social”. A linha divisória entre os estranhos e o volume de conhecidos é tênue, ao passo que a linha divisória entre o volume de conhecido e o átomo social é clara.

Segundo Moreno (2020, p. 189-192), é possível fazer um diagnóstico de um indivíduo pelo “modo de padronização do átomo social”, assim como um grupo pode ser diagnosticado “do ponto de vista do tipo de átomos que produz”. Todo átomo é baseado num critério de acordo com o objetivo a ser alcançado, buscando gerar informações verdadeiras e válidas (p. 153-155).

Para a pesquisa com policiais, o critério utilizado foi definido visando pesquisar as pessoas significativas, isto é, seus vínculos afetivos. E, no total, foram recolhidos 55 pares de átomos sociais, pois 2 integrantes não puderam comparecer ao penúltimo encontro. Totalizam, portanto, 110 desenhos analisados. Pela dificuldade de apresentar os 110 desenhos e relatar as

João, no primeiro desenho, limita-se a sete pessoas de sua família nuclear (avó materna, mãe, namorada, irmão e irmã, avô paterno e pai). No segundo átomo, além de ampliar expressivamente a quantidade para dezoito círculos, na maioria deles foi alocada mais de uma pessoa, a exemplo de “Amigas da Andréa, Karina e Andréa” ou “ex-sogra Carlos e ex-Sogra Terezinha”.

Destaca-se que João passa a incluir em seu círculo “pessoas que não lembro agora” e “muitas pessoas que virão”. Do ponto de vista sociométrico, essa ampliação demonstra uma maior capacidade de estabelecimento de vínculos, com mais abertura social em que estão atuando os fatores Tele, Espontaneidade e Criatividade. No momento em que João inclui a possibilidade de “muitas pessoas que virão”, há a indicação de que está disponível para ampliar essa rede sociométrica, demonstrando o desejo de que sejam muitos os novos vínculos.

Para cada vínculo, João desenvolve um papel distinto. Assim, no desenho 1, estavam apenas sendo apresentados os papéis de neto, filho, irmão e namorado. Agora, porém, amplia esses papéis para diversos outros, como o de ex-genro, ex-namorado, colega de trabalho, sobrinho, amigo de trabalho etc. João dispõe as pessoas de forma mais expansiva no papel, ocupando mais espaços de sua vida. A utilização de cor no segundo desenho é outro fator importante, pois utiliza um tom avermelhado para colorir e destacar os papéis mais significativos. No primeiro átomo, João destaca 7 pessoas e no segundo 24, sem mencionar as “incontáveis” pessoas que não lembra e as muitas pessoas que virão.

Além disso, no primeiro átomo, João mantém-se na conserva cultural da imagem do átomo da química e, na segunda, cria outra formatação mais adequada a si, em que se coloca no centro e estabelece linhas de ligação entre cada elemento e o Eu. Quem disse que um átomo social tem que ser desenhado com círculos concêntricos? Não poderia ser representado num desenho como alguém segurando diversos balões? Essas indagações indicam sua criatividade em ação.

Destaca-se também o modo como João desenha-se no primeiro e no segundo átomos. Desenha-se, originalmente, como um ponto e passa, a seguir, a ser um círculo bem maior, refletindo sua autoimagem e autoestima. Outro destaque verificado refere-se à posição das pessoas. Inicialmente, todas se encontravam alinhadas em diagonal, a nordeste de si mesmo. Já no segundo átomo estavam espalhadas, ocupando 360 graus em torno de si mesmo. Agora, João está cercado de pessoas significativas para si mesmo.

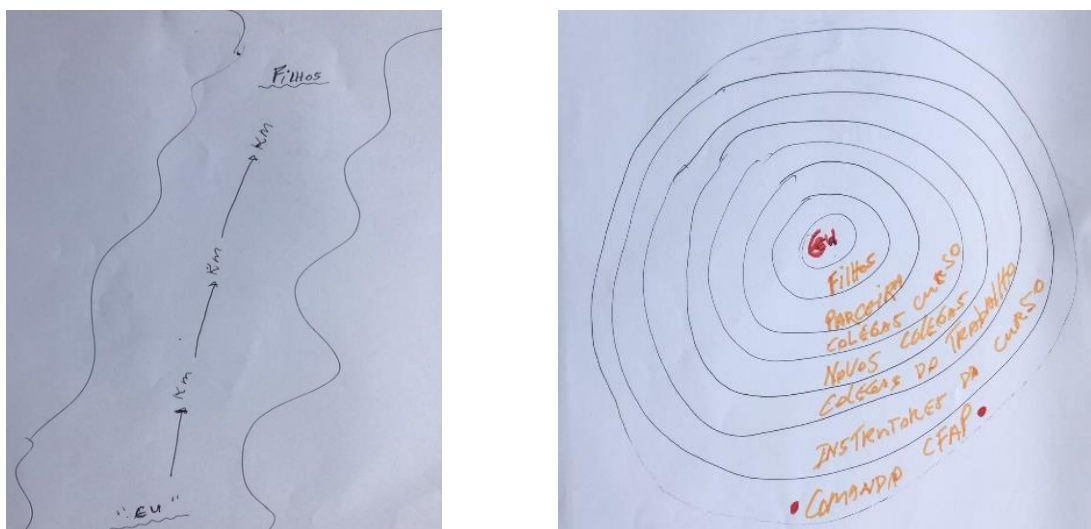
5.5.2 Análise do Átomo Social de Pedro

No caso do segundo aluno, aconteceu o mesmo fenômeno: uma ampliação no número de vínculos e uma forma bem distinta de expressão.

Na Figura 30, Pedro foca exclusivamente na sua relação/distância dos filhos. Expressa essa relação por meio do desenho de um caminho com muitos quilômetros de distância entre eles. Pedro está, de fato, distante dos filhos, já que está em Florianópolis fazendo o curso de formação, e os filhos estão na cidade de origem. Porém, apesar da distância geográfica, Pedro expressa a distância afetiva também reinante entre ele e os filhos e a pobreza da relação pai/filhos, apesar do afeto. No *sharing* dessa atividade, Pedro respira fundo e desabafa: “*estou muito longe dos meus filhos*”

Durante as intervenções e em distintos momentos, Pedro destaca mudanças nas relações com os filhos e percebe vários aspectos em que ele, no papel de pai, precisa mudar para com o filho. Um desses momentos foi quando Pedro se dá conta que estava obrigando sua filha adolescente a frequentar o Colégio Militar. Num dado momento da intervenção, Pedro relembra que, quando jovem, odiava que seus pais o obrigassem a cumprir coisas que ele detestava, embora estivesse fazendo o mesmo com a filha. A garota havia passado em dois processos seletivos para o ensino médio nos dois melhores colégios de sua cidade, sendo que

Figura 30: Primeiro e segundo Átomo Social de Pedro



Fonte: Material produzido por Pedro durante a intervenção.

num deles havia concorrido e ganhado uma bolsa integral de estudos. Iria estudar num dos melhores colégios da cidade sem precisar pagar e por seus próprios méritos. Pedro afirmou:

“eu ia fazer uma burrice obrigando ela a fazer o colégio militar, quando na verdade quem quis ser policial fui eu, e eu não posso obrigar meus filhos a seguirem meus passos”. Atitudes como essa, em que Pedro tem empatia para se colocar no lugar da filha e sentir o que ela estaria sentindo, bem como inverter papéis para avaliar os sentimentos dela, fizeram com que se aproximasse afetivamente dela e vice-versa.

Já no segundo desenho, os filhos aparecem muito próximos, na primeira camada, e muitas outras pessoas são acrescentadas. No átomo 1, Pedro apresenta apenas os filhos (total de 3) e mostrou-se restrito ao papel de pai. No segundo, amplia para 7 camadas, em que há muitas pessoas, incluindo colegas de trabalho, colegas de curso, instrutores e o próprio comando do CEFAP. Pedro também passa a utilizar cores em seu desenho, utilizando-se do laranja e do vermelho para tal.

A exemplo de João, Pedro está aberto a novos vínculos relacionais, pois incluiu, na quarta camada de seu átomo, os ‘novos colegas’. Essa predisposição para ampliar os vínculos e se socializar representa, sem dúvida, indicadores de redução de estresse, conforme teorizam Lipp e Moreno.

5.5.3 Análise do Átomo Social de José

José é um rapaz jovem, muito bonito e com a característica de ser muito contido e tímido. Fala sempre baixo com pouquíssimas palavras, quase monossilábico de forma que o seu SIM é, muitas vezes, apresentado apenas com movimento de assentimento com a cabeça. Seu sorriso é igualmente tímido, não se permitindo a manifestações de alegria mais expansivas, como uma gargalhada, por exemplo. Igualmente quando está chateado sua raiva é totalmente contida, manifesta numa tensão na boca, porém sem palavras. Mantém prevalentemente uma aparência de seriedade. Por outro lado, os colegas demonstram sempre muito apreço e consideração por José, que parece não se dar conta disso, preferindo ficar mais isolado e calado. Ainda que seja uma figura silenciosa, José é bastante percebido por todos.

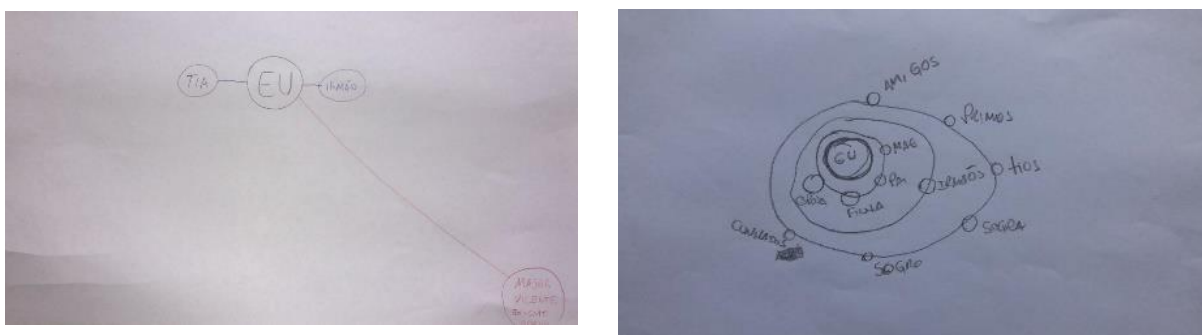
Seu primeiro desenho reflete essa característica de pessoa de “poucos amigos”, quando apresenta no átomo social apenas duas pessoas, seu irmão e seu tio, com vinculação positiva e um ex-comandante com vinculação de rejeição.

À medida que as sessões foram transcorrendo, José resgata sua criatividade e espontaneidade de forma que seu potencial relacional se amplia, culminando com a figura do segundo átomo social mais ampla.

Merecem destaques nos átomos de José, na Figura 31:

- a) a inclusão de amigos. Os amigos aparecem no plural, e embora não se saiba ao certo quantos são, foi possível verificar durante as sessões que vários deles estavam ali, naquela sala. Vínculos novos sendo formados ao tempo em que os inimigos eram superados (comandante);
- b) a inclusão de sua família expandida (primos, sogra e sogro). A presença dos pais é frequente nos átomos sociais das pessoas, porém chamou a atenção o fato de José haver excluído tanto o pai quanto a mãe;
- c) a exclusão da esposa no átomo. É frequente que a família nuclear seja expressa em camadas próximas ao sujeito. No entanto, José deixa de fora a esposa. Seu isolamento social era extremo. Estava isolado até mesmo da família;
- d) o fato de José passar a incluir a mãe e o pai. José se sensibilizou bastante na sessão em que se trabalhou com a figura da criança e de autoridade;
- e) a exclusão do ex-comandante que aparecia com forte carga de rejeição. A figura de autoridade foi trabalhada, em especial, no sociodrama e
- f) a inclusão da filha. José não havia feito referência à filha até esse momento. Considera-se significativa essa inclusão no segundo átomo de um dos seus vínculos mais fortes.

Figura 31: Primeiro e segundo Átomo Social de José



Fonte: Material produzido por José.

No compartilhamento, José destaca que utilizou o lápis vermelho para representar o ex-comandante por ser uma cor que expressa, para ele, raiva e ódio. Perguntado sobre isso no segundo desenho, José ri e diz que “*agora não odeio mais ninguém*”. E acrescenta: “*Continuo não gostando dele, mas ele não é mais importante para minha vida. Ele não vale a pena*”.

O resgate da espontaneidade permite a José “dar uma resposta nova a uma situação antiga” que, conforme Moreno (1975), exemplifica o conceito de criatividade. José passa a considerar outros papéis de sua vida como o de pai, marido, genro e amigo. De acordo com Moreno (1975), “é o EU que emerge dos papéis e não o contrário”, logo José passa a incorporar outros aspectos do seu EU, até então embotados.

- pai, mãe e noiva aproximaram-se;
- filho e enteado foram incluídos no primeiro nível;
- incluídos os animais de estimação e
- o número de amigos triplicou, passando de 5 para 15.

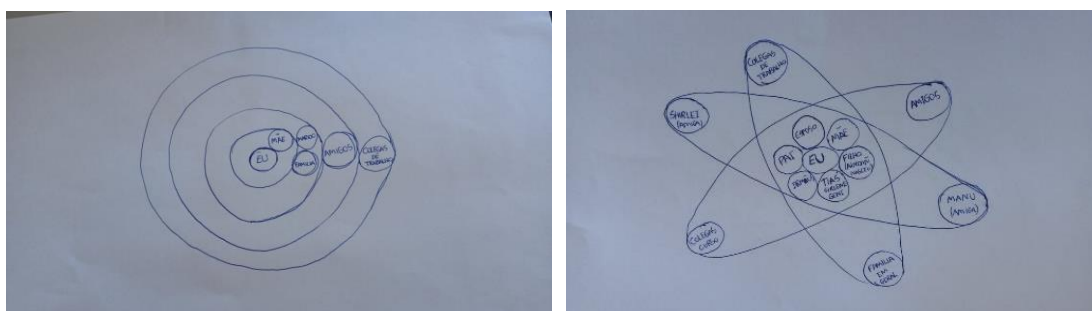
Além desses itens, há mais diferenciação da qualidade das relações de Manoel, pois aloca os vínculos em 5 camadas, e não apenas em 3.

5.5.5 Análise do Átomo Social de Maria

Maria é uma mulher jovem, muito bonita e sorridente. Apresenta como característica marcante ser simpática. Expressa sua alegria e felicidade com facilidade. Maria faz parte do grupo de participantes que não apresentou estresse na primeira testagem, mas que solicitou sua inclusão na pesquisa, por considerar a proposta interessante e manifestar interesse em fazê-la como “*um trabalho preventivo*”.

Maria tem facilidade de comunicação, é sociável e extrovertida. É cooperativa e exerce uma liderança natural no grupo de alunos. Mesmo com essas características, Maria apresenta um átomo social com poucos vínculos.

Figura 33: Primeiro e segundo Átomo Social de Maria



Fonte: Material produzido por Maria.

Maria apresenta um átomo com quatro camadas, sendo que na primeira está apenas sua mãe. A partir da segunda camada, a única pessoa discriminada foi o marido, pois as demais estão agrupadas nas categorias genéricas de “família”, “amigos” e “colegas de trabalho”. Essa é uma configuração atípica porque, em geral, pessoas extrovertidas e sociáveis, como Maria,

tendem a apresentar átomos com muitas pessoas e com maior grau de detalhamento. Contudo, isso apenas irá aparecer no segundo átomo de Maria, no qual ocorre a mudança.

O segundo átomo mostra a aproximação de pessoas no mundo afetivo e sociométrico de Maria, com a presença da mãe, pai, duas tias, os irmãos, esposo e, merecendo um destaque, um filho que Maria pretende ter no futuro. Nas outras camadas, Maria discrimina as duas amigas “Manu” e “Shirle”, bem como inclui a categoria “colegas do curso”, diferenciando-as dos “colegas de trabalho” e “amigos”.

Outro aspecto a ser destacado na análise do material gráfico de Maria diz respeito à “liberdade de expressão”. Mais papéis passam a ser representados, a saber, o de sobrinha, irmã e amiga no curso. O segundo produto é mais expressivo, alocando, com convicção, as pessoas importantes de sua vida bem próximas ao núcleo, inclusive o filho que ainda não foi gerado - desejo e projeto sendo incorporados a sua vida. Para Moreno (1975), Maria está no ‘*role-taking*’ de seu papel de mãe.

5.5.6 Análise Quantitativa dos Átomos Sociais

Aos participantes da pesquisa, foi solicitado que desenhassem o seu átomo social no primeiro e no último encontro, ou seja, antes e após a intervenção psicodramática. Cada desenho foi individualmente avaliado qualitativamente, conforme demonstrado nos itens 5.5.1, 5.5.2, 5.5.3, 5.5.4, 5.5.5. A análise quantitativa, no que se refere ao número de vínculos apresentados, foi realizada a partir dos vínculos registrados e dos dados submetidos à avaliação estatística, usando o modelo linear simples.

Os modelos lineares constituem-se em generalização dos testes de hipótese mais simples, pois ao se usar uma regressão linear, esta só poderia ser utilizada para análise de dados em que as duas variáveis (variável preditora e variável resposta) são contínuas e o modelo linear não impõe essa limitação, de modo que é possível o uso tanto de variáveis contínuas como categóricas, sem distinção.

O modelo linear geral, em comparação por pares, mostrou variação positiva de 5.553 na média do número de vínculos entre a primeira e a segunda aplicação do Átomo Social, baseado nas médias marginais estimadas para $p < 0,05$ (0,000). Isso quer dizer que HÁ uma diferença estatisticamente significativa entre o número de vínculos apresentados no átomo social dos participantes da pesquisa ($n = 57$) ou ainda que é possível afirmar, com 95% de

confiança, que os policiais militares ampliaram seus vínculos com pessoas significativas após o tratamento psicológico, conforme está demonstrado na Tabela 42.

Tabela 42: Comparação entre desfechos do Átomo Social 1 e 2

Comparação aos Pares – Medida 1						
(I) Vínculos_AS_1	(J) Vínculos_AS_1	Diferença Média (I-J)	Erro padrão	Sig. ^b	95% Intervalo de Confiança p/ Diferença ^b	
					Limite Inferior	Limite Superior
1	2	5,553*	1,005	,000	3,528	7,577
2	1	-5,553*	1,005	,000	-7,577	-3,528

Baseado nas médias marginais estimadas

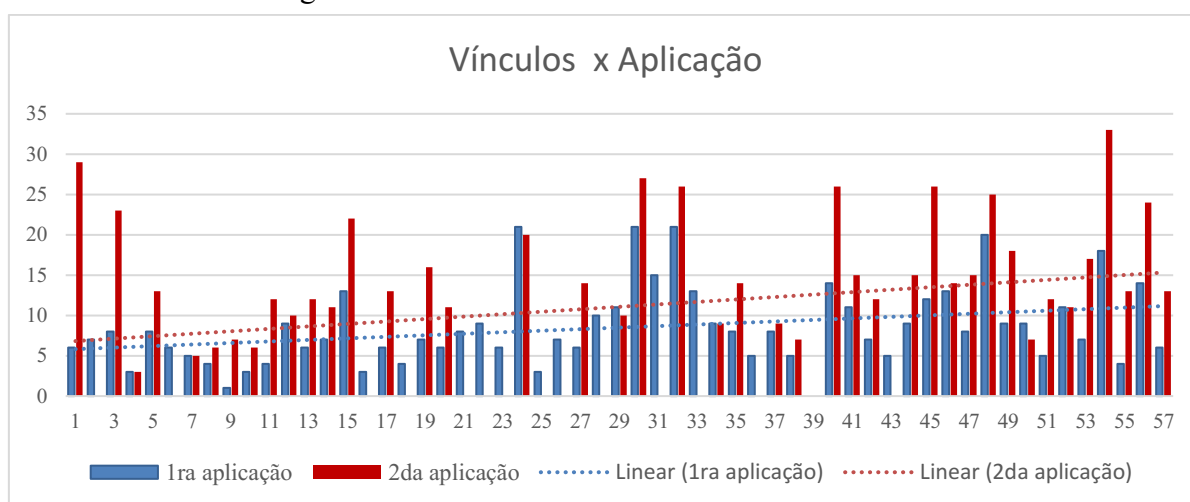
*A diferença média é significativa no nível 0,05

b. Ajustes para múltiplas comparações: Sidak.

Fonte: Dados da Pesquisa a partir do SPSS 22.0.0.0

Na Figura 34, estão apresentados os dados dos desfechos do número de vínculos, expressos nos átomos sociais dos 57 sujeitos da pesquisa em forma de gráfico, onde as linhas azuis apresentam a quantidade de vínculos antes do tratamento e as linhas vermelhas depois. É possível perceber que as linhas vermelhas são maiores que as azuis na maioria dos sujeitos.

Figura 34: Desfechos do Átomo Social 1 e 2/alunos



Fonte: Dados da Pesquisa a partir da planilha Excel.

Com base nos dados apresentados tanto na análise qualitativa quanto na quantitativa ficou evidenciado que a média dos escores individuais do número de papéis desempenhados pelos sujeitos apresentados no Átomo Social foi maior nos grupos 1, 2, 3 e 4 após a intervenção socionômica. Assim, fica confirmada a hipótese número nove desta pesquisa acerca da eficácia da Socionomia na redução dos sintomas psicológicos do Estresse em policiais militares do estado de Santa Catarina.

6 APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS RESULTADOS QUALITATIVOS

A análise qualitativa foi realizada a partir do volume de material físico resultante das sessões - incluindo fotos, áudios e materiais gráficos produzidos pelos alunos -, do volume de conteúdos manifestos durante as vivências (atitudes, falas, gestos e imagens), do volume de emoções expressas, bem como pelos depoimentos e avaliações dos participantes. Todas as sessões foram analisadas segundo o protocolo de processamento de Peter Kellermann (1978).

A pesquisadora encontrou-se com os policiais sessenta e duas vezes. Destas, somente 56 geraram relatos de sessões, pois diziam respeito à intervenção. Esses 56 encontros foram subdivididos em 4 grupos, totalizando 14 para cada grupo experimental (Alfa, Beta, Charlie e Delta).

A sociodinâmica de cada um dos 56 encontros foi única porque o número de pessoas variou, porque as psicodinâmicas são individuais e porque o Psicodrama prioriza o momento e a ação, de forma que um encontro socionômico nunca se repete. Porém, as atividades propostas aos quatro grupos foram, semanalmente, semelhantes, isto é, os mesmos jogos aplicados, os mesmos aquecimentos inespecíficos e as mesmas atividades propostas, buscando manter semelhança entre os grupos.

Todos os encontros foram gravados, transcritos e analisados, gerando grande volume de material. Esse material é constituído de textos de descrição e análise e material coletado (desenhos, escritos, fotos etc) e está em posse da pesquisadora e devidamente guardado.

Para efeito desta tese, serão apresentados catorze encontros como recurso de demarcação didática de conhecimento para os resultados expressivos identificados no conjunto dos 57 encontros que validarão a Socionomia nesta pesquisa. Os 14 encontros visam caracterizar o que ocorreu em cada semana de atividade. Os relatos serão alternados entre os quatro grupos de forma a manter a representatividade do conjunto da obra. A análise será realizada durante e após o relato.

6.1 RELATO DAS SESSÕES

No primeiro encontro, foi estabelecida uma rotina de chegada ao CEFAP. A sala destinada ao trabalho era no segundo andar do prédio. A rotina consistia em ir até o primeiro andar, apresentar-se na “sala de apoio” e solicitar que abrissem a sala. Um monitor encarregou-se da tarefa e acompanhou a diretora até a sala indicada, depois foi concedida

permissão para que a diretora recebesse a chave, um apagador, duas canetas para quadro branco e o controle remoto do ar condicionado, devolvendo-os ao término de cada atividade. Em alguns encontros, os monitores não estavam na sala apoio, de sorte que não se tinha acesso à chave. Era necessário aguardar alguém chegar ou então sair à procura de quem pudesse auxiliar.

O Comando da PM concedeu, por empréstimo, uma máquina fotográfica/filmadora para fazer os registros dos eventos. Todavia, como a filmagem não foi autorizada pelo grupo, a máquina não foi utilizada, sendo devolvida à PM.

No primeiro encontro, a diretora - nome técnico de quem dirige uma sessão de psicodrama - chegou ao local 30 minutos mais cedo e recebeu a sala disposta com cadeiras e carteiras em formato auditório, com um número de unidades duas vezes maior que o necessário para aquele grupo. Na sequência, a diretora reorganizou a sala retirando algumas carteiras a fim de deixar apenas o número necessário de cadeiras dispostas em semicírculo. As carteiras e cadeiras excedentes ficaram num canto da sala. Esse procedimento repetiu-se 55 vezes durante os trabalhos. No primeiro encontro com cada grupo, os participantes estranharam, pois estavam acostumados com o leiaute de sala de aula convencional e imaginavam que assim seria.

Merece destaque a maneira formal e rígida com que os alunos foram chegando ao grupo. Todos entraram fardados, usando botas, coberturas⁷⁷ e os que portavam cinto de guarnição⁷⁸, dele se despiam, assim que entravam na sala. A maioria, ao chegar à porta, parava, batia continência e, em voz alta, pedia permissão para 'adentrar ao recinto' e só o fazia após a permissão ser concedida pela diretora. Ela, ao contrário, os recebia com um abraço caloroso, o que fez considerável diferença na relação entre eles, e dessa maneira dá-se início à formação de um vínculo que, mais adiante, se mostraria apto à empatia e à Tele.

À medida que o trabalho se inicia, os papéis de diretora e paciente vão se constituindo. Cada qual está na fase inicial do *role-playing* dos papéis, quando ainda não é possível dispor de toda a espontaneidade e criatividade, e os papéis são desempenhados dentro da conserva cultural, apresentando menor flexibilidade. O *role-taking* do papel de diretor foi iniciado na aprovação do projeto de pesquisa, e o do paciente, no aceite de participação na pesquisa.

⁷⁷ Tipo de quepe utilizado pelos alunos da PMSC.

⁷⁸ Cinturão contendo arma, cacetete, rádio e elemento de trabalho dos policiais. (Fonte Sargento Marineusa, participante do grupo).

Com o propósito de preservar ainda mais a identidade, os grupos não foram identificados, e os participantes foram apenas numerados ou nominados aleatoriamente.

6.1.1 1º Encontro – ÁTOMO SOCIAL

Esse encontro teve por objetivo, além das apresentações, fazer o contrato grupal, aliviar as tensões da primeira vez e realizar o Átomo Social com o propósito de avaliar a dinâmica das relações sociométricas e o grau de envolvimento social. Essa atividade foi repetida no penúltimo encontro.

Aquecimento Inespecífico: Sendo, efetivamente, o primeiro encontro entre a pesquisadora e Grupo Experimental, a mesma inicia fazendo uma apresentação pessoal mais ampla e respondendo às perguntas que lhe eram formuladas. Explana sobre o propósito da pesquisa de modo sucinto e informal. Na sequência, procede ao contrato com o grupo, quando são reafirmados os termos do TCLE e é firmado o “pacto de sigilo” entre todos os integrantes. Fica evidente que a explanação e o compromisso de sigilo deixam o grupo mais engajado para o trabalho. Inicia-se, então, o aquecimento físico. Efetivamente, a primeira atividade realizada foi a preparação da sala para a criação do espaço cênico, ou seja, o espaço terapêutico, resultando na alteração do leiaute da sala, conforme já descrito.

Sobre o aquecimento físico, Perazzo (1999) afirma que embora existam diferentes tipos de iniciadores (corporal, emocional e ideativo), esses operam sempre em conjunto, mesmo que aparentemente um deles predomine inicialmente. Nesse encontro, predominou os iniciadores corporais. Foi solicitado que os participantes levantassem e caminhassem pela sala para fazer o “reconhecimento da área” ao tempo em que eram dadas *consignas* para que encontrassem um local de conforto e, de pé, iniciassem um relaxamento dos membros inferiores, tronco membros superiores e cabeça. Cada parte foi listada.

Era visível a forma ‘tensa’ e ‘dura’ com que se apresentavam e o estranhamento para que tomassem contato com o próprio corpo numa situação de relaxamento. Chama a atenção o fato de se posicionarem de pé, em posição militar, ou seja, com as pernas entreabertas, eretos, e mãos cruzadas nas costas, na altura da cintura. Evitavam olhar diretamente para a diretora, dirigindo a visão para frente. Estavam agindo a partir da conserva cultural, com baixa espontaneidade. Na vida militar, quanto alguém tem que ficar de pé, sempre o faz em ‘posição de sentido’ e a posição de ‘descanso’ é feita com as pernas entreabertas e mãos cruzadas nas costas.

A diretora solicita que alguém do grupo comande um exercício de relaxamento, ao que foi prontamente atendida sem maiores esforços. Essa tarefa lhes parecia fácil de desempenhar, apesar da vergonha inicial de “dirigir” a atividade. Aos poucos, a diretora solicita que outros comandem os exercícios.

O próximo movimento da sessão foi buscar conhecer o grupo por intermédio de uma leitura sociométrica grupal. Para tal e, após estarem levemente mais descontraídos, os participantes são solicitados a ocupar um lugar na sala de acordo com as perguntas e indicações apresentadas, permitindo o mapeamento sociométrico, obedecendo aos seguintes critérios:

- a) casados à direita da diretora e solteiros à esquerda;
- b) homens ao fundo da sala e mulheres à frente;
- c) os que são pais a leste e os sem filhos a oeste da diretora;
- d) os que se consideram mais racionais ao norte, mais emocionais a leste, mais intuitivos ao sul e os mais pragmáticos a oeste da diretora e
- e) os que praticam esportes na água posicionam-se atrás da diretora; na terra, em frente a ela; ao lado direito ficam os que preferem esportes no ar e ao lado esquerdo, os que não praticam nenhuma atividade esportiva.

Essa última *consigna* suscitou muitos erros, confusões e gargalhadas, na medida em que muitos diziam que praticavam de tudo, outros que eram obrigados a praticar. Assim, entre risos e piadas, foi refeita a *consigna* para “qual esporte você realiza como *hobby*? Os resultados, reunidos em cinco grupos, foram: o da água – predomínio da natação, o do ar – predomínio do paraquedismo, o da terra – predomínio do futebol, o do grupo do “nada”, isto é, não pratica nenhuma atividade além de jogos eletrônicos e, por último, posicionado no meio da sala, o grupo dos que fazem tudo – um pouco e até muito de vários esportes.

Apesar de a diretora haver proposto apenas 4 divisões (ar, terra, água e nenhum esporte), o grupo criou outras possibilidades. Apareceu o conjunto dos que faziam “tudo” e o dos esportes “eletrônicos”. Era o próprio grupo manifestando-se, e imediatamente a diretora refez sua *consigna* a partir das diretrizes impostas pelo grupo. Na Socionomia, o diretor dirige a atividade a partir da direção apontada pelo grupo. Daí ser uma abordagem fenomenológica.

Aquecimento específico: Aproveitando o clima de risos e com o intuito de aprofundar as apresentações e introduzir a atividade seguinte, a diretora solicita que se apresentem “sem palavras”. De fato, não se ouviam mais palavras, porém os risos aumentavam à medida que um tentava adivinhar as mímicas do outro. Essa atividade foi proposta aos pares. Assim, o

grupo ficou pronto para seguir e passou-se para a atividade seguinte. A proposta da atividade aos pares está embasada na proposta de buscar a integração e, ao mesmo tempo, respeitar a etapa do desenvolvimento grupal. Segundo Yozo, a primeira etapa do grupo é a do Reconhecimento do Eu-Eu (realizada com exercícios individuais), e a segunda etapa é a do Eu-Tu. O grupo pode, então, começar a reconhecer o outro, o parceiro de grupo. Reconhecer-se no novo papel de paciente no grupo e reconhecê-lo no novo contrapapel – colega de terapia.

Dramatização: Cada qual sentou-se em uma cadeira de frente para uma carteira quando recebeu uma folha de papel branco tamanho A4. Ao centro da sala, foram disponibilizados diversos lápis coloridos e seu uso liberado a todos. Foi pedido que pensassem em suas vidas e as imaginassem na folha branca. Deveriam pensar nas pessoas importantes em suas vidas naquele momento. Não importava se era uma relação positiva ou negativa, passada, presente ou até mesmo futura. O critério era ser importante.

Após pensarem nas relações, deveriam imaginar a si mesmos como um átomo, em cujo núcleo está o próprio dono do átomo e as pessoas seriam alojadas de acordo com o grau de importância, de forma que as mais importantes ficariam mais próximas do núcleo e as menos importantes, mais distantes do núcleo. Deveriam lembrar da ideia de elétrons, cuja força de atração define a proximidade/distância com o núcleo do átomo. E assim procederam. Ato contínuo, os átomos foram apresentados ao grupo suscitando surpresas, lágrimas, reflexões e *insights*.

Compartilhamento: Após a apresentação, o grupo compartilhou os sentimentos, pensamentos e percepções desse primeiro encontro. Surgiram palavras positivas de “*surpreendente*”, “*agradável*”, “*um tempo para a gente pensar na gente*”, “*não imaginava que seria tão bom*”, “*reflexivo*”, “*descontraído*”, “*gratidão*”.

O Encontro foi encerrado no horário previsto, confirmando-se a data do próximo e todos os participantes despedindo-se com carinho.

A utilização da técnica do Átomo Social no início dos trabalhos tem por objetivo fazer o registro antes da intervenção para poder compará-lo com o momento final do tratamento, conforme o objetivo desta pesquisa. Além do levantamento de conteúdo rico acerca dos sujeitos, a técnica contribuiu para diversas reflexões, dentre elas está a constatação da forma como os policiais relacionam-se, oscilando entre a formalidade e um certo grau de “despojamento desconfiado”. A necessidade de integrar essas partes bem como ampliar o grau de espontaneidade foram objetivos terapêuticos traçados após essa sessão.

Nessa perspectiva, a elaboração do Átomo Social durante o processo psicoterapêutico promoveu a contextualização da rede sociométrica na qual cada policial está inserido e proporcionou ao diretor conhecer as conservas culturais vigentes no meio social do qual o indivíduo faz parte, bem como possibilidades de estimulação de respostas criativas e espontâneas. Simultaneamente, o diretor pôde acessar aspectos referentes à individualidade dos participantes e promover intervenções voltadas à promoção do vínculo terapêutico e à familiarização com as técnicas psicodramáticas.

Importante destacar que, no início, os alunos depositaram toda autoridade na figura do diretor e se colocaram em posição hierarquicamente inferior a ela. A solicitação para que alguns alunos coordenassem os exercícios fez parte da proposta da terapeuta para minimizar a assimetria relacional, bem como para iniciar um empoderamento desses alunos como coconstrutores do trabalho psicoterapêutico.

Vários depoimentos dos alunos acerca de seus próprios átomos e dos átomos dos colegas poderiam ter sido mais aprofundados e explorados. No entanto, não foi possível esse aprofundamento em decorrência da carga horária estabelecida para a atividade, faltando tempo para permitir maior exploração.

A técnica do Átomo Social foi realizada por meio do desenho, tendo em vista não apenas apresentar facilidade de execução, pois demanda somente de papel e lápis coloridos, como também de avaliação e sua eficácia em revelar aspectos das relações sociométricas de cada indivíduo. O registro gráfico permitiu a comparação quando de sua reaplicação no penúltimo encontro.

6.1.2 2º Encontro - PSICOGRAMA

A atividade do segundo encontro teve por objetivo aprofundar o vínculo e realizar, por meio da Técnica do Psicograma, uma leitura dos papéis desempenhados, visando investigar a quantidade e qualidade dos papéis que estão sendo desenvolvidos pelos integrantes.

Todos foram chegando, tomando acentos e assinando a lista de presença.

A diretora preparou novamente a sala para a criação do espaço cênico, ou seja, o espaço de dramatização, para o qual dispôs as cadeiras em forma de círculo, mantendo as mesas atrás das suas respectivas cadeiras. Alguns militares foram chegando, desligando os telefones celulares, despindo casacos extras ou cinto de utilidades. O despir-se das coberturas

e cintos é importante como demarcação de mudança de papel, saindo do papel de aluno do curso de sargentos e entrando no papel de pacientes de um grupo de psicodrama. Um aluno chegou armado e imediatamente desarmou-se, alojando sua arma no fundo da sala, longe do alcance de todos.

Aquecimento Inespecífico: Foi solicitado que levantassem e caminhassem pela sala, procurando tomar conhecimento do corpo. Imaginando-se descalços, deveriam experimentar caminhar com firmeza, como se estivessem em marcha no asfalto, suavemente na grama, na areia quente da praia, sobre cacos de vidros, em uma nuvem. Depois, prestando a atenção nas pernas e quadril, fazer alguns movimentos e girar em torno da cintura, flexionar os joelhos, dar pequenos chutes para colocar pernas e quadril em movimento.

Na sequência, deveriam tomar consciência da barriga e tórax, expandindo-os com inspirações longas e encolhendo-os com expiração também longa, repetindo esse exercício algumas vezes. Deveriam, também, tomar consciência dos braços, movimentando-os de maneira livre, sentindo-os, bem como as mãos e ombros. Os alunos comandaram breves exercícios de relaxamento.

Após o aquecimento, ao grupo, levemente descontraído, é solicitado tomar lugar nas cadeiras com uma carteira. Foi utilizada a técnica dos iniciadores. Iniciadores são, no dizer de Almeida (1998, p. 27), “estimulações internas ou externas ao indivíduo voluntárias ou involuntárias, físicas ou mentais, utilizadas para o aquecimento (*warm-up*) de forma a sensibilizá-lo e introduzi-lo no desempenho espontâneo e criativo dos papéis na dramatização pretendida”.

Aquecimento Específico: Sentados em seus lugares, a diretora solicitou que fechassem os olhos e visualizassem em suas mentes o que iria ser orientado. Com voz suave e pausando a cada passo, a diretora diz: *“você é um bebê e neste momento está no berço. Você se limita a dormir, chorar, respirar, mamar e fazer as necessidades fisiológicas... À medida que vai crescendo... imagine-se com 3 anos... além de respirar, mamar, agora você anda e brinca com brinquedos com outras crianças, já fala, come pelas próprias mãos [seguem-se outras atividades relativas a essa idade]. Agora você tem 9 anos... além de tudo isso agora você vai para a escola, agregou o papel de estudante, arruma seu quarto, eventualmente pode ir comprar algumas coisas, tem amigos no colégio etc. E segue crescendo... agora tem 19 anos... Além de tudo isso você acrescentou o papel de namorado(a)... talvez já trabalhe e já tenha um papel profissional... quem sabe até já é marido (esposa)...bem...agora você tem 25 anos...além de tudo aquilo agora é policial, seu papel profissional, além de ser filho(a), ou*

pai (mãe)... talvez seja genro, irmãos etc. [E continuam as orientações] Assim, você vai crescendo e acrescentando papéis na vida... até o dia de hoje.

Para Cukier (1992), pode ser de grande ajuda para o diretor utilizar as visualizações. Essas favorecem a montagem de personagens por serem ricas em associações de forma que podem ser usadas na percepção das emoções trazidas e podem ser aprofundadas por outras técnicas psicodramáticas, tal como a do psicodrama interno. De forma similar, a respiração, ou seja, a consciências dela, em seus diferentes ritmos, facilita a conscientização das partes do corpo, preparando-o para a etapa da dramatização.

Dramatização: Seguindo o aquecimento específico relatado, o grupo foi conduzido a pensar na sua vida atual a partir dessas falas: *“Que papéis você desempenha hoje? Pai? Mãe? Esposa(o)? Filho? Sargento? Amigo? Enfim, pense em todos os papéis que desempenha hoje. Agora pense em quanto tempo da sua vida você gasta em cada um deles. Talvez sinta mais prazer em um papel do que em outro... Visualize, neste momento, a sua vida como se fosse uma pizza, dividida em fatias, cada qual tem seu sabor e seu tamanho... cada fatia é um papel que você desempenha hoje... quando estiver com essa imagem pronta... abra os olhos e utilizando essa folha que foi colocada à sua frente, desenhe essa pizza, indicando, para cada papel, o tamanho e o sabor que tem...”*

E assim fizeram essa atividade. Então, as pizzas foram apresentadas ao grupo, suscitando comentários dos colegas e perguntas.

A técnica do Psicograma com o desenho das pizzas foi realizada considerando sua versatilidade e facilidade de execução, pois demanda apenas de papel e lápis coloridos. Ela foi repetida no penúltimo encontro e foi utilizada para averiguar a quantidade e qualidade dos papéis no momento atual da vida dos policiais. A técnica permitiu *insights* cognitivos para quase todos os participantes, como por exemplo:

- *“estou impactada com o tamanho da fatia da PM”;*
- *“Me dei conta (com lágrimas nos olhos) de que a saudade da família e o desejo de fazer mais outros papéis estão bem grandes”;*
- *“gostei de fazer a atividade, mas não gostei da minha pizza”;*
- *“preciso mudar urgente e não coloquei nenhuma fatia para mim mesmo”;*
- *“foi difícil pensar na minha vida”;*
- *“estou brabo de ver o quanto de tempo o curso está tomando da minha vida”;*

É partir de depoimentos como esses que se avalia a eficácia da técnica no que tange ao Reconhecimento do Eu. Cada um vai se percebendo e tendo *insights* cognitivos acerca dos papéis que desempenha, não apenas na quantidade, como também na qualidade. Essa tomada de consciência permite reflexões que levam o indivíduo a dar uma resposta nova para a situação. Esse reconhecimento ocorre também ao observarem os desenhos dos colegas, e como alguns conseguem dividir melhor a “pizza”, pois o reconhecimento do EU ocorre simultaneamente ao reconhecimento do TU.

Compartilhamento: Após a apresentação, o grupo compartilhou os sentimentos, pensamentos e percepções desse segundo encontro. Surgiram palavras positivas como, “*Foi muito bom novamente*”, “*reflexivo*”, “*surpreendente*” etc. Bustos (1999) traz a palavra compartilhamento (*sharing*) e afirma que o objetivo dessa etapa é não falar do protagonista, mas de si mesmo. O compartilhamento não é apenas um ato de compartilhar experiências e sentimentos de sua própria vivência, mas é no compartilhamento que os aspectos similares com o protagonista ou algum colega podem ser revelados. Foi o caso de um militar que expressou: “*quando [nome do colega] falou, me identifiquei de cara, pois também fiquei feliz em fazer a minha pizza, mas, assim como ele, estou dando pouco tempo pra família*”. Nessa etapa, podem também surgir conflitos que deverão ser trabalhados nas próximas sessões.

No cômputo geral, o grupo utilizou pouca diversidade de cores de lápis, alguns participantes utilizaram apenas a sua própria caneta esferográfica e seus desenhos refletiram poucos papéis desenhados. A maioria apresentou o papel profissional como o de maior volume quanto ao número de horas dedicado e menos horas para a família, menos que o desejado.

Esse encontro foi encerrado com 5 minutos de atraso e, em seguida, foi confirmada a data da próxima reunião. Todos os participantes se despediram expressando mais afeto comparado ao momento de sua apresentação na chegada. Não apenas abraçaram a diretora mais espontaneamente, como também esboçaram alguns abraços entre si. De fato, ficou perceptível nesse encontro que o grupo começou a ficar mais unido.

6.1.3 3º Encontro - PSICODRAMA

Toda a rotina de buscar chave e materiais e, depois, devolvê-los repetiu-se. Nesse encontro foi oferecido um copo de água para a coordenadora. A mesma prepara a sala para a sessão, porque inicialmente pretendia realizar um jogo dramático. Contudo, devido às falas

iniciais dos alunos durante o aquecimento, o encontro tomou outro foco. Pela telessensibilidade, a diretora identifica outras emoções “no ar” e também parte delas.

Por ser fenomenológica, a sessão psicodramática parte do fenômeno, pois como escreveu Moreno (1983), na página 154, “uma fonte importante de informação são as experiências subjetivas, pessoal, do indivíduo”, e mais adiante acrescenta: “percebi que seria injusto para o momento e para as pessoas a minha volta se eu não compartilhasse com elas daquele momento e se eu não me expressasse do modo como o exigiriam a situação e as necessidades presentes das pessoas ali reunidas”. Dessa forma, o psicodramatista sempre ouve seu protagonista, quer seja ele uma pessoa ou um grupo.

Para dar mais fluidez à leitura do relato serão utilizados nomes fictícios para os participantes.

Aquecimento Inespecífico: A diretora inicia a sessão, confirmando as presenças e ausências, uma vez que alguns dos alunos estavam no *stand* de tiros. A aluna Marina se antecipa, afirmando que veio hoje, mas que talvez não venha mais, pois os dois primeiros encontros a mobilizaram muito. “*Fiquei muito reflexiva*” e “*muito mexida*”. Propõe que fale sobre isso e pergunta aos demais como sentiram e vivenciaram as duas primeiras sessões. O participante Jurandir fala que foram ótimas e que o fez pensar bastante sobre a sua vida e como estava dividindo o seu tempo entre os seus diferentes papéis. Manifesta que não deseja que Marina saia, mas, ao contrário, diz a ela que está sendo muito bom e que “*com certeza sairemos melhores do que chegamos*”.

Na sequência, Gilberto apresenta-se para falar que, apesar de concordar com a Marina sobre ter saído muito mexido da sessão passada, repensou seus papéis e que a partir dali mudou um pouco a sua maneira de pensar. Ricardo entra para afirmar que desde a semana passada começou a olhar para o curso de outro modo, expressando isso em seu relato: “*sei que estou aqui porque quero e que posso fazer o curso com um olhar mais otimista, buscando ver o que o curso pode me trazer de bom*”. A diretora pergunta se alguém tem algo mais a falar e Garibaldi diz que está muito feliz com as sessões, pois está aprendendo muito. Já Henrique diz que não pôde vir na semana passada porque estava em outra atividade no CEFAP, mas que sentiu falta do encontro.

O grupo manifesta que está muito tenso, já que os integrantes estão demasiadamente preocupados com uma prova muito difícil que terão que prestar nesse mesmo dia à noite.

A diretora, aproveitando esse momento do aquecimento, perguntou se Marina gostaria de falar mais sobre “ter ficado mexida”, e ela responde de sim, porém não naquela

sessão. A diretora respeitou e verificou se alguém tinha algo para trabalhar naquele dia, e Beatriz apresentou-se como protagonista. Na sequência, perguntou se mais alguém tinha algo para compartilhar com os colegas e se concordariam em trabalhar a Beatriz. Após a concordância de todos, teve início o Aquecimento Específico. Nessa atividade, é importante destacar que o diretor não apenas leve em consideração suficientemente os aspectos de dinâmica de grupo e de sociometria no início da sessão, como também considere que os demais protagonistas em potencial sejam contemplados e cuidados (KELLERMANN, 1998).

Aquecimento Específico: A diretora iniciou a atividade, fazendo uma entrevista com a protagonista. O tema apresentado por ela foi a “administração do tempo”. Disse que o ritmo dela era diferente do da filha, especialmente quando estão em casa após o curso. Beatriz afirmou “*eu não tenho paciência com a minha filha*”. A filha, de 6 anos, deseja um tempo para, juntas, fazerem a tarefa escolar. Beatriz considera que a filha está na fase da alfabetização e que esse é um momento importante para a menina. Diz que quando está ensinando, a mesma quer fazer as tarefas devagar, pintando e desenhando, e ela tem muitas outras coisas para fazer. Carlos decide dar-lhe uns conselhos sobre outras formas de lidar com a menina, mas a diretora percebe que isso não faz eco na protagonista. A diretora propõe, então, a dramatização, utilizando a técnica da cena aberta.

É durante o aquecimento específico que o diretor deve encaminhar a entrevista inicial com o protagonista de forma a coletar um volume suficiente de informações de caráter anamnésico, sintomático e ou de outros dados clínicos essenciais, embora o tempo dedicado para tal não deva ser muito longo e nem muito curto. Deve, ainda, permitir que o protagonista tenha liberdade para selecionar o foco a ser explorado, identificar adequadamente outras preocupações, assim como mensagens não verbais do protagonista, e levar tudo isso em conta na dramatização.

Dramatização: Beatriz localiza o lugar onde a filha Maria está estudando e escolhe a colega Lisa para representá-la. Localiza a mesa de estudo de sua casa, com duas cadeiras no palco psicodramático. A diretora atualiza a cena no espaço e tempo psicodramáticos: é noite, 19h, na sala da casa de Beatriz. E a cena inicia. A diretora pede que Beatriz assuma o papel da filha que se apresenta, solicitando à mãe para pintarem juntas. Com a Inversão de Papéis, Beatriz, no seu papel, inicia a tarefa de pintar com a filha, e Lisa assume o papel de Maria.

A técnica da Tomada de Papéis é trazida pela diretora com o propósito de, além de coletar informação sobre Beatriz, coletar também informações sobre Maria, para que o Ego auxiliar Lisa, possa desempenhá-lo. Nesse instante, a diretora pede que parem a cena e solicita

a Beatriz um solilóquio, ela diz: “*estou pensando nas outras coisas que tem para realizar*”. Então, a diretora solicita que liste as tarefas e Beatriz diz “*tenho que tomar banho e dar banho na Maria, rever a mochila dela, arrumar a minha agenda, jantar, colocar a Maria para dormir e depois ir estudar.*”

Cuckier clarifica que a técnica do solilóquio “consiste em se pedir ao paciente que “pense alto”, como se fosse possível haver um alto-falante em sua cabeça” (1992, p. 47). A diretora solicita a cada um do grupo que assuma o papel de um dos pensamentos de Beatriz. Dessa forma, um colega toma o papel de pensamento sobre banho, outro o pensamento sobre mochila, outro sobre agenda, sobre jantar, sobre dormir e outro colega toma o papel de pensamento sobre estudar. Todos os colegas, como ego-auxiliar de Beatriz, assumem os papéis de pensamentos e a rodeiam.

A cada momento que Maria pede para pintar os ‘egos-pensamentos’, quase que ao mesmo tempo, falam “em sua cabeça”. Beatriz se agita e se angustia com a cena. A diretora “congela” a cena e pergunta o que ela pode fazer. Como Beatriz não vê alternativas, a diretora pede para outro ego assumir o papel de Beatriz e faz um espelho para ela, retirando-a da cena para que possa se ver naquele lugar. De fora, Beatriz se diz impotente, que “*é mesmo assim que acontece e eu não tenho alternativa*”.

De acordo com Moreno, a “técnica do espelho” foi criada a partir da observação das crianças no momento da vida em que se olham no espelho e se reconhecem e começam a tomar consciência de si, distinguindo-se do mundo ao seu redor. Assim, nessa técnica, é permitido ao paciente que se “olhe de fora”, como um observador, e veja como desempenha aquele determinado papel, naquele específico momento, como interage com seu contrapapel. Beatriz fez isso e, ao se ver representada, percebe sua impotência.

Fora da cena, Beatriz se distancia emocionalmente, e a diretora a leva para a cena 2 em que ela está como policial, diante de vários bandidos, representados por outros colegas como egos-auxiliares. Ela está armada, e eles também. A diretora pede que Beatriz diga como poderia matá-los, sem morrer. Beatriz, sorrindo e bem naturalmente, diz que “*só matando um por um, um de cada vez, senão eu morro*”, mas não se dá conta da extensão da sua afirmação.

A diretora solicita, então, aos ‘egos-auxiliares-bandidos’ que se coloquem no lugar, em forma de fila indiana. Beatriz ri e diz que assim é fácil. A diretora troca os “egos-auxiliares-bandidos” pelos “egos-auxiliares-pensamentos”, e ela consegue ter um *insight* se dando conta que é a mesma coisa. Percebe que ao colocar os “bandidos” em fila indiana poderá matá-los um a um, mas se tentar matar todos ao mesmo tempo, ela morre. Beatriz faz um gesto com a

mão sem perceber, sendo que o braço estendido, dedos abertos e a palma para baixo. A diretora percebe e focaliza no gesto. Os dedos representam os bandidos (um para cada dedo), ou seja, representando cada dedo uma tarefa e com os dedos unidos, em forma de “bater continência” representa os bandidos em fila indiana. O grupo se alegra com a imagem da mão, pois todos se reconhecem nesse gesto familiar. Beatriz tem uma grande surpresa e diz “*nunca mais vou me esquecer disso*”.

Na sequência, partiu-se para o fechamento, com a checagem da resolução da cena. A diretora solicita que voltem à cena primária. Ela com a filha e as tarefas por fazer. Beatriz tem outra postura, pois vai criando uma sequência para as tarefas. Coloca os “egos-auxiliares-pensamentos” em fila indiana, a partir de suas prioridades, ou seja: 1- fazer o dever, 2 - ver a mochila, 3 - agenda, 4 - banho, 5 - janta, 6 - colocar a filha para dormir e, por último, estudar. Dessa forma, ela consegue perceber que quanto mais tentar fazer “tudo ao mesmo tempo”, mais se atrapalha, mais se angustia, mais se estressa. Foi visível a mudança ocorrida em Beatriz: estava mais aliviada, expressão de rosto serena, conseguia sorrir e conseguiu ver alternativas.

Espontaneamente, o grupo começa a se identificar com o que foi trabalhado, trazendo seus *feedbacks* e marcando o início do compartilhamento. Ao perceber que a cena se esgotara, a diretora desmonta o cenário, cada qual se desfaz do seu papel psicodramático e volta ao seu papel grupal, iniciando um compartilhamento que foi considerado muito rico.

Ao solicitar que os egos auxiliares assumissem o papel de “pensamentos”, a diretora utilizou a técnica da concretização, em que, segundo MENEGAZZO (1995, p. 58), é permitido levar a “corporificação e a espacialização no cenário psicodramático daquilo que se encontra no imaginário do protagonista. Assim, um sintoma, um pensamento adquirem forma concreta”. Essa técnica orienta a busca do papel e do vínculo em conflito na medida em que permite o desempenho no contexto do “como se”. Foi o que ocorreu com Beatriz, tendo em vista que a concretização permitiu que ela exteriorizasse o que estava interno em sua mente, seu conflito no papel de mãe, concorrendo com demais papéis.

Apesar de ser a primeira vez que ocorreu uma cena, o grupo não apresentou maiores dificuldades em entrar nos contrapapéis a que foram designados. Desempenharam com o grau de espontaneidade que cada um possuía naquele momento. Ainda estavam mais “dependentes” do modelo e orientações da diretora. De fato, na fase inicial do *role-playing*, os papéis são mais rígidos e há imitação de modelos. A diretora percebeu um variado grau de espontaneidade entre os egos e que alguns se limitavam a ‘copiar’ outros.

Compartilhamento: Marina, Lisa, Alfredo, Gilberto, Ricardo e diversos outros disseram sentir a mesma situação e dão-se conta do quanto é “*necessário fazer a tal fila indiana*”. Marina fez um importante depoimento, alegando que se emocionou, que gostou muito e que, portanto, vai continuar. O grupo apoia e vibra com a decisão de Marina. Como os participantes tinham uma prova do curso na sequência da sessão, a diretora propôs fazer um relaxamento para buscar a calma interior e a paz para realizarem bem a prova. Lembrou que a prova era mais um “bandido”, e que a partir de agora seria o primeiro “dedo” da fila indiana. Todos riram e, batendo continência, olharam para os seus polegares [primeiro da fila indiana] com humor “*é pequeno, mas é difícil de matar*”. Essa sessão foi finalizada com o já quase tradicional abraço de despedida.

6.1.4 4º Encontro - JOGO DRAMÁTICO

A diretora pega as chaves, arruma as carteiras e cadeiras e aguarda o grupo que chega aos poucos e com algum atraso, pois os integrantes estavam em atividades externas. Os que chegaram na hora ficaram conversando mais animadamente. São visíveis o nível de entrosamento, a leveza das expressões e a conversa mais intimista. Assim, iniciou-se a sessão, após a espera pelos demais participantes.

Aquecimento Inespecífico: Como o grupo já estava mais enturmado, a diretora optou por não pedir o aquecimento corporal de caminhar e relaxar. A sessão iniciou-se com uma conversa informal sobre medo de falar em público, assunto que estava sendo discutido numa conversa paralela entre Abel e Júlio. Os participantes perguntam a opinião da diretora e ela relata a sua experiência de superação do medo de falar em público. George diz que precisa perder a vergonha de falar em público.

De acordo com Almeida (1998, p. 29-35), há no psicodrama diversos iniciadores. Os iniciadores físicos remetem ao exercício da ação; os intelectivos buscam desenvolver habilidades criativas; já os iniciadores temáticos partem de uma temática específica, geral ou dirigida; como nesse caso dos policiais militares. Os iniciadores sócio-relacionais procuram acolher o grupo para as etapas da sessão; os psicoquímicos, para fins de percepção, pensamento e imaginação incomum; os fisiológicos, a partir dos sentidos e dos toques; e os iniciadores mentais ou psicológicos buscam acolher o grupo por meio do imaginário e de simbolismos. A partir do que o grupo apresentou, a diretora optou por um aquecimento temático.

Aquecimento Específico: A diretora começa refletindo sobre a palavra “perder”, que na verdade, nesse sentido em que está sendo aplicada, refere-se ao “enfrentamento e desenvolvimento do papel”.

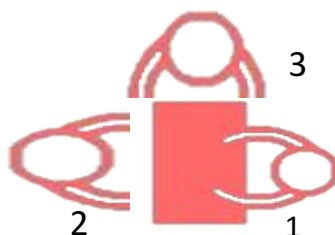
O grupo todo interessa-se pelo assunto, e seus integrantes imediatamente iniciam perguntando sobre o tema. A diretora prossegue refletindo sobre o desenvolvimento dos papéis e sobre o *Self*. A partir daí, faz uma atividade prática com o grupo para que “experimente o seu *self* em ação”, colocando-os frente a frente a longa, média, curta e curtíssima distância. O grupo pode então compreender na vivência o *self* em ação com sua expansão e retraimento. De acordo com Cukier (2002, p. 268), *self* é o “Eu autêntico, aquilo que o indivíduo realmente é, que possibilita a originalidade e a espontaneidade no desempenho de seus papéis.” O *locus* do *Self* é a espontaneidade, e esta, o catalisador da criatividade que permite a evolução dos papéis. O tema desenvolvimento dos papéis surge para a próxima etapa.

Dramatização: A partir daí, o grupo debate e vários membros relatam experiências sobre o assunto. Na sequência, a diretora propõe um jogo dramático: o jogo dos palitos⁷⁹. Após a aprovação do grupo, formam-se subgrupos com 3 pessoas.

A diretora orienta que os participantes sentem conforme a Figura 35 onde:

- a) homem 1 é cego e é o executor;
- b) homem 2 é surdo e é o instrutor;
- c) homem 3 é mudo e é o observador.

Figura 35: Posição para o Jogo dos Palitos



Fonte: Autora, a partir de figura da internet e baseado em Yozo (1996).

A diretora entrega a cada grupo um conjunto de palitos de fósforos e uma figura impressa ao homem surdo. Este tem que passar instruções ao homem cego, que deverá

⁷⁹ Jogo apresentado por Ronald Yudi K. Yozo na XVI Jornada de Psicodrama em Florianópolis, em 2016. Yozo é autor do livro “100 jogos para Grupos: Uma abordagem psicodramática para empresas, escolas e clínicas” da Ed. Ágora.

reproduzir a figura impressa na mesa com os palitos. O surdo não pode tocar no cego e nem nos palitos. O aluno está usando uma venda para se tornar cego. O homem 3 é o observador e fiscal encarregado para que as regras sejam seguidas. Este não pode dar nenhuma instrução mesmo com mímicas. O homem 1 não fala, pois o homem 2 é surdo. É dado um tempo cronometrado pelo homem 3 e pela diretora.

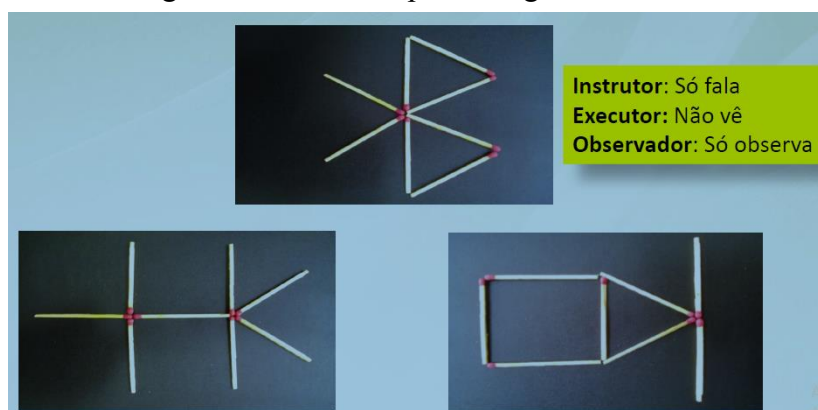
Tão logo seja concluída a tarefa (ou não) ou acabado o tempo, o grupo faz um rodízio de forma que assuma novas posições e todos passem pelos 3 papéis. O Jogo é repetido três vezes, e os desenhos são substituídos por equivalentes, conforme a Figura 35.

Depois de haver se instalado uma certa competição entre os grupos para ver quem conseguia concluir mais rápido e melhor a atividade, o grupo faz manifestações espontâneas.

A diretora promove uma reflexão grupal acerca de algumas observações significativas. Chama a atenção a gesticulação de um instrutor dizendo “*mais para cá*” e “*mais para lá*”, desconsiderando, no entanto, que seu interlocutor era cego. Outro falava tanto e tudo em mínimos detalhes que confundiu o cego. Uma garota de voz calma e baixa fez a excelente condução, uma vez que suas instruções eram simples e precisas e esperava o cego realizar para depois avaliar.

Nessa atividade, discutiu-se muito o aspecto da comunicação, das palavras utilizadas, da subjetividade das expressões e todos concordaram que na terceira vez já foi “*tudo mais fácil*”. Assim, a diretora faz um *link* com o desenvolvimento do papel e que o papel de “falar em público” também tem essa característica. A facilidade e a dificuldade estão relacionadas ao maior ou menor desenvolvimento desse papel e do grau de liberdade e de espontaneidade nele contidos.

Figura 36: Desenhos para o Jogo dos Palitos



Fontes: Material didático de autoria de Yudi Yozo (2016).

Em Moreno (1978, 1993), encontramos as três fases da aquisição de qualquer novo papel, sendo a primeira delas, a fase do *role-taking*, a que apresenta o menor grau de liberdade no desempenho do papel, pois o sujeito está “tomando” o papel. Na segunda, etapa do *role-playing*, a pessoa executa ações inerentes ao novo papel, ficando inicialmente presa à conserva cultura, às regras e possui baixo grau de liberdade e de espontaneidade, com tendência à imitação dos modelos. Sua manutenção, contudo, leva ao *role-creating*, fase três, quando o desempenhará com fluidez, espontaneidade e criatividade.

Cada qual se dá conta e declara sua dificuldade de comandar, ser comando ou de apenas ficar observando sem poder “se meter”. Foi observado o fato de George conduzir a mão de Mário ao invés de focar nos palitos. Celso compartilha que foi fácil ser conduzido pelo Peter, pois ele mapeou a mesa de acordo com os pontos cardeais e conduzia sua orientação utilizando uma linguagem comum aos militares. Abel compartilha que achou interessante dar-se conta da forma diferenciada como cada qual comanda e fez um *link* com as diferentes formas de comando no curso e na Polícia Militar. Gustavo afirma ter dificuldades para dar instruções, pois seu comandado (cego) não acatava adequadamente o que ele dizia e, assim, pôde se colocar no lugar dos comandantes, seus superiores e pensar que, às vezes, ele mesmo não cumpre bem as instruções que recebe. Abel achou muito difícil obedecer às ordens imprecisas.

Nesse jogo, a intervenção socionômica ampliou a empatia, minimizou as transferências e favoreceu o surgimento da Tele. Isso pôde ser verificado em diversos momentos do trabalho quando os depoimentos levam para essa constatação, a exemplo dos que seguem:

– *“Achei muito interessante me dar conta da forma diferenciada como cada qual comanda e fiz um link com as diferentes formas de comando no curso e na Polícia. Consegui me colocar no lugar deles.”*

– *“tive dificuldades para dar instruções, pois meu comandado não acatava adequadamente o que eu dizia e assim pude me colocar no lugar dos meus comandantes, meus superiores e pensar que às vezes eu mesmo não cumpro bem as instruções que recebo deles”.*

Assim, como a empatia, as histórias compartilhadas permitiram que as pessoas pudessem se conhecer melhor, compreender as atitudes dos demais, ampliar a autoconfiança e a confiança no colega, o que permitiu mais entrosamento. Como disse um participante:

– *“para mim foi um susto, é... isso mesmo... me assustei quando de me dei conta com essa atividade que fizemos que eu sou preconceituoso pra caramba...às vezes eu rejeito uma*

peessoa sem nem mesmo conhecer e, depois que a gente conhece aquela pessoa, vê que é uma pessoa bacana e passa a gostar dela. Isso aconteceu hoje, aqui.”

O jogo dramático é utilizado como recurso para aquecimento ou promoção do protagonismo ou ainda na etapa da dramatização como no caso dessa sessão, visando desembotar a espontaneidade, a criatividade e a sensibilidade em prol do desenvolvimento dos papéis.

Na condição de método, o *role-playing* é utilizado para análise da sociodinâmica dos papéis sociais e, nesse jogo, ampliou a visão da diretora acerca do funcionamento de cada um em cada papel (instrutor, executor e observador). O modo de funcionamento de cada um num papel é compreendido na teoria dos papéis pela sua constituição. Cada papel possui duas partes constitutivas, uma privada e uma coletiva. Na parte coletiva, todos os policiais deram ordens aos executores, todos os executores arrumaram os palitos sobre a mesa e todos os observadores cronometraram o tempo. Todavia, a forma particular e privada com que cada um desempenhou cada papel (detalhista, confusa, rebelde, calma, ansiosa, competitiva etc) é decorrente da parte privada do papel.

Assim, a diretora pôde, ao atribuir papéis semelhantes a diferentes pessoas, observar o quão diferente eram desempenhados os mesmos papéis. George, ao conduzir a mão de Mário, estava muito mais preocupado com seu sucesso como instrutor do que o sucesso da equipe na resolução da tarefa. O oposto de Carla, que, simplesmente, não se preocupou com ganhar ou perder, queria apenas dar o seu melhor para que o cego fosse bem sucedido em sua missão.

Ao término do jogo, já com papéis e palitos recolhidos, teve início o compartilhamento.

Compartilhamento: O grupo fez um *sharing*, afirmando o quanto foi positivo entender mais a ideia de *self* e como pôde se colocar no papel dos comandantes, bem como ver que há diferenças entre eles. Alguns preferem ser mandados, já outros preferem mandar. George manifestou-se dizendo que teve muita dificuldade para ser fiscal porque era difícil ter que dedurar o outro, enquanto que Isaac afirmou que gostou de não precisar se envolver e não ter responsabilidade com o sucesso da tarefa e que também não gosta de trabalhar sobre pressão. Daí se deu conta do quanto isso acontece no exercício do papel de militar. Carla afirma que *“foi suave fazer o papel de instrutora, eu não sabia que sabia fazer isso tão bem (risos).”*

Todos, sem exceção, elogiaram o encontro e finalizaram com palavras de gratidão.

6.1.5 5º Encontro - PSICODRAMA INTERNO

O grupo, nesse encontro, estava menor, pois integrantes de 2 pelotões não compareceram devido a atividades em campo. Esse grupo tem um nível de entrosamento maior que os demais, pois os homens (não há mulheres nesse grupo) têm amizade anterior ao curso - particularmente três deles se conhecem há pelo menos 20 anos. Por possuir 9 integrantes, esse grupo predispõe-se a conversar sobre coisas mais pessoais. Além disso, a diretora preparou a sala alocando as cadeiras, sem carteira, em forma de círculo. Agora, quando entram na sala não mais “batem continência” para a diretora, ou quando o fazem, ocorre de maneira lisonjeira. Porém todos se mantêm muito educados, gentis e prestativos.

Aquecimento Inespecífico: A diretora inicia um aquecimento com os policiais sentados. De olhos fechados, vão tomando consciência corporal, dos pés à cabeça, parte por parte. A diretora percebe que o grupo está bem aquecido, indicando que os integrantes estão mais emotivos. Para preservar o anonimato, seus nomes fictícios são: Pedro, Paulo, Lucas, Mateus, Tiago, André, Felipe, Marcos e João.

Segundo Moreno (1959) (1975), as técnicas de aquecimento são um dos princípios metodológicos do psicodrama, já que as mesmas estimulam o corpo para atitudes e atuações espontâneas, tais como nas atividades esportivas: corrida, salto, box etc. Elas devem ser na medida certa do que o grupo necessita, não devendo ser de menos para não atrapalhar a dramatização, mas não podem ser demasiadas, evitando o superaquecimento. Na fase do aquecimento, ocorre uma preparação e relaxamento do grupo na busca de um problema comum, escolhendo o protagonista adequado. Nesse encontro, o fato de estarem em número menor e de já chegarem mais aquecidos obrigou a diretora a fazer um aquecimento simples e rápido, com vista a evitar o superaquecimento.

Aquecimento Específico: A partir dessa tomada de consciência, é solicitado que localizem no corpo uma parte que esteja sofrendo. E que coloquem as mãos sobre a parte que sofre. Tiago colocou no ombro, Pedro nos joelhos, Paulo, Lucas e Marcos na cabeça, André nas costas (na altura dos ombros) enquanto que Mateus, Felipe e João colocaram as mãos no coração. Foi solicitado que localizassem o que está fazendo com que essa determinada parte corporal esteja em sofrimento e que, se possível, expressem isso em uma palavra. Para Pedro, a palavra é DOR, para Paulo e Lucas é PREOCUPAÇÃO, Mateus fala de ANGÚSTIA, Tiago diz PESO e André fala de PESO DA RESPONSABILIDADE, João aponta ANGÚSTIA e SAUDADE, Felipe SAUDADE e Marcos diz a palavra PENSAMENTOS.

Essa proposta de atividade está embasada em Buschbinder (2013, p. 21), que afirma que "os mapas corporais são aqueles que geram a captura da aparência, das sombras evanescentes de imagens e procuram concretizá-las na materialidade de uma palavra, um desenho, uma cor, um som ou uma ação." Para ele, "os mapas do corpo ou Mapas Corporais são organizadores do corpo, do psíquico, da relação com os outros e evidenciam modalidades de comunicação com os demais". Então, com base nesse mapeamento e com a identificação dessas palavras passou-se para a próxima etapa.

Dramatização: Ainda percebendo um clima muito intimista de confiança, a diretora propõe que voltem a fechar os olhos e procurem entender o que está causando esse sofrimento manifesto na parte do corpo identificada. Cada um localiza o que está acontecendo e, em seguida, abre os olhos. Paulo inicia falando que é “a preocupação com a vida adulta” e é confirmado por André, que diz que o peso da responsabilidade é da vida adulta, da qual não pode escapar. Lucas acena com a cabeça expressando sua concordância. Pedro diz que concorda com a fala de seus colegas e acrescenta que sua dor no joelho está associada a sua idade e às modificações de sua compleição corporal, pois “seu corpo não é igual ao de antigamente”. Lucas diz que no seu caso “é preocupação com as contas para pagar” que o aflige. Mateus é mais específico e diz que está angustiado com a esposa que está doente e com a mãe com um possível diagnóstico de câncer, ao que os outros comentam: “*coisa de adulto*”. João, que se desculpa por ter duas palavras, diz que suas palavras correspondem à Angústia com o curso e à Saudade de casa. Felipe diz que tem saudade do filho. A diretora infere que também é coisa de adulto e, para finalizar, Marcos diz que sofre com pensamentos ruins “*minha cabeça é ruim, sempre penso em bobagens, penso negativamente, que não vai dar certo, que não vou conseguir etc. Me acho errado, incapaz*”. O grupo concorda e se identifica dizendo palavras como “*eu também*”, “*eu sei o que é isso*” etc. Paira um riso quando a diretora chama a atenção para que o assunto de hoje pareça ser vida de adulto, ter crescido e assumir responsabilidades. Alguns dizem frases do tipo “*quando era criança não precisava me preocupar*”.

A diretora se propôs a trabalhar com a técnica da cena regressiva. Segundo Cukier, (1998, p. 14) “a cena regressiva é um instrumento clínico operacional útil para trabalhar questões de autoestima e narcisismo”. Cukier (1998) assinala que a técnica possibilita o encontro da criança internalizada com o adulto, com o objetivo de ajudá-la a trabalhar as respostas transferenciais e permitir a criação de respostas novas e adequadas que possibilitem a não repetição de padrões infantis. Para tal, a diretora propõe que fechem novamente os olhos

e se imaginem assim como são atualmente, adultos e com suas responsabilidades. Cada qual deve pensar nas responsabilidades assumidas depois de crescidos, exemplo de casamento, polícia, esposa(o), contas, estudos etc. Afirma que no psicodrama tudo pode acontecer e que naquele momento ela tem um relógio mágico nas mãos e que vai girar os ponteiros ao contrário. Assim, o tempo passa para trás. Inicia o retrocesso temporal dando corda e o relógio volta cinco anos: 2014. Pede que pensem como está a vida (pausa longa) e magicamente retornarão mais 5 anos: 2009 (pausa longa) e assim por diante até chegarem à idade de criança. Agora, os participantes devem ser meninos e devem se ver assim. A diretora pede para que reparem na idade que têm nesse momento, a roupa que estão vestindo, o lugar onde estão morando, as pessoas com quem moram, o que fazem e como se sentem. E complementa: “você é criança e assim como criança vai abrir os olhos e olhar os amiguinhos que estão ali perto e conversem”.

O grupo abre os olhos e os participantes começam a conversar usando vocabulário e gestos infantis. Eles se apresentam e convidam os outros para brincarem. Um propõe jogar bola, e outro propõe que andem de bicicleta, pois acabou de ganhar uma de natal e “*está novinha*”. Marcos (chorando) diz que não pode brincar, pois tem que trabalhar para ajudar o pai na padaria. João também começa a chorar, quase sem poder falar. A diretora pergunta por que está chorando e ele responde dizendo por que está brincando com a irmã e que gosta muito dela. A diretora pergunta o que está acontecendo e o que o faz chorar e ele diz: “*Eu sei que ela vai morrer e que eu vou ficar sem ela e vou ter muita saudade. Queria que ela ficasse mais tempo comigo*”. João sai do papel e diz que a irmã faleceu em um acidente quando era adolescente - ele tinha apenas 11 anos. A diretora pede que volte ao papel e que diga a ela tudo o que sente e o quanto gosta dela. Conte para ela o que acontecerá com você na sua vida, que você se tornará um policial. Ele faz isso e diz que ela está muito feliz e diz que sempre acreditou nele. A partir dessa cena, a diretora pede que todas as crianças voltem a fechar os olhos e diz: “*pense no que vocês querem ser quando crescer*”. Há uma pausa.... “*agora você vai receber uma visita muito especial. Alguém que gosta muito de você e que quer muito conversar com você, alguém do futuro... um homem adulto e que não está feliz em com a vida dos adultos*”. Propõe que recebam a visita do adulto em que se tornaram. E que cada qual converse com seu adulto. Travam o diálogo internamente, cada qual conversando com o seu adulto (silêncio longo). Depois de alguns minutos, a diretora diz: “*Agora digam a esse adulto o que vocês acham dele e sejam bem sinceros. Aproveitem para dar um conselho ao seu adulto (pausa longa) “e peçam um presente a ele” (pausa longa) “Despeçam-se dele e deixem que ele*

vá embora”. Assim que foram, a diretora propõe, com seu relógio mágico, o retorno ao tempo. Agora, gira para frente e faz o tempo retornar aos poucos ao presente: eles vão crescendo novamente até chegarem à idade atual, ou seja, em 2019.

A diretora pede que respirem longamente para irem aos poucos retornando à sala de aula do CEFAP. Todos estavam visivelmente emocionados com suas histórias, com as de João e Marcos e com suas próprias crianças internas.

Moreno (1975) considera o lugar (lócus) no qual a criança é inserida desde o seu nascimento a Matriz de Identidade, compreendendo não apenas o espaço físico, virtual, como também as expectativas do meio em relação ao jovem ser. É a partir do que recebe desse meio (fatores materiais, sociais e psicológicos) que a criança começa a viver o processo por meio do qual irá, aos poucos, reconhecendo-se como semelhante aos demais e como um ser único a partir de suas peculiaridades. Define a Matriz de Identidade como a placenta social da criança, o lócus em que mergulha suas raízes.

O autor entende que essa placenta vai se dissolvendo gradualmente à medida que a criança vai ganhando autonomia. A partir dela é que se chega ao homem adulto. Essas dificuldades são vivenciadas no decorrer da infância, adolescência e vida adulta, porém as vivências da infância até 8 anos, segundo Cukier (1998), determinarão boa parte das ansiedades dentro da personalidade, inclusive as defesas serão desenvolvidas para lidar com as ansiedades que mais tarde constituirão os sintomas nos adultos. Logo, isso é necessário para que o adulto consiga trabalhar cenas regressivas para poder tornar-se autor e ator da sua história.

A dramatização com o recurso da técnica da cena regressiva, trabalhou, naqueles homens adultos, as figuras infantis e o resgate de suas vivências. Segundo Fonseca (2008, p. 35), “as primeiras vivências da criança, quanto à formação, percepção e aprendizado emocional, relacionam-se estreitamente com o desenvolvimento da 'matriz de identidade'”.

Depois de vivenciarem esse encontro com as crianças internas, a diretora se certifica de que todos estão em seus papéis atuais e idade adulta e inicia o fechamento da sessão, momento em que cada qual relata sua vivência. Revelaram os conselhos recebidos descritos a seguir:

- A criança interna de Pedro lhe aconselha a aceitar que está ficando velho e que não pode mais fazer o que ele (menino) fazia e recebeu a “cobertura” de presente;

- A criança de Paulo diz para ele ser menos preocupado e acrescentou “ *você ainda não viu que já deu certo?*” e deu sua “cobertura” de presente e recebeu do menino um coração desenhado com um “ *eu te amo*”;

- Lucas diz que foi lindo encontrar com seu menino e afirma: “ *quando eu era criança, eu dizia para a minha mãe e meu pai: eu já sei, eu já sei... tá...tá... eu já sei. Eu sabia tudo. E hoje eu falo pro meu filho, quando ele me diz já sei... tu não sabes nada, tu não sabes nada... Interessante que hoje eu, como pai, digo: tu não sabes nada e lá antigamente eu já sabia, eu tinha confiança em mim. Hoje eu não tenho confiança no meu filho. Eu vejo que ele tem confiança em mim e eu não confio nele, mas eu queria que meu pai soubesse que eu era capaz, que eu sabia. Se ele [filho] está encorajado para enfrentar o mundo lá fora, eu tenho que deixar ir: não sou eu que vai desencorajá-lo. A senhora fez eu me colocar no lugar do meu filho, muito obrigado*”;

- Já o menino de Mateus disse para ele cuidar do coração para não ter um infarto, pois ele (menino) não quer morrer cedo (risos nessa hora) e recebe uma bola nova de futebol, já que foi um dos que haviam convidado os amigos para jogarem futebol. Mateus diz: “ *a bola que eu jogava quando criança era muito velha, que às vezes furava e que eu não tinha como consertar e jogava com ela vazia mesmo, por isso eu [adulto] dei uma bola novinha pra ele... agora eu posso comprar*”. Mateus se mostrava um pouco inquieto e quando perguntado pela diretora se gostou de ter esse encontro com a criança, Mateus responde que não, que “mexeu” demais com ele e que fez lembrar de coisas que julgava esquecidas e que não quer falar sobre isso;

- A diretora pergunta para Tiago como foi falar com a sua criança. E ele responde: “ *Eu estava aqui pensando sobre o racismo, eu era o preto da família... lá tem italiano e preto, eu queria ser branco... eu mesmo não me gostava... quando alguém me chamava de feio... já fechava o tempo... eu era muito briguento... brigava na escola, surrava os amigos e apanhava dos irmãos deles... mas assim mesmo a gente tinha que estudar... tanto que eu terminei duas faculdades antes de entrar para a polícia, fiz pós, daí olhando pro menino... ele teve sentimento de orgulho... eu tinha tudo pra ir pras drogas e hoje eu sou feliz... fiz coisas das quais me arrependo... eu falei com ele e ele teve orgulho de mim. Tenho usado aquilo que me aconteceu para não deixar que aconteça mais*”. Tiago chorava de alegria e de orgulho.

- André disse: “*foi muito, muito triste olhar para o menino... eu não era feliz, pois em casa a família brigava muito... meu pai era alcoolista e batia sempre na mãe e eu tentava apartar, mas não conseguia... eu só consegui dar um fim nas agressões do meu pai depois*

que entrei para a polícia e daí, um dia fardado, enfrentei meu pai... ele abaixou cabeça e nunca mais bateu na mãe”. André disse ao menino “sempre que precisar, me chame” e esqueceu do presente.

- João, que se emocionara muito, estava com uma aparência serena e até feliz. Agradece muito a diretora pela sessão e diz: “eu nunca vivi uma experiência assim”. Acrescenta: “me dei conta que minha irmã era a única que acreditava em mim e que, sem ela, eu passei a não acreditar mais em mim e que a pergunta do menino me fez pensar e fiquei muito feliz quando minha irmã ficou orgulhosa em saber que eu chegara até ali, um sargento da Polícia Militar de Santa Catarina [pronuncia todas as palavras dando ênfase e força, com muito orgulho]. Acrescenta que o menino lhe disse que ele nunca deveria duvidar de si mesmo pois ele era ótimo e quando crescesse seria um bom policial. Comentou ainda: “No primeiro momento de conversa foi imaginar como se realmente tivesse lá e tivesse realmente a oportunidade de falar e saber em que me tornei... ele gostou... e ao mesmo tempo eu tentei falar para ele aproveitar melhor as coisas... algumas pessoas na vida vão passar... a minha irmã que morreu... eu acho que penso... assim, oh! A gente não vai crescer juntos... a gente não vai ter um relacionamento de irmãos, de ficar próximo... e aí... quando acontece o que aconteceu, a gente para para prestar mais atenção nas pessoas que estão próximas em cada fase da nossa vida... praticamente é isso... fazendo as coisas, às vezes, a gente não faz como deveria, a gente deveria se esforçar um pouco mais... A diretora pergunta o que o menino disse para ele, ao que responde: “Não ficou claro o que ele respondeu... mas ficou bem claro que eu tenho que me esforçar um pouquinho mais, aproveitar melhor as coisas e principalmente as pessoas”. Nesse momento, Pedro diz para João: “Eu penso que você só precisa agradecer o que você fez para chegar até aqui. Se tivesse feito mais, talvez não chegasse até aqui, se tivesse feito menos, não estava aqui. Eu sou grato porque você está aqui no curso comigo, tu és um baita amigo, um baita aluno, um baita irmão... Foi na medida... e eu vou te carregar pro resto da vida... eu sou grato de ter te conhecido...(chorando)... obrigada aí, viu cara? Obrigada pra Senhora também, professora, a Senhora hoje foi 10, arrasou!”. João se emociona e se abraçam;

- Felipe toma a palavra e começa a falar: “Eu me coloquei no lugar da criança... como eu fui criado largado eu tive uma conversa diferente. Na verdade, na minha idade (criança) eu ensinava coisas para o meu pai. Por exemplo, o meu pai... ele andava de bicicleta na BR 116 e tava tudo certo... para ele... tava tudo certo... ele não se preocupava comigo, ele simplesmente... quando vinha um caminhão ele ia pro lado e não se preocupava comigo que

vinha atrás... é tanto que quando ele faleceu foi assim...um dia ele levantou cedo para ir trabalhar, estava com chuva, a carreta passou perto dele e ele passou e ninguém viu mais nada e ele partiu... (emocionado) [pausa longa e faz um flashback no relato] eu vejo que... eu não sei se o motivo dele ter ido morar comigo depois que eu comecei a trabalhar... ele pediu as contas de todos os empregos dele... ele pagava aluguel, ele era revoltado.. nessa história, nessa empresa... Na empresa que eu trabalhava, eles davam a casa sem aluguel... meu pai morreu com 50 anos... e eu não sei... [emocionado] quando eu vi ali aquela criança... se eu pensar em tudo isso... o filho da gente, a gente hoje dá mais... será que isso é bom? lá na frente pra ele, será que eu não vou prejudicar ele no futuro? Também não consigo zerar tudo e seja o que Deus quiser!... não tem como!... é complicado... eu não sei ... só sei que a criança estava muito orgulhosa de mim porque eu podia ter me tornado qualquer outra coisa... que bom que eu me tornei o que sou hoje”. Tiago disse para Felipe: “Só sei que você é um grande parceiro para fazer a coisa acontecer”. Cumprimentaram-se com toques de mãos.

- Marcos, por sua vez, diz que foi muito forte a experiência e não acredita como pôde se ver assim, tão nitidamente. Lembrou-se de muitos detalhes, até do “*riozinho que corria perto de casa que eu tinha que passar todos os dias para ir trabalhar na padaria com o pai.*” Impressionado, diz que gostou de se ver criança e que gostou ainda mais do quanto a criança gostou de vê-lo adulto e pediu para usar o quepe e segurar a arma. Disse: “*eu (adulto) sou um tolo em me preocupar e achar que não conseguia, e o piá me disse - “você não está vendo que se eu, que sou criança, consigo, imagina você?”.* E deu o conselho pra mim: “*não presta atenção no que o pai diz, ele vai dizer que não está bom, mas tu sabes como ele é, né? O pai é um ranzinza e que nunca elogia ninguém*” [Marcos volta a se emocionar] e acrescenta: “*ele (menino) me contou, e isso eu nem lembrava mais... que um dia ouviu o pai dizendo para o irmão dele, o meu tio, que tinha orgulho do filho, como era trabalhador e responsável*”. Acrescenta que seus pensamentos ruins ocorrem “*por medo de errar e de decepcionar meu pai*” porque “*se eu errasse, o pai não teria mais orgulho de mim*”. E acrescenta que, apesar de ter ficado muito triste, pois queria muito ter jogado quando criança, se dá conta que, hoje, se demora brincando com o filho e que quer “*fazer logo esse curso para poder voltar para casa e voltar a brincar com ele*”. Diz que seu filho é pequeno e que chora muito quando se despede dele para retornar a Florianópolis a fim de prosseguir os estudos.

Todos parecem muito mais tranquilos apesar de mexidos. Menos Mateus. A diretora volta a perguntar se Mateus não quer mesmo falar e relembra a frase de Shakespeare “*falar alivia dores emocionais*”. Ele esboçou um sorriso irônico com o canto da boca e disse: “*Se eu*

for falar, vai demorar muito, porque dói muito e o tenente está nos esperando, doido pra arrancar o nosso couro”. A diretora propõe retornar ao assunto no próximo encontro, se ele quiser e se todos concordarem. Ele assentiu com a cabeça e o grupo acenou positivamente.

Compartilhamento: Foi muito intenso: todos choraram. Chama a atenção que quase todos trouxeram crianças na faixa de seis e sete anos e que apenas um foi visitar a criança à paisana. O Compartilhamento é a parte final de um psicodrama. Nele, os membros do grupo compartilham seus sentimentos e experiências de vida no que se refere ao psicodrama realizado (ZERKA MORENO, 2001, p. 102).

Ao final, não faltaram abraços, dessa vez mais demorados e realmente mais “sentidos”. Os policiais elogiaram o abraço da diretora.

O trabalho desenvolvido nessa sessão, que mobilizou muita emoção, permite uma reflexão acerca da importância do aquecimento, pois “o psicodrama como estratégia técnica propicia o aquecimento necessário para que o drama infantil ganhe corporeidade no *setting* terapêutico e uma atitude clínica de aceitação, respeito e continência, absolutamente necessários para o paciente rematizar novas maneiras de lidar consigo mesmo” (CUCKIER, 2015, p. 18 e 19).

Tanto a diretora como os pacientes favoreceram esse clima de aceitação, respeito e continência. Quer seja quando ela não insiste que Mateus fale e respeita seu tempo interno, quer seja quando todos concordam em dar a Mateus uma oportunidade na próxima sessão para ter mais tempo para rever sua cena interna. O grupo e a diretora deram continência suficiente para que as dores pudessem ser expressadas e não houve crítica ou julgamento, como esperado de uma sessão de terapia psicodramática grupal.

Nesse encontro, ficou evidente a necessidade de disponibilizar mais tempo para a realização das atividades. Considerando a intensidade dos conteúdos e a quantidade de emoções afloradas, seria apropriado aumentar a carga horária das sessões a fim de que todos os participantes possam calmamente processar seus pensamentos e experiências.

6.1.6 6º Encontro - PSICODRAMA INTERNO

O grupo chega e a porta está fechada. Os componentes ficam aguardando a diretora chegar com as chaves. A mesma está há mais ou menos 40 minutos à espera de alguém que, na sala de apoio, possa lhe entregar as chaves, pois não há praticamente ninguém no andar. Finalmente, o assessor do Comando Geral a auxilia e a chave e materiais são entregues.

Todavia, o grupo não se importa com isso dizendo: *“ahhh, isso é assim mesmo, uma bagunça”*. Ainda na hora da entrada, Mateus já estava presente e alguns colegas já foram lembrando: *“hoje temos que falar do Mateus”*. Mateus é um homem muito falante, simpático, cooperativo e agressivo. Em várias ocasiões manifestou atitudes do tipo *“tudo se resolve na briga”*. O grupo chega aquecido e com expectativas.

Aquecimento Inespecífico: A diretora identifica esse movimento de expectativa do grupo e propõe que juntos arrumem a sala para a atividade. Cada qual pegou algumas cadeiras e mesas e juntos foram imediatamente colocando-as no lugar de costume. Arrumaram a sala com cadeiras suficientes e na forma de semicírculo.

Os participantes sentaram e focaram em Mateus, que pareceu um pouco constrangido com todos os olhares sobre ele. A diretora entende que o grupo está suficientemente aquecido para a próxima etapa e confirma com Mateus se ele está disponível para trabalhar. Ele timidamente diz que não precisa, mas que se for o caso concordaria. A diretora confirma com o grupo a disposição de ajudar Mateus e pergunta se mais alguém tem vontade ou necessidade de trabalhar. Marcos fala que não quer trabalhar, mas disse que a sessão passada: *“mudou a minha vida... nessa semana me senti diferente, gostando de mim e com a certeza de que as coisas vão dar certo”*. O grupo aplaude (inesperadamente), e outros confirmam com a cabeça e murmuram baixinho frases do tipo: *“bom..., muito bom..., bom à beça... e bom pra caramba, é isso aí cara!”*. O colega ao seu lado dá umas palmadas nas costas, de alegria. A diretora confirma o combinado de trabalharem o Mateus.

Aquecimento Específico: A diretora solicita que Mateus se sente ao seu lado e inicia uma conversa informal sobre a semana. Ele diz que passou bem e que a ideia do que houve na semana passada não lhe *“saiu da cabeça”*. A diretora pergunta sobre qual ideia, e ele responde: *“a ideia do que aconteceu”*. E o que aconteceu? Pergunta ela. Ele hesita, baixa os olhos, tenta falar e não consegue. Diz que dói muito. A diretora usa então a técnica do Psicodrama Interno, pois imagina que o tema seja muito doloroso.

Para Cukier (1992), psicodrama interno é uma técnica na qual o protagonista pensa, visualiza e vivencia a ação dramática de forma simbólica, ou seja, não executa a dramatização de fato, apenas a vivencia mentalmente. Fonseca (2010) considera o surgimento dessa técnica proveniente da *“angústia do psicodramatista em seu setting de psicoterapia individual”* (FONSECA, 2010, p. 53), em que privado dos egos auxiliares, grupo e plateia, precisam se reinventar com aquilo que está disponível: terapeuta, cliente e o que mais estiver disponível na sala. Foi o que ocorreu nessa sessão com esses policiais. Apesar de haver grupo e plateia,

não contava com egos auxiliares treinados e nem com os recursos do consultório, especialmente as almofadas.

A diretora pergunta se tem a ver com a criança da sessão passada, e ele mal consegue afirmar com a cabeça que sim. Está cabisbaixo e aperta uma mão contra a outra em sinal de tensão. Ela percebe e pede que ele amplie esse movimento com as mãos, e ele vai ampliando quase em forma de soco. Ela pede o sentimento, e ele diz com muita firmeza e certeza que é raiva, muita raiva – “é ódio”. Ela pergunta de quem tem ódio, e ele responde: “do meu padrasto”. Ela percebe a forte emoção (superaquecimento) e pede que respire lentamente. Assim, ele afrouxa as mãos e ela pede em qual momento ele sentiu essa raiva. Ele afirma que foi um dia depois da escola. Questionado pela diretora se ele ainda tem essa cena na memória, Mateus responde que sim. Ela propõe, então, que trabalhem essa cena.

Dramatização: Ela o orienta para que se acomode adequadamente na cadeira, descruze as pernas, adquira uma posição confortável e que, aos poucos, vá relaxando o corpo. E a diretora (D) conduz:

D: *Vá respirando calmamente, profundamente e aos poucos, vá se permitindo uma experiência interna de tranquilidade e relaxamento. Isso, assim mesmo, inspire pelo nariz e expire pela boca - lentamente. Agora você vai voltar àquele dia depois da escola. Veja a sua volta e me diga onde você está?*

Mateus: *Estou voltando do colégio quando encontrei meu padrasto que estava sempre bravo e irritado.*

D: *OK, ele está bravo e irritado. Quantos anos você tem nesse momento?*

Mateus: *Tenho 6 anos.*

D: *Olhe para você e me diga. Que roupa está vestindo?*

Mateus: *Eu tô com o uniforme do colégio, calção, camiseta e tô carregando meu material.*

D: *OK. Você está voltando do colégio e indo para casa?*

Mateus: *sim, tô indo pra casa.*

D: *Tem alguém com você?*

Mateus: *não... só mais pessoas na rua, minha casa é perto.*

D: *E onde você encontra seu padrasto?*

Mateus: *Em casa.*

D: *Ok, então caminhe e encontre ele.*

Mateus: *ele tá bravo e muito irritado. Ele não gosta de mim. Ele era muito ruim para mim.*

D: *Ahh, ele é ruim para você. E você sabe por que ele está bravo?*

Mateus: *não, ele sempre tá assim comigo, mas hoje tá mais. E ele está me chamando... acho que vai me bater... e eu tô com medo.*

D: *Você sabe por que ele vai te bater? O que você fez?*

Mateus: *Não sei, não lembro... acho que devo ter aprontado alguma... só sei que tô com medo e acho que ele vai me bater e comecei a chorar. Ele está mandando eu calar a boca... eu tô chorando mais.*

D: *E daí?*

Mateus: *E ele gritava para calar a boca e não chorar... e chorava mais e fui ficando muito nervoso... daí eu me borrei nas calças (se referindo a fazer cocô) [pausa]. Ele ficou furioso... [pausa] e mandou eu abaixar a calça, pegou o cocô e passou na minha cara...*

A diretora confirma se ouviu bem, pois ele estava falando muito baixinho e ele diz:

Mateus: *ele esfregou o cocô na minha cara, na cabeça e no cabelo...*

D: *E o que você vai fazer?*

Mateus: *Nada, eu só choro e tô muito envergonhado, tô com muita raiva.*

D: *E o que você gostaria de fazer?*

Mateus: *(responde sem pestanejar) Gostaria de bater nele, matar ele, mas não posso porque sou pequeno.*

D: *Há alguém que pode lhe ajudar?*

Mateus: *a mãe, mas ela não se mete, porque também tem medo dele. Não sei como ela pode ficar com um “lixo daquele” (se referindo ao padraço) e que não tem ninguém para ajudar.*

Com base na sessão anterior, a diretora propõe que chame o Mateus adulto para ajudá-lo.

Mateus: *Se ele (adulto) vier, ele (adulto) vai bater nele (padraço).*

D: *Você é uma criança e precisa de proteção e nesse momento parece que sua mãe não pode ajudar e só o Mateus adulto pode. Chame ele para ajudar. E não se preocupe com o que vai acontecer entre os dois. Eles são homens e adultos. Você precisa ser protegido senão você vai carregar essa raiva pra toda vida e acabar batendo em outras pessoas que não têm nada a ver com isso. Peça ajuda a quem pode te ajudar a livrar você dessa raiva e desse ódio.*

Mateus: *tá bom... ele tá vindo.*

Falando como adulto, acrescenta: *Se eu for, sou capaz de matar aquele verme.*

D: *Vamos ver o que vai acontecer.*

Nesse momento, Mateus está visivelmente transtornado, com ar de ódio e totalmente mobilizado.

D: *Você está perto do menino?*

Mateus: *Tô.*

D: *O que você vai fazer?*

Mateus: *Vou partir pra cima dele, desse covarde, desse lixo... esse merda... merda é ele. Por fazer isso com uma criança... covarde... deve se meter com gente da idade dele...*

Mateus aperta as mãos em sinais visíveis de ódio, seu rosto está contraído, a respiração mais ofegante, começa a aparecer sinais de suor no rosto.

A diretora lhe pergunta o que está acontecendo.

Mateus: *Tô batendo nele, e ele nem me enfrenta, esse covarde... covarde... covarde... covarde, tu vai aprender uma lição... Ele tá caído... eu tô chutando, seu merda... não se faz isso com uma criança... seu merda... ele tá sangrando.*

A diretora pergunta se basta e ele diz que não.

Mateus: *não basta... eu quero matar ele.*

A diretora diz, então, que se quiser pode matá-lo. Ele hesita e diz que isso não é certo, pois ele é policial. A diretora diz que aqui, nesta cena de psicodrama pode, que é bom que descarregue esse ódio aqui para não agredir outros pela vida afora, outros que são inocentes.

Ele pergunta:

Mateus: *Posso mesmo?*

D: *Você acha que batendo já é suficiente? Já aliviou a sua raiva, seu ódio? Pare um instante e olhe para dentro de você, dentro do seu coração e veja como está?*

Mateus: *Não, ainda não basta.*

D: *O importante não é matar o seu padrasto, o importante é matar esse ódio e essa raiva que você carrega nesses anos todos. Faça o que precisa para isso. Para você poder ser gentil e amar as pessoas sem grossura (ele referenciara a si mesmo como ‘grosso’ em outra sessão).*

Mateus então bate mais, mais e mais forte até perceber que o padrasto não resiste mais... e afirma... cansado e exaurido... *“agora acabou”*.

A diretora, na cena, leva em conta a realidade suplementar do paciente. Ao falar sobre Realidade Suplementar Zerka Moreno (2001, p. 46) destaca que a catarse mais profunda no psicodrama vem da realização das cenas que não acontecem, que não podem acontecer e jamais terão probabilidade de acontecer na vida real. Para ela, uma vez que você penetra no psiquismo de uma pessoa, atinge uma dimensão que vai além da realidade subjetiva e objetiva, uma espécie de realidade cósmica que tem a peculiaridade de ser fora do tempo e do espaço, trata-se de intuição casada com inspiração.

A diretora pede que ele se restabeleça da luta e que vá ao encontro do menino. Ele vai e diz que o menino está tranquilo. Ele fala pro garoto que nunca mais ninguém vai fazer isso com ele.

D: *E agora, o que você quer fazer?*

Mateus: *lavar ele.*

Eles vão ao rio e o menino toma banho. O adulto o ajuda.

D: *Proponho que ambos se lavem de todas as merdas que alguém jogou sobre a cabeças de vocês.*

Mateus adulto: *É uma boa... tem muitas! Quero me lavar também das merdas que eu fiz... eu já fiz muita merda, especialmente com a minha esposa... e chora.*

D: *Peço que sigam se lavando até acharem que estão limpos.*

Depois de algum tempo, ele diz que estão bem agora.

D: *Peço que agora você se despeça do menino.*

Ele diz que está dando um colo pro garoto e vai levá-lo para casa.

A diretora pergunta se há algo a mais que precisa ser feito nessa cena e ele responde que não, que está satisfeito, pois fez uma coisa que sempre teve vontade de fazer. Assim, pede que se despeça do menino lentamente, vá se orientando para estar ali, na sala do CEFAP, que está com os colegas do curso e que, ao abrir os olhos, os encontrará solidários ao que ocorreu. Depois de alguns instantes, Mateus abre os olhos e, enxugando as lágrimas, assoa o nariz e dá um longo suspiro de alívio. A diretora pede que fique uns minutos em silêncio se refazendo emocionalmente, enquanto ouve os colegas no compartilhamento.

Dias (1987) refere usar o psicodrama interno principalmente quando são cenas de difícil dramatização: situações complexas que requerem muitas adaptações entre o simbólico do cliente e o simbólico da cena e em situações em que o cliente tem muita vergonha, medo ou até dificuldade física para dramatizar. Essa foi uma cena de muita vergonha para Mateus.

Esse Psicodrama interno permitiu a Mateus rematizar uma cena dolorida de sua infância. Sobre isso, Aguiar (1990, p. 147) afirma: “a chamada ‘rematrização’ (refazer a Matriz de Identidade) seria, nesse enfoque, não uma volta ao passado para corrigir o que ficou mal feito ou incompleto, mas uma reconquista do presente, pela re-inserção, nos seus enquadres próximos e remotos, da parte perdida e alienada”. A parte perdida e alienada de Mateus foi a doçura, gentileza e cordialidade, dando lugar a um homem “grosso” para quem “*tudo se resolve na briga*”.

Compartilhamento: O compartilhamento ocorre com poucas palavras, pois o grupo está extasiado com o que ouviu. Alguns participantes com lágrimas nos olhos e outros com a voz embargada. Dizem palavras do tipo: *Como é que pode né? Fazer isso com uma criança*. Pedro pede a palavra e diz que quando era criança fazia xixi na cama e que ficava envergonhado. André diz que imagina como é viver isso, pois sempre teve pais que brigavam, que seu pai era alcoolista e batia na mãe. Mateus fala que está com vergonha do grupo e ouve vários comentários soltos do tipo: *“que é isso cara?... nós somos tudo amigo aqui.... para com essa besteira cara.... não precisa...etc*). Mateus sorri e agradece. Olha para a diretora e diz: *“Vou ser eternamente grato a senhora... as vezes que falei isso com outras psicólogas todas disseram que era para esquecer e perdoar, e a senhora fez diferente... não pensei que uma psicóloga ia dizer que eu podia bater”*. A diretora agradece e diz que determinados assuntos precisam ser “fechados” para que se consiga ir em frente. Ele diz: *“é verdade, que a raiva que eu tinha das pessoas e que a agressividade que eu tinha de todo mundo era isso”* (Chama a atenção o uso do verbo no passado).

A diretora pede que não se percam em reflexões morais de certo e errado e nem que fiquem em intelectualizações, pois o mais importante é o fluxo de emoções vivenciadas e compartilhadas por todos. Sugere um silêncio para respirarem pois estão todos mexidos, que sem dúvida o grupo tem muito a agradecer ao Mateus pela oportunidade de todos se repensarem por meio da sua história. O silêncio se instala e depois de alguns segundos a diretora anuncia fim dos trabalhos. Mais uma vez, os abraços são intensos e todos se dirigem para Mateus, que recebe um quase abraço coletivo.

Considerando os depoimentos dos policiais e a vivência ocorrida com Mateus, é fácil concordar com Dias (1996) quando afirma que no psicodrama interno propõem-se um aprofundamento que leva o cliente ao contato direto com as sensações e o desejo, o conteúdo mais interno e temido, evitando qualquer tipo de racionalização ou reorganização desses conteúdos. A diretora, ao solicitar que Mateus fechasse os olhos e visualizasse a próxima cena, realizou o que Dias chamou de psicodrama mental, e o instigou a trabalhar de maneira espontânea com as imagens internas que surgiam.

A dramatização permitiu um *acting out* a Mateus, a quem não foi dado papel algum *a priori*, mas, ao contrário, o papel foi surgindo de dentro para fora, a partir de seus recursos internos, incluindo os de criatividade, espontaneidade, aptidão para a empatia e Tele, memória, inteligência entre outros (MORENO, 1987). O *acting out* pode ter lugar na própria vida e pode prejudicar o sujeito tanto no âmbito pessoal, quanto no inter-relacional, pois pode

ocorrer de forma irracional. Seria o caso se Mateus tivesse, na realidade, matado seu padrasto. Mas, o *acting out* pode ter lugar no contexto dramático em que ocorreu de forma controlada, no ‘como se’, procurando provocar as ações nas quais Mateus explicitou fantasias, emoções, ideias, sentimentos em reflexão livre de julgamentos, ansiedades sem medo de consequências. (FONSECA, 1980, p. 11-12).

Como também nesse encontro o tempo foi escasso, teria sido melhor contar com pelo menos mais trinta minutos de sessão.

6.1.7 7º Encontro - JOGO DRAMÁTICO

Para esse encontro, o grupo veio muito animado, pedindo os jogos prometidos nas sessões anteriores. Como a sala já estava organizada, a diretora pediu a assinatura na lista de presenças, tarefa já rotineira para o grupo.

Aquecimento Inespecífico: A diretora solicitou que levantassem e que fizessem um aquecimento corporal, novamente comandado por alguns que já conheciam a sistemática e que costumavam se revezar na direção do aquecimento. Nesse encontro, o aquecimento foi bem curto uma vez que o grupo já estava aquecido e as ações transcorriam com espontaneidade.

Datner (2006) faz menção à espontaneidade ao incentivar o aumento progressivo desta ao longo das sessões do grupo terapêutico. Uma das maneiras sugeridas pela autora foi por meio da realização dos jogos dramáticos no início da sessão. “Neste período de aquecimento a promoção da espontaneidade estimula a criatividade dos indivíduos presentes que movimenta o ser e sua ação” (p. 39). A autora define espontaneidade como a “mais natural e adequada expressão corporal, emocional e racional”. A maneira adequada de se expressar corporalmente aparece na forma de sentar, falar e interagir dos policiais. Agora, estão mais leves, menos formais, como convém a ocasião. A criatividade aparece nas brincadeiras e na forma carinhosa de se ‘provocarem’ uns aos outros.

Aquecimento específico: A diretora inicia a atividade, retomando o jogo passado, lembrando as diferenças individuais, a competitividade etc. Assim, pede que sentem em uma cadeira, sem a carteira, não cruzem as pernas e ela distribui um pedaço de cordinha de náilon (mais ou menos um metro de comprimento) para cada um e diz que vai aplicar o Jogo do Nó

⁸⁰. Imediatamente, animam-se e alguns iniciam fazendo nós, como se estivessem ‘se exibindo’ da habilidade de fazer nós.

Dramatização: A diretora diz que para fazer esse nó em específico há algumas regras e passa as instruções necessárias. Ou seja, depois de colocar a corda sobre as pernas em forma de “U” com a abertura voltada para si, devem segurar uma ponta com uma mão e a outra ponta com a outra mão. Uma vez com as pontas da corda nos dedos, devem fazer um nó simples, mas não podem soltar a corda das mãos sob nenhuma hipótese. A diretora demonstra as regras e certifica-se de que todos entenderam, dando início ao jogo.

Cada qual trabalha em silêncio e começa a ser percebida uma tensão se levantando à medida que não conseguem resolver facilmente a tarefa proposta. O tempo passa, e ninguém consegue ainda resolvê-la. Alguns desistem, enquanto outros persistem. Mais tempo transcorre e ninguém resolve. A diretora começa a ser mais explícita nas instruções, deixando dicas no ar. Mesmo assim, ninguém resolve. Alguns começam a se incomodar. Mais adiante, explicita ainda mais e, assim, Felipe consegue resolver o problema, provocando risos. Recebeu apelidos carinhosos de “*mineirinho*” e “*bebe quieto*”. A partir daí, os demais insistiram que teriam que conseguir, pois “*se ele consegue, eu também consigo*”. Mais tempo foi dado, e ninguém conseguia, até que Felipe ajudasse um colega “ansioso” e, a partir daí, outros foram ajudados.

Yozo (1996), nesse sentido, afirma que o jogo dramático é uma atividade que permite avaliar e desenvolver o grau de espontaneidade e criatividade do indivíduo, por meio das suas características, estados de ânimo e/ou emoções na obtenção e resolução de conflitos ligados aos objetivos propostos (pág. 17). Dentre os militares, alguns apresentaram ansiedade, outros raiva por não conseguirem resolver, outros mostravam-se indignados porque estavam “*perdendo para uma tarefa tão fácil*”, enquanto alguns simplesmente ficaram mais apáticos diante da dificuldade. Em cada caso, a diretora foi capaz de avaliar o grau de espontaneidade à medida que eram capazes ou não de dar uma resposta adequada à situação proposta.

A diretora solicita que Felipe demonstre ao grupo a solução ao som de “*ahhhh... que droga...*”, “*só isso?*”, “*Assim não vale!*” etc. Expressões de frustração.

Como havia tempo, pois o Jogo não demorara mais que 15 minutos, a diretora propõe um segundo jogo, desta feita, em dupla. O jogo consistia em que se desembaraçassem depois

⁸⁰ Jogo apresentado por Ronald Yudi K. Yozo (autor do livro 100 jogos para Grupos: Uma abordagem psicodramática para empresas, escolas e clínicas, da Editora Ágora) na XVI Jornada de Psicodrama em Florianópolis, em 2016.

de amarrados juntos. Usando as mesmas cordas de náilon, deu as instruções para que se amarrassem. As cordas foram amarradas da seguinte forma: uma ponta no pulso direito e outra no esquerdo, porém entrelaçadas à corda do parceiro. A *consigna* era para que se desenlaçassem um do outro sem desamarrarem as cordas dos pulsos.

Pelo desempenho no primeiro jogo, a diretora percebe o avanço do grupo nas etapas de desenvolvimento, sendo que na primeira fase o grupo está mais dependente da diretora. Esta tem que ser mais atuante e diretiva, não podendo esperar que o grupo tome decisões. A diretora se constitui na sustentação afetiva do grupo, com poder de líder. À medida que o grupo avançava, como percebeu a diretora no grupo de policiais, vinculações foram se fortalecendo entre os participantes e cada qual passou a perceber o outro e a si mesmo no contexto grupal e a sociometria tomou uma forma mais clara. Ficou possível detectar relações em corredor, em duplas.

Foi observado um grande investimento na solução do jogo, com muito esforço e disponibilidade, mas sem sucesso, até que Felipe (novamente) resolve o problema. Questionado como tinha feito, ele disse que lembrava vagamente da solução, pois brincava desse jogo quando criança. Dessa vez, apesar de algumas duplas quererem insistir em desvendar a solução, mais facilmente as duplas aceitaram ajuda e aceitaram também o fato de que ‘não conseguiram’ cumprir a tarefa.

Compartilhamento: O grupo visivelmente alegre e animado compartilha a experiência. Cada um relatou qual jogo preferiu, e como se sentiu, o que pensou no momento e, por fim, o que percebeu.

Alguns contavam as estratégias erradas que tentaram, o quanto se “enrolaram” e como foi divertido. Disseram que “*sentem falta de mais momentos assim*” para permear “*a vida tão dura do quartel e do curso*”. Que poderiam “*ter alguns momentos de distração entre as inúmeras broncas e exigências*”. Destacaram a inveja deles em relação a Felipe, que resolveu sozinho, e a vontade de querer conseguir o que ele havia conseguido. Falaram de como é preciso “*pensar fora da caixinha*” e como ficam sempre com a solução mental, buscando a solução pela lógica linear. Nesse sentido, o jogo dramático foi importante para trabalhar a conserva cultural incorporada, desconstruindo a ideia cristalizada de “como fazer um nó”. Kaufman (1991) nos diz que a conserva é uma categoria utilizada para preservar os valores de uma cultura particular. Pode apresentar-se como pauta de conduta muito além de proporcionar continuidade à herança humana. A conserva cultural serve como espécie de trampolim para uma nova espontaneidade e criatividade.

Ficou claro como, ao perceberem que outros estavam se divertindo de forma espontânea, alguns se dispuseram também. Sobre isso Fonseca assinala que “a espontaneidade se libera mais facilmente em contato com a espontaneidade do outro. Quanto menos espontaneidade um ser vivo possui, mais necessidade terá de outro que a possua.” (2008, p. 28). Assim, a espontaneidade da diretora está servindo de facilitador da espontaneidade do grupo.

A diretora fez diversos assinalamentos do que observou tanto nas atitudes individuais quanto coletivas. Elogiou a ‘entrega’ de cada um na atividade e como se divertiram, mesmo sem a resolução, o que permite deduzir que nem sempre é preciso chegar para encontrar a felicidade presente no caminho.

Mais uma vez um grupo demonstrou gratidão pelo trabalho que está sendo feito pela pesquisadora e muitas palavras de reconhecimento e agradecimento foram pronunciadas. Deixaram no ar a pergunta: *Por que a PM não faz mais coisas desse tipo? Assim a vida do policial seria muito melhor!* A sessão finaliza com abraços apertados na diretora ao sair e cumprimentos calorosos entre si.

6.1.8 8º Encontro - JOGO DO ENIGMA

A diretora reencontra o grupo depois de duas semanas sem sessão, pois houve interrupções devido à semana das Olimpíada Militares. Na semana que antecedeu essas interrupções, o grupo estava agitado e um pouco indignado. Os integrantes achavam desnecessárias as olimpíadas e a forma de cobrança exagerada das provas.

Aquecimento Inespecífico: Impossível não falar sobre o assunto, pois o grupo estava quase eufórico. A diretora tentou entender a sociodinâmica do evento. Havia uma alegria subjacente e uma certa empolgação. O grupo relata como foi o evento e que, para surpresa geral, “foi [considerado] *muito bom...*”, alguns ousaram dizer “*maravilhoso*”. Que se divertiram, que foi animado e parabenizaram alguns colegas que haviam conquistado as medalhas de ouro. Houve destaque para uma colega que está em outro grupo e que tirou o primeiro lugar em montar e desmontar armas. Contaram sobre a corrida de empurrar fusca, prova de tiro, obstáculos, jogos coletivos etc. Estavam muito animados e felizes. Comentando também que foi bom ficar uma semana sem ter aula e sem “*ver a cara de alguns instrutores*” (risos em geral). Mas, o que mais incomodava o grupo era a competição inter pelotões e intra pelotão. Alguns dizem que “*tem gente que estava se matando pra ganhar*” e que “*se perdesse*

ficava puto” e que “*não admitia perder*”. Alguns se declararam mais competitivos e que sempre jogam pra ganhar, enquanto outros diziam que nem se importavam, pois ganhar ou perder não iria mudar em nada a vida deles. Nesse espírito, a diretora propõe jogos de competição para avaliar como isso ocorre. O grupo concorda prontamente.

A atitude da diretora se pauta em Bustos (1979, p. 159), quando afirma que “nos primeiros minutos de um grupo busca-se sondar cada um dos integrantes, deixando lugar para a dinâmica espontânea”. Destaca ainda a necessidade de criar espaço para a manifestação de todos, ou seja, “tratando de que membros do grupo não fiquem sem expressar seu estado de ânimo ou expectativa, mesmo quando respeitamos os silêncios, considerando-os também como uma mensagem válida”.

Aquecimento Específico: A diretora pede que se levantem e, caminhando lentamente, se olhem nos olhos, sem palavras. Com os olhos devem se escolher em subgrupos. Alguns perguntam de quantas pessoas e a diretora diz que tanto faz, mas que é melhor ser mais ou menos igual a quantidade em cada subgrupo. Em segundos, os subgrupos estão formados, parecia até que as equipes já vieram formadas para a sala. Isso expressa os avanços no estreitamento dos vínculos. O grupo está em outra fase de seu desenvolvimento. Agora, seus integrantes já podem fazer valer a expressão ‘nós’ ao invés do ‘eu’, ou do ‘eu-tu’. Foi partir dessa leitura sociométrica grupal que a diretora propôs um jogo de equipes, em que tinham que trabalhar unidos.

Dramatização: A diretora solicita para sentarem em círculo fechado por equipe. Os participantes recebem a seguinte instrução: “*Vocês vão participar de um jogo chamado Jogo do Enigma*⁸¹. *Vocês são membros da Central de Inteligência de um país pequeno e receberam a informação de que um espião está enviando uma mensagem para o inimigo. Caberá a vocês decifram a mensagem o mais rápido possível para evitar que o inimigo receba a mensagem e os ataquem*”. Dito isso, foi entregue uma tira de papel com algumas palavras a cada equipe.

A empolgação imediatamente se transformou em tensão para alguns e a diretora observava ao tempo que aguardava. Com o passar dos minutos, o grupo foi ficando mais agitado, pois achou que seria mais fácil. Fizeram algumas tentativas infrutíferas. O clima ficou mais agitado quando uma equipe, depois de muito tempo, conseguiu decifrar tensionado os

⁸¹ Jogo apresentado por Ronald Yudi K. Yozo (autor do livro 100 jogos para Grupos: Uma abordagem psicodramática para empresas, escolas e clínicas, da Editora Ágora) em atividade para alunos da escola Locus em janeiro de 2017.

demais. Cada vez que um grupo resolvia, os outros ficavam mais tensos. Assim procedem até que o último grupo, que está com dificuldades, aceita ajuda dos demais.

Todos resolvem então o enigma.

Reflexões feitas pelo grupo e diretora:

- Todos acharam que seria “*moleza*” e se frustraram por demorar;
- Todos queriam ser o primeiro a resolver;
- Despertaram algumas lideranças nas equipes e alguns ficaram menos participativos, pois desistiram mais rapidamente;
- Mesmo não sendo proibido, ninguém pediu a ajuda à diretora e nem aos demais;
- Mesmo depois de oferecida, alguns da equipe não queriam receber ajuda e desejavam ter a satisfação de fazer sozinhos. Alguns depuseram que se fossem ajudados perderia a graça;
- Os que ficaram por último se sentiram mais “burros” que os outros, todavia não houve manifestação de superioridade dos demais em relação a estes;
- Alguns só pensavam na responsabilidade, pois vidas (das pessoas do país) dependiam deles e eles não podiam falhar na missão.

A diretora também destacou a união da equipe, pois se concentraram na atividade com intensidade, trabalhando, de fato, em equipe. O espírito de colaboração foi observado, pois assim que uma equipe resolveu, ficou ansiosa para que os amigos também resolvessem seus enigmas. Houve destaque para o respeito às regras, considerando que ninguém pretendeu burlar. Foi respeitosa a forma como acolhiam as ideias dos parceiros, sem julgamentos e ao mesmo tempo com muita leveza e inúmeras piadinhas engraçadas. Mesmo os mais tensos não se excederam, não se estressaram, nem houve manifestação agressiva entre os membros da equipe ou entre equipes. Visivelmente prevaleciam a responsabilidade em cumprir a tarefa, a alegria e a leveza. O grupo se divertiu muito. Os participantes adoraram o jogo e tiveram certa dificuldade para entrar no *sharing*, já que queriam continuar a comentar o jogo. O grupo já está unido e, como afirma Yozo (1996), os participantes “conseguem estabelecer um grau de importância e de liderança dentro do grupo, uma vez que estão integrados e circularizados. O EU-ELES dá lugar ao EU-NÓS, o que implica inversão de papéis entre todos”. De fato, em cada subgrupo foi se estabelecendo uma liderança implícita e aquele que estava segurando o papel contendo a mensagem acabava funcionando como líder, plenamente aceito pelos demais.

Compartilhamento: A diretora direciona para que compartilhem sobre como se sentiram e não apenas sigam discutindo o jogo. Todos disseram que foi divertido e descontraído e que apesar da tensão na hora do jogo, eles relaxaram, pois fizeram algo que os permitiu rir, e acrescentaram: “*coisa rara por aqui*”. Disseram que “*deu pra desestressar*”. Um aluno se diz surpreso com o quanto queria ganhar, coisa que não lhe é normal, ao passo que outro disse exatamente o contrário “*em geral sou competitivo e não quero perder, mas acho que foi por ver o povo na olimpíada quase se matando, me dei conta que não vale a pena e que o melhor é apenas se divertir e curtir com os colegas*”. Houve muitos comentários positivos e palavras repetidas como *legal, desafiador, leve, animado, queremos mais* etc. Pediram para repetir essa experiência perguntando se a diretoria teria outros jogos para trazer na próxima semana. A resposta foi afirmativa.

A cada semana é possível perceber a evolução na relação intragrupal, resultante do desenvolvimento da Tele. Como afirma Moreno (1959, p. 45), a Tele é “como uma ligação elementar que pode existir tanto entre indivíduos como, também, entre indivíduos e objetos e que no homem, progressivamente, desde o nascimento, desenvolve-se um sentido das relações interpessoais”. A Tele é o “fundamento de todas as relações interpessoais sadias e elemento essencial de todo método eficaz de psicoterapia”.

Após uma sessão de psicoterapia com tanto riso é possível apreender, pela vivência, a frase escrita na lápide de Moreno: “aqui jaz aquele que abriu as portas da psiquiatria à alegria”.

6.1.9 9º Encontro – SOCIODRAMA

Esse encontro estava muito tenso. Desde o momento do recebimento da chave da sala, havia um clima de tensão na instituição. O Subtenente que entrega as chaves estava tenso, calado apesar de educado, como sempre. Com as chaves em mão, a diretora se dirige para a sala e é abordada nos corredores por alunos que já a advertem: “*ihhhh, hoje tá feio o negócio!...*” Na sala, as pessoas iam chegando e com muitas discussões entre si, quase não dando atenção ao que estavam fazendo, pois pareciam ‘estar em outro lugar’. E de fato estavam. Estavam no ‘processo judicial’, explicitado a seguir. A diretora começa com o aquecimento inespecífico.

Aquecimento Inespecífico: O grupo expressa que estava envolvido com uma pendência judicial. Explicando: após a seleção e ingresso no curso de sargentos, o Comando

Geral anunciou que um grupo de militares seria excluído do curso, e teria que voltar às suas residências, sob alegação de haver algum entrave jurídico, verificado *a posteriori*. Inconformados, tais policiais entraram na justiça e ganharam o direito de permanecer o curso, sob liminar, até o julgamento final. Nesse dia, havia uma notícia, ainda não confirmada, de que a justiça deliberara desfavoravelmente aos policiais. Isso significava que, se fosse confirmada a notícia, tais militares deixariam o curso, depois de mais de 10 meses de aula, ou seja, faltando apenas dois meses para a formatura. A diretora tentou acalmar os ânimos pois, inconformados, irritados e tensos, todos os participantes do grupo falavam desordenadamente. A melhor forma de fazer isso foi pedir que falassem a respeito: contaram a história, justificaram a judicialização e emitiram suas opiniões. Dois integrantes do grupo estavam dentre os que podem, de uma hora para outra, perder o curso. Há outros colegas nos outros grupos na mesma situação e isso abala a todos. A diretora percebe a seriedade da situação e propõe um trabalho coletivo sobre o assunto. Eles concordam. A percepção da diretora, captada por meio da telesensibilidade esteve ancorada nas expressões dos integrantes do grupo. É importante lembrar Bustos (1979, p. 159) quando afirma que nos primeiros momentos de cada sessão é fundamental ouvir o grupo, sondando o que está ocorrendo e permitindo que a todos, igualmente, seja garantido o direito de se expressarem.

Aquecimento Específico: A diretora pediu que apenas Roberto, aparentemente mais irritado, apesar de não ser dos potenciais excluídos, reporte a história. Quando lhe faltava um dado, um nome ou uma data, os demais o auxiliavam na narrativa. Reportou a angústia pela qual vários colegas estavam passando e a indignação de todos solidariamente. Queixou-se da falta de cuidado da Polícia, bem como da falta da informação precisa... “*um dia os caras dizem uma coisa, outro dia dizem outra e ninguém sabe de nada e ninguém se responsabiliza e a gente fica assim, sem ter para onde correr*” diz Roberto. Segundo ele, “*o pior de tudo*⁸² *é o superior imediato que só quer mandar, gritar e reportar*⁸³ *coisas à toa e desnecessárias. Ele não é um cara bacana com a gente. Ele só quer sacanear*⁸⁴ *com a gente*”. A diretora checou se os demais concordavam e todos dizem que sim. Então passou a trabalhar esse tema.

Dramatização: A diretora pediu que formassem subgrupos e que conversassem sobre uma cena na qual aparece esse “*pior de tudo*”. Dividem-se em 3 subgrupos e cada qual chega

⁸² Grifo nosso.

⁸³ Reportar significa anotar qualquer ocorrência em desconformidade com o esperado, quer seja um uniforme em desalinho, uma atitude, atraso etc. Esse registro, em geral, gera punição (*sic*).

⁸⁴ Grifo nosso.

a uma cena. A diretora pediu que mostrassem ao grande grupo a cena, isto é, que dramatizassem. Colheu as ressonâncias no grupão à medida que as cenas foram apresentadas. Ato contínuo, pediu que cada um escolhesse a cena mais representativa do “*pior de tudo*”. Os integrantes escolhem a cena dois, quase unanimemente.

O grupo dois reapresenta a cena e, no desenrolar da apresentação, a diretora fez interferências, entrevistando os personagens na cena etc. Sobre a entrevista diz Moreno (1997) que a finalidade da primeira entrevista é chegar rapidamente à essência da questão e encontrar a pista para o problema crucial” (p. 387).

A cena foi a de um aluno se dirigindo ao Superior pedindo para ser trocado da escala para o trabalho no fim de semana, pois precisa ir em casa resolver um problema de família.

A diretora advertiu que a cena, a partir daquele ponto, não seria mais do grupo dois e sim de todos. Foi montada a sala do Superior, a porta, a escrivaninha e a cadeira onde este está sentado. A cena se passa no cenário psicodramático e no “aqui e agora” como preconiza a teoria socionômica.

Gonçalves *et al.* (1988) assinalam que o momento, a que se refere Moreno, é quando algo de novo acontece e estimula a percepção do ser humano. Este ser humano que responde a mudanças e que é capaz de destacar um específico momento, separando-o do passado e do futuro, tornando único e particular, transformador das pessoas. Essa categoria de momento só pode ser pensada para homem “em relação” no presente, no ‘aqui’ e no ‘agora’.

O grupo escolhe os alunos para viverem esses papéis. Roberto se oferece para ser o aluno. Ninguém quer fazer o papel de supervisor, e o grupo indica Carlos por ser “*bem alto... daí é bom porque eu tenho que olhar ele de baixo da pra cima*”. Iniciam a dramatização com o aluno à porta, bate continência e pede licença para entrar. Dada a permissão, o aluno se dirige e pede licença para falar. Dada a permissão, o aluno pede para ser transferido da escala nesse fim de semana e recebe um monossilábico NÃO, sem explicações. O aluno solicita então que, já que tem que trabalhar, se poderia prestar serviço na cidade de origem e que iria com seu carro, sem custo adicional para a Polícia e que trabalharia, dessa forma, praticamente o dobro das horas, apenas para que, ao final do expediente, pudesse estar mais próximo da família e resolver seu problema.

O superior apenas nega novamente, de forma áspera e sem explicações da negativa. A diretora pede que outro venha fazer o papel de superior. Henrique (assumindo o papel do diretor) também nega, porém não é áspero. A diretora pede ainda que um terceiro, Orlando, entre no papel e pergunta como responderia se fosse o superior. Ele também nega e dá muitas

justificativa da negativa. Um quarto aluno, Sérgio, faz o papel e tenta permitir. Sérgio procura ver se tem outra alternativa para resolver o problema, mas não consegue. Conforme Menegazzo (1995, p. 114) por meio da tomada de papéis é possível “colocar diversos sujeitos, em um mesmo papel, enfrentando o mesmo contrapapel, fazendo-os dramatizar sucessivamente”. Como a proposta é trabalhar a cena coletiva, é indispensável que a diretora faça uma investigação social mais horizontalizada (em vários participantes) e não uma investigação mais verticalizada adentrando na subjetividade de apenas um protagonista, pois é preciso ficar claro que o protagonista é o grupo.

Voltando Carlos no papel, a diretora inverte os papéis e o aluno (Roberto) que passa a ser o superior e é entrevistado pela diretora que lhe pergunta o porquê da negativa. Roberto (com um pouco de dificuldade de entrar no papel do superior) alega que não pode permitir, senão ele próprio terá que responder por isso ao seu superior. A percepção do outro é requerida e ocorre amparada pelo fenômeno Tele. A capacidade de inverter papéis reflete um grau de maturidade no indivíduo (FONSECA, 2008) de forma que alguns protagonistas podem não estar aptos à técnica, cabendo ao diretor avaliar essa capacidade. Nesse caso, a diretora avaliou que ambos estavam em condições, pois foi evidente que à medida que Roberto assume a posição do chefe, consegue ver aspectos do papel até então não levados em consideração.

A cena é desdobrada para outra cena (cena 2) em que Roberto (no papel de superior) está sendo inquirido pelo subcomandante por sua atitude (Beto faz o papel). A diretora inverte novamente e coloca Roberto no lugar do subcomandante, que faz severas críticas e diz que vai ‘reportá-lo’ ao comandante.

A cena é desdobrada uma outra vez e aparece agora a sala do comandante (cena 3). O subcomandante (Roberto) vai ser questionado pelo comandante (Henrique faz o papel). A diretora inverte novamente e pede que Roberto assumira o papel de Comandante. Nesse momento, Roberto sai do papel de Comandante e fala por si mesmo, pois rindo diz “*eu nunca quero ser ele*”. A diretora percebe que houve um breve desaquecimento com a saída do papel, ou seja, Roberto sai do contexto psicodramático e passa ao contexto social. A diretora volta a aquecê-lo para que volte a entrar no contexto do “como se” – contexto psicodramáticos. Na cena 3, Roberto questiona o subcomandante sobre sua atitude de ser ‘bonzinho’ demais com os subordinados. A diretora entrevista o comandante (Roberto) que diz: “*tem de ser assim mesmo, senão a Polícia vira uma bagunça... imagina fazer tudo o que todo mundo quer... eles sabiam que era assim quando entraram pra Polícia e estão aqui porque querem. A vida militar exige disciplina, obediência e rigoroso cumprimento das regras. Assim, não dá para*

ficar fazendo favores pessoais, porque se fizer pra um, todos vão pedir e terão o mesmo direito de receber". Nesse momento, Roberto sai do papel e diz... *"entendi, caiu uma ficha... ele tem razão... assim é a polícia e nunca vai mudar"*. Esse *insight* advindo da técnica fez Roberto se colocar no lugar do outros, estabelecendo a empatia e podendo refletir sobre o seu papel e o do outros, inclusive acerca de suas cristalizações. Conforme Bustos (1979, p. 33), "o papel é a menor unidade de cultura, ponto de partida para o estudo do homem segundo Moreno e o lugar onde se cristaliza a pessoa em uma zona especial de operações".

Após a percepção desse *insight*, a diretora retorna à cena 1. Roberto de volta ao papel do aluno, repete o pedido de dispensa e tem outra reação à recusa. Não está feliz com a recusa, mas não está revoltado. Diz que tem que buscar *"outra forma de resolver meu problema ao invés de querer outra forma para a polícia"*. Osório (2003, p. 40) colabora com o tema papéis e sua relação quando diz que: "para Moreno, os papéis e as relações entre os papéis permitidos ou desejados são os fatos mais significativos no contexto de uma cultura" e, mais adiante replica as ideias de Moreno de que "papel é a unidade da cultura e que há uma interação contínua entre o EU (*self*) e a variedade de papéis que representa, ou poderia vir a representar". Nesse momento, Roberto dá uma resposta renovadora para a situação antiga, pondo em cena sua criatividade para buscar outras alternativas.

A diretora pede que façam outra imagem do *'pior de tudo'*. O grupo faz uma imagem mais leve na qual aparece a hierarquia cumprida e o aluno sargento não se sentindo *"sacaneado"*. É verificado se alguém quer mudar alguma coisa na imagem, pois é sempre uma produção coletiva quando se trata de sociodrama, como nesse caso. Fazem pequenos ajustes e chegam à forma final. Roberto completa: *"definitivamente, aquilo não é o pior de tudo... ele não tava me sacaneando, é que às vezes dá pra fazer e alguns não fazem porque não querem, mas na maioria das vezes é assim mesmo na Polícia"*.

Passamos para o fechamento das cenas, quando o cenário é desmontado, cada participante é colocado em seu próprio papel social e volta-se para a realidade do contexto grupal. Conforme Gonçalves *et al.* (1988, p. 97-99), o "contexto social é aquele constituído pela realidade tal como é", pelo tempo cronológico dos relógios e espaço concreto geográfico. O contexto grupal, por outro lado, é constituído pela realidade do grupo tal como é, pelo tempo dentro de um intervalo estabelecido (1 hora de sessão), e pelo espaço concreto escolhido (sala do CEFAP). Por sua vez, o contexto dramático é constituído pela realidade do "como se", pelo tempo fenomenológico, e espaço virtual, construído no cenário psicodramático (salas do superior, subcomandante e do comandante).

Nos comentários, ainda na sessão, Roberto inicia dizendo que não tinha parado para pensar que o comandante, e cada um, tem uma série de obrigações e que são cobrados igualmente por elas: “*senti pena deles*”. A diretora lembra que, em sua pesquisa bibliográfica, identificou que entre as profissões mais estressantes do mundo as quatro primeiras posições são de militares e que, de acordo com a fonte, na terceira mais estressantes estão os Generais. Ou seja, mais estressante que a dos policiais militares, que é a quarta. Foram amplamente discutidas as vantagens de estar nos postos de comando, mas sobressaíram as desvantagens de se estar em tais postos, isto é, no papel de Comandante.

Iniciou-se uma conversa rápida sobre como era a “polícia de antes” e a “polícia de agora”, que agora tem muita política: “*aqui, agora, todo mundo quer virar governador*”⁸⁵.

A diretora faz um fechamento sobre a empatia: como é necessário e difícil de se colocar no lugar do outro! Encerra a dramatização e parte para o *sharing*.

Compartilhamento: Sérgio diz que pensou no pai, pois ele (filho) pedia e não ganhava e ficava bravo, mas agora como pai se vê tendo que negar alguns pedidos dos filhos, e que “*isso é bem ruim... porque às vezes, até podia dar para um, mas os outros iam querer e ele não teria para todos*”. Roberto acrescenta: “*a gente vive uma pressão danada, todo dia, mas a vida desses caras... (referindo-se aos superiores) eu não queria não... eles até ganham bem, mas Deus me livre e guarde... não vale a pena!*”.

O sociodrama, na forma defendida por seu criador, é um dos instrumentos científicos de ação social, com caráter preventivo, didático e de reconstrução de uma comunidade, uma vez que suas produções e suas soluções são originadas no próprio grupo, semelhante ao que ocorre nas pesquisas interventivas (FLEURY & MARRA, 2012; NERY, COSTA & CONCEIÇÃO, 2006). O sociodrama trata de problemas em que um aspecto coletivo é trazido para o primeiro plano. Assim, trabalha com o desempenho de papéis, sendo que a ênfase é dada sobre os papéis sociais (MORENO, 1975; MORENO & MORENO, 2006).

Diversos comentários surgiram sobre o bom andamento dos trabalhos e novamente houve muita gratidão pela disponibilidade de a pesquisadora estar trabalhando com a PM. Roberto afirma: “a senhora poderia estar em casa com seus filhos ou no seu trabalho e está aqui tentando nos ajudar”. Carlos complementa “*cada dia que a gente vem, sai daqui um pouco melhor*”.

A sessão foi encerrada com os cumprimentos calorosos.

⁸⁵ Alusão ao fato de o atual governador do Estado de Santa Catarina, Carlos Moisés da Silva, ser Coronel da Reserva do Corpo de Bombeiros Militar de Santa Catarina (CBMSC) e bacharel e mestre em Direito.

6.1.10 10º Encontro - PSICODRAMA TEMÁTICO: CORPO

Semelhante aos encontros anteriores, a diretora chegou a tempo de organizar a sala e esperar todos irem se acomodando. A essa altura, o grupo estava totalmente solto e confiante. Chegaram rindo e fazendo brincadeiras, em especial com a diretora. A conversa introdutória foi sobre “bater continências”. Alguns estavam explicando para a diretora qual o sentido e significado desse gesto, bem como ensinando a forma correta de fazê-lo. Entre risos e brincadeiras, o grupo foi entrando na sala. Alguns integrantes iam se chegando e “se atirando” nas cadeiras em expressivo sinal de cansaço. Manifestam que estão cansados, alguns reclamam do sono, outros da alimentação, outros dos exercícios físicos, outros de acordar muito cedo e assim por diante. A diretora percebeu que o grupo estava se manifestando com o corpo e decidiu dirigir o aquecimento para esse assunto. Propõe um trabalho sobre o corpo ao grupo. Aceitam imediatamente.

Aquecimento Inespecífico: A diretora solicitou que se acomodem confortavelmente nas cadeiras, porém adotando uma postura mais ereta, pernas descruzadas, mãos apoiadas nas pernas, coluna reta e dirige um trabalho de conscientização corporal. Iniciou pela respiração e foi propondo um relaxamento corporal. Quando percebeu pelas expressões faciais tranquilidade e calma, inicia a segunda etapa.

Aquecimento específico: Foi conduzida uma tomada de consciência corporal das diferentes partes do corpo com suas funções, com pausas longas e breves de acordo com cada tema: *“Inicie pelos pés, veja mentalmente seus pés descalços... agora com meias... agora com o coturno... pense nos lugares por onde tem andado, a forma de pisar... andar... marchar... por que caminhos tem trilhado nas estradas e na vida como um todo?... você tem dado passos largos? passos maiores que as pernas? caminha na vida com firmeza? está parado?... não tem andado na vida?... tem tropeçado? Em quê?... tem chutado? O quê?... quem?... tem pisado em alguém?... qual é o seu “calcanhar de Aquiles?... Agora veja mentalmente suas pernas... joelhos e coxas... como são? Pernas grossas, finas, pelos? Mais pelos?... menos pelos?... mentalize a musculatura das pernas... como está a flexão dos joelhos? ... tem se ajoelhado? Está flexível? Rígido do tipo ‘não se dobra’? Tem mancado? Dado mancadas? Corrido? Saltado? Grandes saltos? Pequenos saltos?... e assim por diante... Aos poucos, foram visualizadas as partes do corpo e o que representam. Exemplo: “jogo de cintura – embarrigando decisões – de peito aberto – dar braçadas – abraçar e ser abraçado – dar uma mãozinha – dedurar – bater – acenar – mão fechada - as dores de cotovelos – dar as costas*

para – dar de ombros – carregar nos ombros – curvar-se – dar colo – ter peito para – ser peitudo – abaixar a cabeça para – de cabeça erguida – de cabeça cheia – olhar ao redor – ouvir o que não quer – não ouvir os outros – abrir a boca – boquiaberto – engolir os sapos – cantar de galo – dar cabeçadas etc. Tendo se “apropriado” completamente do corpo, a cada um foi solicitado pensar na sua relação com o seu corpo. Assim, ao abrir os olhos, cada um deveria escrever uma “CARTA PARA O MEU CORPO” na qual pudesse manifestar sua relação com o próprio corpo.

Dramatização: De posse de papel e caneta, cada qual se pôs a escrever uma carta para seu corpo. Essa atividade tomou bastante tempo, pois apesar de as cartas terem sido relativamente curtas, foram escritas muito calmamente e pensadamente. Assim que todos concluíram, a diretora, que já havia identificado lágrimas em alguns rostos, abriu a possibilidade de apresentarem ao grupo sua carta, não sendo, no entanto, obrigatório fazê-lo.

Aos poucos, foram apresentando e, um a um, liam as cartas. Ao término de cada leitura, o grupo tecia comentários, alguns se identificando, outros manifestando empatia, outros propondo mudanças.

Todos apresentaram e se manifestaram. Os que estavam emocionados tiveram espaço e grande acolhimento do grupo para chorarem e compartilharem as emoções. E, de fato, alguns se emocionaram mais com a carta do companheiro do que com a sua própria. O choro se deu, em sua maioria, pela consciência de que não estão se cuidando fisicamente como deveriam e como gostariam, especialmente sendo eles militares, profissão que exige muito do corpo. A falta de lazer apareceu de maneira forte nas apresentações.

Compartilhamento: O grupo foi particularmente generoso em elogios acerca da qualidade do trabalho realizado. Dizendo:

Sabrina: *“como uma tarefa simples poderia me dar tanta consciência acerca da relação com o próprio corpo?”*

Mário: *“nunca havia parado pra pensar nisso”... “a gente acha que corpo é obrigado a fazer tudo o que se quer... e a gente acha ruim quando fica doente.”*

Luís: *“Eu sempre achava que meu corpo era uma máquina que me levava pra lá e pra cá e que nunca podia falhar”, “eu fico puto quando fico doente... e agora vejo que isso é só ignorância minha”.*

Solange: *“Eu acho que, em geral, cuido bem do meu corpo, mas mais na parte de ginástica e embelezamento... gosto de estar sempre arrumadinha ... mas às vezes eu peço por*

dormir pouco, segurar a bexiga muito tempo, às vezes até esqueço de comer...(risos) e isso é péssimo”.

Gerson: *“Me dei conta de que tenho que pedir muito perdão pro meu corpo, pois nem quando estou doente eu cuido dele. Tenho exames pra fazer... e nada. Um relaxamento só. Vou mudar isso.”*

A diretora faz um fechamento, enfatizando a noção do “Eu e o Corpo” x “Eu Corpo”.

Chamou atenção o fato de quase todos iniciarem as cartas com a expressão “querido” para se referirem ao corpo. O corpo na atividade de Policial Militar é central, pois é uma atividade laboral que requer grande esforço físico, com prontidão para correr, saltar e lutar. É requerido que o corpo esteja sempre em forma, com saúde. É recomendado a combinação de dieta balanceada e rotina de exercícios físicos, resultando em um organismo saudável, com aumento da disposição e resistência física, melhora do tônus muscular, força, equilíbrio e flexibilidade. Todavia, não são levados em consideração os aspectos de sono e lazer para a manutenção da saúde física e emocional. Parece que corpo é separado do emocional e da racionalidade.

A principal proposta dessa sessão foi proporcionar uma viagem pelo corpo contraindo, soltando, alongando, balançando, expandindo, retraindo para identificar áreas tensas e limitadas. Por meio dessa vivência, cada um pode perceber se está cuidando adequadamente do seu corpo e quais necessidades poderiam ser melhor atendidas. Pelos depoimentos esse objetivo foi alcançado. O corpo reflete os sintomas do estresse incluindo: mãos e pés frios, boca seca, nó no estômago, aumento de sudorese, tensão muscular, insônia, taquicardia, hiperventilação, hipertensão arterial, mudança no apetite, diarreia, náusea, tiques, ansiedade etc. Daí a importância de um trabalho de conscientização visando melhorar as condições corporais para minimizar o estresse.

Naffah Neto (1980, p. 18) é categórico em afirmar que "um corpo rompe a imobilidade e se faz ação e, de repente, um novo espaço se cria, o isolamento se desfaz, os corpos se encontram e se fazem presentes (...). Corpo que, por fim, faz-se espontaneidade e criação para encontrar-se no confronto com outros corpos". E acrescenta que são "corpos que se escondem, corpos que se mascaram, corpos que se fecham e que se fazem ausentes; corpos tensos e imobilizados, corpos temerosos". Naffah (1980, p. 7) descreve o corpo como “fundamento existencial, um centro virtual de ações, mergulhado em um compromisso indissolúvel com o real”. No caso dos policiais militares, foi possível encontrar corpos que

escondem as dores físicas para não parecerem fracos. Mascaram-se com as fardas e detrás delas há medo e insegurança: *“quando a gente tá fardado tem que segurar a onda”*. Muitas vezes os policiais se fecham em nome da lei e da ordem, e segundo eles próprios, nunca podem se fazer ausentes. Às vezes imobilizados pela impotência especialmente quando tais corpos devem encarar situações de alto risco: *“meu corpo tremia quando tive que encarar um marginal da pesada, um dia”*. Há muita dor manifesta nos corpos quando não conseguem salvar vidas (*sic*).

Evidentemente, na Socionomia o corpo não é questão central, como na terapia de Wilhelm Reich (1897-1957) ou na bioenergética de Alexander Lowen (1910-2008), porém a linguagem corporal é um dos seus principais recursos (MASSARO, 1996, p. 33). Massaro (1996, p. 33-36) acrescenta que o corpo permite que a espontaneidade busque a ação. Esse corpo está repleto de desejos, emoções, fantasias. Estas, às vezes conflitam com o repertório de exigências do mundo real com seu próprio imaginário. Gerson expressa isso quando depõe sua luta entre um corpo imaginariamente ideal e as necessidades de exames físicos e assistência médica. Solange também manifesta esse conflito entre ter que “estar arrumada” para atender às demandas sociais e “segurar a bexiga” ou “não comer” que significaria atender a demandas ‘meramente’ corporais. Luís é ainda mais explícito: *“Eu sempre achava que meu corpo era uma máquina que me levava pra lá e pra cá e que nunca podia falhar”*.

Pensamentos com os de Luís puderam ser reconsiderados no desenrolar da atividade, conforme depõem Mário e Sabrina. Essa atividade, denominada psicograma, foi proposta a partir dos sinais expressos, pelos corpos dos alunos, na forma como se ‘esparramaram’ nas cadeiras ao chegar, diferente do que geralmente ocorria. Nery & Costa (2008) destacam que o diretor deve detectar, a partir do vínculo terapêutico tético, os sinais de sofrimento do grupo e, partir deles, revelar que está conflitante. Somente depois deve iniciar a intervenção terapêutica. As autoras acrescentam que cabe ao diretor a abertura e o fechamento da sessão, o que ocorreu na sequência.

6.1.11 11º Encontro – ÁTOMO SOCIAL

Em função de necessidades da Polícia Militar, as atividades foram realocadas para outra sala, em outro prédio, dentro do CEFAP. Foi destinada a sala número 3 do prédio de “tijolinho a vista”. Uma sala mais ampla e confortável. O grupo não apresentou dificuldade de adaptação ao novo ambiente e a maioria dos integrantes gostou. Comentário apenas no

sentido de “*por que não deram essa sala para nós desde o início?*” e um certo inconformismo com o fato de terem transferido nossa atividade de espaço físico, que, para alguns, soou como uma “desconsideração” para com a psicóloga e para com o trabalho em curso.

Esse encontro teve por objetivo realizar a segunda aplicação do Átomo Social com o propósito de avaliar a variação na dinâmica das relações sociométricas e o grau de envolvimento social de cada aluno, após as intervenções terapêuticas.

Aquecimento Inespecífico: Foi solicitado que levantassem e caminhassem pela sala para que encontrassem um local de conforto e, de pé, iniciassem um relaxamento corporal. As partes do corpo foram nominadas e eles foram adquirindo postura mais ‘à vontade’. A diretora solicita a alguém do grupo que comande um exercício de relaxamento, tarefa já rotineira entre eles.

Aquecimento Específico: Aproveitando o clima de relaxamento, a diretora relembra que, no primeiro encontro, eles realizaram uma atividade na qual se colocaram como átomos, Para tal, deveriam pensar nas pessoas importantes de suas vidas, alocando-as em maior proximidade ou distância do núcleo, onde eles próprios estavam alocados. Todos lembraram. A diretora então solicita que pensem no momento atual, em como estão as pessoas e seus relacionamentos e que façam novamente o desenho do átomo social na folha disposta a sua frente.

Dramatização: Cada qual se sentou em uma cadeira de frente para uma carteira onde havia uma folha de papel branco tamanho A4. Novamente, foram disponibilizados lápis coloridos para todos. Foi pedido que pensassem em suas vidas e as imaginassem na folha branca. Deveriam pensar nas pessoas importantes nas suas vidas, naquele momento. Não importava se era uma relação positiva ou negativa, passada, presente ou até mesmo futura. O critério era ser importante. Como já conheciam a atividade, ficou mais fácil e prontamente se puseram a executá-la. Ao término, os átomos foram apresentados ao grupo.

Compartilhamento: Após a apresentação, o grupo compartilhou os sentimentos, pensamentos e percepções que ficaram focados nas comparações entre o primeiro e o segundo desenho. Vários identificaram a diferença entre um e outro momento e como estão mais sociáveis. Ficou perceptível nos comentários apresentados relacionados a seguir:

- “*com mais afeto para com as pessoas importantes da minha vida*”;
- “*hoje dou mais atenção para eles, apesar de não ter tempo*”;
- “*engraçado como nada mudou e tudo mudou, porque mudou dentro de mim*”;

- “eu e a minha esposa nos entendemos e agora está bem, mas foi bem difícil, se não fosse a senhora e esse curso, nem sei... acho que tinha ido pro espaço”;

- “Acho interessante que nem me dei conta, mais hoje estou mais aberto e me dou mais com os rapazes [se referindo aos colegas do curso]. Fiz muitos amigos e me dou mais, sou mais brincalhão”;

- “o meu primeiro desenho eu não pintei e esse ficou mais bonito e mais cheio”;

- “eu também não pintei e hoje tem mais pessoas, dava até vontade de botar mais gente ali... nossa... se eu fosse colocar todo mundo mesmo... nem cabia na folha”.

O encontro foi encerrado no horário, confirmando-se a data do próximo encontro que seria o último.

A aplicação do Átomo Social, com vistas ao resgate da espontaneidade, não precisaria ter sido repetida, porém, a necessidade de se avaliar a eficácia da Socionomia na redução do estresse em policiais militares, objeto desta pesquisa, levou à reaplicação. Assim, foi possível uma avaliação quantitativa e qualitativa dos vínculos em curso na vida desses profissionais. Tal avaliação já foi apresentada no item 4.8. Essa levou em conta a afirmação de Moreno (1992, p. 149) para quem “a espontaneidade opera no presente, agora e aqui, propõe o indivíduo em direção à resposta adequada à nova situação ou à resposta nova à situação já conhecida”. Foi justamente essa espontaneidade, desembotada também ao longo das sessões de terapia, que levou o grupo a ampliar seus vínculos.

6.1.12 12º Encontro: PSICOGRAMA

Com a atividade do décimo segundo encontro a aplicação do desenho de papéis por meio da técnica do Psicograma foi repetida. Isso permitiu investigar mudanças significativas na quantidade e qualidade dos papéis que estavam sendo desempenhados pelos policiais militares. Ao chegarem, tomaram assentos e assinaram a lista de presença.

Aquecimento Inespecífico: Foi solicitado que caminhassem pela sala, procurando tomar contato com o corpo, experimentando e expansão e retração dos movimentos corporais, movimentos em planos baixo, médio e alto, conforme instruções da diretora. Após o aquecimento, o grupo levemente descontraído é solicitado a tomar lugar nas cadeiras com uma carteira.

Aquecimento Específico: A diretora solicita que fechem os olhos e visualizem em suas mentes o que for orientado. Com voz suave e pausando a cada passo diz: “você, no

segundo encontro, foi solicitado a se lembrar do momento em que era um bebê deitado no berço, onde se limitava a dormir, chorar, respirar etc. Foram lembrados os momentos de seu crescimento, incluindo escola, arrumação do quarto, compras, amizades, vida profissional, enfim, seus diferentes papéis. Você foi solicitado a realizar um desenho, como se fosse uma pizza, onde seus diferentes papéis estão distribuídos em 'fatias' de acordo o tamanho e o espaço que ocupa na sua vida.

Dramatização: Seguindo o aquecimento específico, o grupo foi conduzido a pensar na sua vida atual sem se preocupar com o desenho realizado anteriormente, não pretendendo fazer diferente nem fazer igual. Foi dito: *“Solicitamos agora que pense nesses papéis hoje e visualize mentalmente como eles estão nesse momento. Façam o desenho como se fosse a primeira vez. Que o mesmo expresse como os papéis estão hoje em suas vidas. Visualizem esses papéis em forma de pizza. Quando... quando estiverem com essa imagem pronta... abram os olhos e, utilizando essa folha que foi colocada à sua frente, desenhe essa pizza, indicando cada papel, que tamanho e que sabor tem”*. Há lápis coloridos à disposição nesta mesa aqui no centro”.

E assim fizeram. Então, as pizzas foram apresentadas ao grupo suscitando comentários dos colegas e perguntas.

Compartilhamento: Após a apresentação, o grupo compartilhou os sentimentos, pensamentos e percepções desse segundo desenho: “O Encontro foi encerrado e todos se despediram calorosamente. O grupo está bastante unido.

6.2 ANÁLISE DOS DESENHOS

A exemplo do trabalho com Átomos Sociais, o trabalho com desenho (psicograma) foi realizado em dois momentos. No segundo e no antepenúltimo encontros, foram recolhidos 57 pares, totalizando 114 desenhos. Objetivando dar uma ideia das avaliações, serão apresentados três pares de desenhos representando o conjunto. Para manter a privacidade, os sujeitos serão chamados de Antônio, Francisco e Joaquim.

6.2.1 ANÁLISE DO DESENHO DE ANTÔNIO

Antônio é um jovem policial que vem enfrentando dificuldades em seus relacionamentos devido a sua agressividade, bem como ao seu carácter ‘namorador’, pois

diretora, em particular, antes ou depois das atividades, tendo sido adequadamente acolhido. Várias reflexões foram suscitadas ao longo das atividades, e Antônio foi se arrependendo e trabalhando a culpa ao mesmo tempo que ia compreendendo a importância do seu papel de pai e marido. Compreendeu o real sentido de suas aventuras amorosas extraconjugais que *“não me levam a lugar nenhum e só ferram com a minha vida e ferram com meu casamento. Minha mulher tem razão em me mandar embora e eu quero mudar isso. Quero deixar de ser esse canalha que eu sempre fui e dar mais valor para o que eu tenho em casa – minha família”*.

Antônio trabalha bem sua agressividade e consegue “se colocar no lugar do outro” ao fazer o reconhecimento do EU e do TU, ficando apto para o desenvolvimento da empatia para com a esposa, filhos e amantes.

No segundo desenho, substitui a importância dos papéis de amigo e aluno pelo de Pai e Marido. Segundo ele: *“eu comecei a ligar mais para eles e a falar pelo ‘facetime’ com eles todas as noites. Estou batalhando pelo meu casamento e espero que minha mulher perceba que eu mudei, graças a esse trabalho aqui, com a senhora. Mas, se Deus quiser, eu vou conseguir. Só quero uma nova chance”* diz, com os olhos marejados.

Antônio, ao longo das terapias, teve as catarses de integração. Para Moreno (1992), a Catarse de Integração é a mobilização dos sentimentos, afetos e emoções ocorridos na interação, télica ou transferencial, de dois ou mais participantes de um grupo terapêutico. Constitui num fenômeno que valoriza verdadeiramente o trabalho sicionômico, permitindo clarificação intelectual e afetiva de modo a ampliar possibilidades da existência, ao tempo em que facilita desenvolvimento de papéis a partir do *acting out*.

O papel relativo ao curso aparece bem menor, e seu desagrado é manifesto pela cor preta. Aparece o lazer, e os amigos estão menos importantes que os filhos e esposa, agora.

Seu segundo desenho apresenta mais cores, em tons fortes e bem marcados, porém com harmonia.

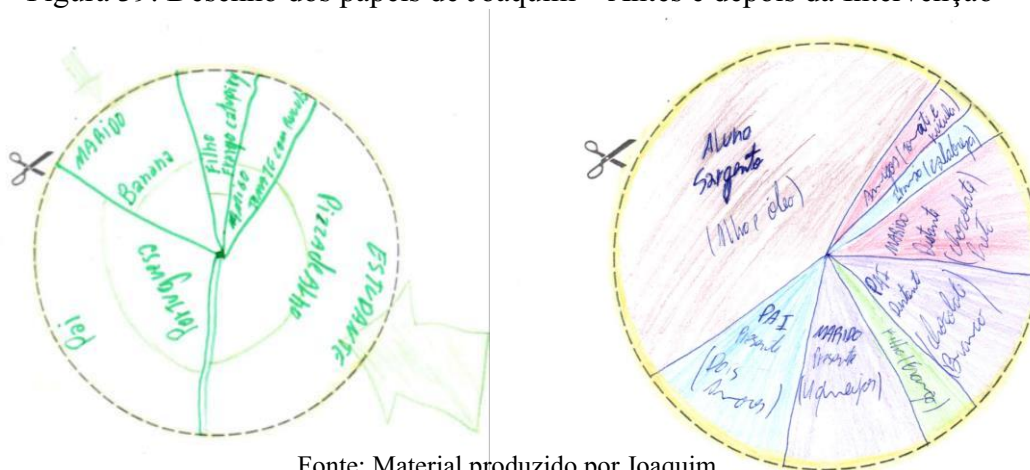
6.2.2 ANÁLISE DO DESENHO DE FRANCISCO

Francisco é bastante introvertido e calado. Demonstra ser intratense. Quando solicitado a trabalhar, é extremamente disponível e participativo. Francisco desenha sua ‘pizza’ com apenas 3 fatias, sendo a do papel profissional, familiar e social de amigos.

6.2.3 ANÁLISE DO DESENHO DE JOAQUIM

Em seu primeiro desenho, Joaquim apresenta cinco papéis: pai, marido, filho, amigo e estudante. A distribuição não é uniforme, pois o papel de pai e de estudante tomam praticamente 66% de sua vida. Antônio se surpreende ao ver o ‘tamanho’ que o curso tem e o espaço que ocupa em sua vida. O desenho é monocromático. Dominam as fatias referentes ao papel de pai e de estudante com sabores ‘portuguesa’ que “*eu gosto*” e ‘alho’ que “*eu detesto*”. Alega que o papel de marido está com o sabor ‘banana’. Os papéis de filho e amigo estão pouco contemplados no momento da atividade. Joaquim se apresenta ansioso.

Figura 39: Desenho dos papéis de Joaquim – Antes e depois da Intervenção



Fonte: Material produzido por Joaquim.

O segundo desenho de Joaquim é consideravelmente mais colorido e harmônico. Sua distribuição está alternada em 8 papéis. Em oposição, no segundo desenho, Joaquim promove uma modificação substancial à medida que amplia o papel de marido. O papel de marido e pai está agora dividido em duas partes descritas como “*pai presente e pai distante*” e “*marido presente e marido distante*”. Alega que se trata de quando está efetivamente em sua casa com a esposa e filhos e quando está distante, embora não ausente. Passa a fazer ligações mais frequentes para os filhos e esposa. Aparece o papel de irmão. Joaquim, ao longo do tempo, trabalhou sua espontaneidade e criatividade. Está, agora, menos ansioso e mais alegre, mais solto com os colegas.

Segundo Zerka Moreno (2001) “a palavra espontaneidade vem do latim *sponte*, que quer dizer de dentro de si, em concordância consigo próprio”. Relaciona-se com a Tele e a reflexão e também dá à pessoa a sensação de ser livre para agir de acordo com a situação” (p. 39). É o caso de Joaquim quando passa a telefonar mais para a família. No dizer de Zerka (p.

38), ao discorrer sobre espontaneidade, há duas maneiras opostas de se deparar com a surpresa, ou seja, situações novas sobre as quais não se tem muito domínio da ação: uma é a ansiedade, a outra é a alegria. Para a autora, a espontaneidade entra nessa brecha, pois entende que espontaneidade e ansiedade são funções uma da outra: quando a espontaneidade aumenta, a ansiedade fica rebaixada e vice-versa. Joaquim, à medida que aumenta a espontaneidade, diminui a ansiedade e esta dá lugar à alegria.

13º Encontro: RETESTE – ISSL e SRQ-20

Esse encontro foi destinado à reaplicação dos Testes ISSL e SRQ-20. Todos os integrantes dos quatro grupos - Alfa, Beta, Charlie e Delta – participaram, e os resultados fazem parte da análise quantitativa desta pesquisa apresentados no Capítulo 5.

14º Encontro: FECHAMENTO

O último encontro foi destinado à avaliação e fechamento. Pairava um clima de despedida que era um misto de alegria, porque a formatura estava chegando, e também de tristeza pelo fim das nossas atividades, dos nossos encontros.

A diretora propõe uma atividade que inicia com o Aquecimento Inespecífico, solicitando que cada um caminhe em silêncio pela sala e vá se recordando de tudo o que foi vivenciado no grupo, não apenas no grupo, mas também no curso. E acrescenta: “*Se deem conta que está acabando e que haverá um fechamento. O fechamento do curso será na formatura e o do grupo será aqui, neste momento, neste encontro*”.

Aquecimento Específico. Foram solicitados a se sentarem em suas cadeiras - formando um círculo – e a conversarem por 5 minutos sobre tudo o que viveram. A conversa aconteceu de forma natural e espontânea, uns dizendo o que mais gostaram, outros relembando os momentos difíceis das aulas etc. A diretora pede, então, que “*cortem com o verbal e que, por um instante, pensem no colega que está à sua direita. Olhe para ele, por alguns segundos e pense na pessoa dele. Se é próximo, distante, mais amigo, apenas colega... enfim... alguma característica dele*”. Cumprido o tempo, é iniciada a etapa da dramatização.

Dramatização: A diretora distribui uma folha de papel e pediu que guardassem as canetas, pois não seriam utilizadas naquela atividade. Ao contrário, adverte que fica vetado a possibilidade de utilizar qualquer tipo de lápis, caneta etc. Com aquela folha de papel em

branco e usando a criatividade, eles deveriam produzir um presente a ser ofertado ao colega da direita em nome de todo o grupo. Iniciam a produção e assim que todos terminam inicia-se a entrega dos presentes. Os nomes utilizados são novamente fictícios.

Marcos começa entregando para Lucas um avião e diz:

- *“Eu fiz um avião para ti Lucas para te levar às alturas nessa nova carreira. Acredito na tua capacidade de ser um grande piloto nesse novo momento da tua vida. [todos aplaudem]”*;

- Lucas toma a palavra e se dirige ao colega Matheus dizendo: *“Aqui está uma bandeira branca. Fiz uma bandeira para ti, para te dar paz. No decorrer deste ano, o que a gente mais precisou foi de paz, paz interior, paz aqui no curso... então eu fiz esse mimo, eu fiz uma bandeira para você, porque é o que nós mais precisamos, é o que nós mais procuramos”*.

- Matheus recebe a bandeira, agradece e se abraçam [aplausos do grupo]. Volta-se para o colega Tiago e diz: *“Quando eu olhei aqui para o meu lado ficou fácil fazer alguma coisa para a pessoa. Fiz um avião [todos riem, pois o colega é piloto]. Ele é piloto de helicóptero, mas fiz um avião para ele andar de avião agora, pois o avião anda mais alto e mais rápido. E ele merece! [novamente o grupo aplaude e se cumprimentam efusivamente]*.

Então Tiago, com seu avião na mão, pega seu presente e se dirige a João dizendo: *“No pequeno tempo que tivemos aqui... eu fiz uma série de presentes... [risos] para o meu amigo, apesar de não representar tudo o que eu gostaria de dizer e tudo que você é. Eu fiz no primeiro momento um pássaro [representando a pomba da paz] para te trazer esperança para você enfrentar os teus desafios. Fiz uma estrela ninja para que você possa se proteger contra os seus inimigos. E aqui é um avião para você chegar bem rápido a Chapecó, para ir de avião e chegar perto da tua família”*.

Com emoção, abraçam-se e este se dirige ao colega Felipe com este comentário: *“Na verdade, em toda a nossa carreira, nos ensinam que **se queres a paz, prepara-te para a guerra**. Então, isso aqui não é um símbolo que significa guerra, significa a paz... e também significa o coração de um guerreiro... porque você também... quando acha uma situação justa... ou injusta... você vai e busca aquilo que acha certo. Você é um guerreiro, você vai atrás daquilo que acredita. Então por isso a espada e o escudo pra se defender. Sempre lembrando que isso não representa a guerra, e sim a paz. Você tem o escudo para se defender e a espada para contra-atacar, sempre para buscar a paz”*.

Depois de se abraçarem, inicia a entrega do presente ao colega Pedro, que por ser uma coisa aparentemente pouco elaborada, suscitou muitos risos do grupo com alguma

malícia... todos riem muito e ele então começa a falar: *“Para quem tem um pouco de imaginação... eu e o Pedro acabamos nos aproximando... nós sentamos no lado oposto da sala, eu sento perto da parede e ele do outro lado... mas a gente acabou se aproximando na aula de defesa pessoal... eu nem lembro especificamente como é que começou, mas a gente se aproximou... e para quem tem um pouco de imaginação, isso aqui é uma faixa [de quimono]. Ele comentou comigo que já tinha feito Jiu-Jitsu e que queria voltar... então isso é para lembrar ele... para tu não esquecer de voltar a fazer exercício, para tu não deixar a vida atribulada impedir que tu faças uma coisa que tu gostas. Não deixar que os outros te impeçam de correr atrás do que tu queres”*.

Isso representa que o trabalho psicodramático contribuiu para que a afetividade do grupo fosse ampliada. A partir das trocas de papel, exercícios de empatia, jogos, situações lúdicas compartilhadas, as pessoas que não se conheciam para além das atividades profissionais, passaram a conviver em outro ‘espaço emocional’, considerando que o espaço físico era o mesmo. Esse ‘espaço emocional’, gerado pelo novo papel compartilhado – colega de terapia - permitiu que os participantes buscassem estreitar laços de relacionamento, conforme depoimento colhido durante o *sharing* de uma das sessões.

De posse do presente e tendo agradecido com abraços, Pedro inicia a entrega do seu ao colega da direita e diz em tom alto: *“meu amigo Tomé, eu te dou uma luneta. Uma luneta para tu enxergar além. Uma visão daquela que enxerga além do alcance, para tu enxergar, pra tu ver que tu chegou até aqui, num ponto importante e ter algo a galgar a mais. Eu sei que tu tens orgulho de onde tu chegou. Tu chegou aqui no curso... tu teve decepções contínuas... Não é para usar a luneta e voltar para trás... eu vejo tu falando na aula... o cara fodástico que tu foi, dizendo ‘eu fiz isso,.. eu fiz aquilo’. Dá pra ver o orgulho que tu tens de ti... e em algum momento tu percebeu a decepção aqui... então, não é para isso... e para olhar para frente... e pegar esse cara que tu sempre foi e seguir em frente e ser melhor ainda... Essa luneta é para tu ter uma visão melhor ainda do teu futuro.”* [O grupo aplaude bastante, pois Tomé, por estar sempre envolvido com as questões dos praças, tem o respeito dos demais].

- Tomé diz para André: *“Bem que eu queria fazer um chapéu, uma cobertura, queria zoar com o André, mas o momento não é pra isso. É que essa é uma cobertura... é que ele está com a mesma desde o início do curso, não mudou... mas... não é isso. Na verdade, o André trabalha com inteligência e tem muita coisa que ele sabe de segredo e tem que ser assim, então eu quero que ele continue com essa cobertura, agora ainda melhor com a capacitação de sargento, porque a gente sabe que, no tempo de hoje, a gente não pode falar*

tudo o que sabe, nem tudo o que vê, para o bem das pessoas e para o bem da polícia. É que as pessoas que trabalham com esse trabalho têm que ter caráter, como tu tens”.

Depois dos agradecimentos e cumprimentos afetuosos, seguiu para a entrega do presente ao colega Moisés, dizendo: *“Eu fiz um barco para ti Moisés. Hoje de manhã, na sala de aula, tu falou que vai mudar a tua vida, então esse barco é para te lembrar que quem é o capitão da tua vida és tu e tu decides quem tu vais levar contigo nesse barco, se tua mãe, tua mulher, tua filha... e que tu vais ter muita adversidade na tua vida, como o barco tem no mar, mas tu como comandante dela, da tua vida, o que tu fizeres ali é tua responsabilidade, mas como no mar, podem ocorrer muitas situações difíceis e tu és responsável por quem tu levas nesse barco... e tu és um grande comandante”.*

Moisés entrega também um barco para o colega Elias com a seguinte fala: *“Esse barco, apesar de ele não ser tão bonito... estar assim meio acabadinho... meio com a carcacinha destruída... mas aguenta pau pra caramba... é muito bom... e aguenta muito tranco, deixa muito barquinho novo aí no bolso... com 30 anos de polícia, eu sei que o senhor não se deixa impressionar pelas aparências... ele é guerreiro [barco], ele[barco] aguenta pau e é também para que você navegue em outros mares... novos horizontes... e quando for necessário, quando tiver para afundar, você possa avaliar e ver que pode descartar alguma coisa daí de dentro, algo que já não te serve mais... para que você saiba o que você vai tirar na tua vida e ou levar na tua vida. Entendeu?”*

Elias [que fez uma dobradura] diz para José: *“Meu presente é... aparentemente não tem significado, mas eu vou explicar. Nós fizemos a escola em 2003 juntos. Este triângulo simboliza uma divisa. Nós estamos aqui no curso querendo um futuro na carreira. Isso simboliza uma divisa, duas dobras que ignifica...de Cabo, não é? Então... é para você abrir... daí você vai contar 1,2,3.... que é a de? [ele mesmo pergunta e ele mesmo responde em coro com os demais, que atentos acompanham o processo] é Terceiro Sargento - nossa formatura! E daí se você abrir mais uma vez... vai contar 1,2,3,4, que é a de Segundo Sargento... que eu desejo para você... e ele [o presente] aberto aqui, temos um dois 1,2,3 4 e 5... aí você vai dizer... opa! Cheguei a Primeiro Sargento... mas não!... sabe o que você vai fazer?... eu quero que você chegue à graduação máxima de Praça, então vai fechar aqui, vai fechar a primeira dobra e olha aqui e olha para o outro lado e vai ver a de Terceiro Tenente. O grupo fica muito surpreso com a criatividade e a forma bacana com que Elias fez as dobraduras e a sequência das divisas. Abraçam-se forte e se cumprimentam sob os aplausos do grupo.*

- José, dirigindo-se a Paulo, diz: *“Eu fiquei pensando nele e pensei... isso aqui é uma pirâmide... então ele vai devagarinho subindo e vai subindo e vai chegar ao topo. Sempre pensando nas coisas boas e em todo trabalhado. Quem labuta necessita de descanso, então isso se transforma em um chapéu... lembra que o sol é para todos... mas a sombra é merecida por aqueles que fazem por merecer. E você chegou aqui”*. Após os cumprimentos, Paulo dirige-se para Josué com estas palavras.

- *“Para meu colega de pelotão, a gente chegou aqui e era por afinidade. E eu tive afinidade por você. Este presente aberto [entrega a folha em branco, aberta e lisa] é para você fazer os seus planos e escrever aqui. Fazer os planos para a sua vida e, fechado [enrolando a folha] é para você receber seu canudo de formatura de sargento.*

- Depois dos cumprimentos, Josué afirma para Tobias: *“Eu te dou um barco para você pensar em uma pescaria. Cada vez que tiver uma situação muito difícil, para e pensa na pescaria. Respira fundo e vai em frente. Pode também ser [o presente] um transatlântico para você fazer uma viagem com a sua família.”*

Tobias recebe o abraço do amigo e se dirige ao colega da direita mostrando sua folha, sobre a qual ele pisou forte e apertou para que provocasse a marca de seu calçado. E disse: *“O meu presente é uma marca... não é uma marca do coturno, é uma **pegada**. Queria dizer para meu amigo irmão Jacó... Aqui tem uma pegada que eu quero dizer para ti que dentro do CEFAP vão ficar suas pegadas, seus exemplos, teve um exemplo muito grande na semana passada... quando a grande maioria dos outros não teve o seu profissionalismo. Você deixou a sua marca e aqui mas também [o presente] significa os novos caminhos... que na tua vida profissional, tão maravilhosa, vão ter mais obrigações e mais responsabilidades. E quero que fique registrado aqui, hoje, o quanto te considero. A maioria tirou 10 [referindo-se a uma prova final] na semana passada por causa do Jacó... [Tobias está visivelmente emocionado e ambos choram]... ele poderia saber e fazer a prova sozinho, mas ele fez uma revisão com todo mundo... [essa atitude representa que Tobias, apesar de perder posições no ranking das colocações no curso, preferiu ajudar os colegas]... Juntos relembram várias histórias compartilhadas e entre soluços e gargalhadas, se abraçam. O grupo todo está mobilizado pela emoção.*

Este depoimento aponta a influência das sessões de psicodrama no relacionamento, além de ampliar o “espírito de grupo”, à medida que os participantes passaram a se preocupar com os demais, e a ter mais atitudes de solidariedade, como prova o depoimento abaixo:

Fechando o círculo, Jacó entrega ao Marcos explicando: *“Eu te dou um avião cargueiro... [chorando]... em 1997 eu comecei aqui e conheci o Marco... como era na operação veraneio... naquele tempo a gente não tinha WhatsApp, nem telefone, a gente acabou se distanciando e graças a ele... quando saiu a seleção, não me passou pela cabeça que eu poderia escolher... [pelotão] e ele não, ele me escolheu e viemos para o mesmo pelotão. [esclarecem que Jacó, com uma colocação mais alta no concurso, perde posição, mas opta por estar perto do amigo – confirmam a atitude de Jacó de priorizar pessoas e não posições]. Esse cargueiro leva a novos mundos, mas com muito mais bagagem...”*]

Ao término, a diretora comenta como as emoções estão afloradas, que é um momento muito especial e como fica claro que apesar da força bruta expressa pelas fardas, coturnos e armas, há muita sensibilidade... *“muito mel”*. Alguém destaca que *“nós somos só uma carcaça dura ..., mas dentro somos molinhos”*.

A diretora agradece o fato de todos terem participado da pesquisa, o quão ricas foram as trocas, o quanto essa atividade acrescentou à vida pessoal e profissional e o quanto espera que seu trabalho possa dar um efetivo retorno para a Polícia Militar de Santa Catarina.

6.3 AVALIAÇÃO DOS ALUNOS

Após o fechamento da sessão, a diretora solicitou um *feedback* de como foram os trabalhos na perspectiva individual. Solicitou, também, que compartilhassem como foi estar nos encontros. Os comentários foram fortes e surpreendentes pela intensidade das colocações.

As falas estão reproduzidas integralmente, porém nem todos os depoimentos serão transcritos, pois ao todo temos mais de cinquenta depoimentos. Os autores não serão identificados.

- *“Eu quero agradecer a senhora por ter estado aqui conosco, pela sua paciência ... na verdade teve momentos que extrapolaram a energia que nós temos. Aqui de certa forma... ou falamos ou conversamos demais. Algumas vezes, choramos demais... mas é que conosco funciona o tempo todo a exigência... é que como a senhora pôde perceber a gente tem uma casca, né? Mas, aqui dentro tem vida e a gente vive só no nosso mundinho... só pra gente... e não exterioriza. No momento em que a senhora abre para gente mostrar, aparece e independentemente da idade, somos todos crianças. Quero agradecer a senhora por ter me ouvido, nos ouvido... realmente... me ajudou... eu precisaria de mais anos desse tipo de*

terapia, a senhora deu um start e a senhora acendeu... dentro do coração de cada um de nós aqui... pode ter certeza, agora é só a gente continuar.

- “Obrigado Márcia, desculpa pela intimidade de chamá-la pelo nome, mas acho que depois do que passamos juntos... acho que possa chamá-la assim. Obrigado por tudo, tu me ajudou muito num período bem difícil, o curso, estresse, um monte de coisas na minha cabeça...e tu nos ajudou... me ajudou muito, sou muito grato. Mais uma vez obrigada, tudo de bom e um grande beijo”.

- “Eu não queria falar, mas... No começo eu achei que não ia dar... A gente é muito imediatista, a gente quer tudo rápido, pra ontem, pra ontem... no início eu saia [dos encontros] e não via nada... mas depois a senhora... **a senhora vai limpando de dentro pra fora... não é aquela limpeza superficial, não aquela de jogar uma água, dar uma tapeada só para os outros verem. A senhora limpou de dentro pra fora....** mas tinha o curso... e foi ficando mais leve. Em várias situações que a gente foi passado aqui dentro... naquela hora, não dá pra analisar nada, mas depois... o cara vai pensando... saí daqui e parei para analisar. Você vai trabalhando aos poucos e às vezes não é o que a gente quer na hora... tudo o que acontece na minha vida eu tomo como um aprendizado... mesmo as coisas ruins, isso me fortalece... tenho metas, vou melhorar a minha vida, meu lado profissional... vou mudar... como marido e como pai. É fácil, você quer mudar o mundo... mudar o major tal ou o tenente tal... ou sentar na cadeira e falar mal... mas tem que fazer a nossa parte, se mudar. Nesse sentido, foi muito bom... eu mudei... de dentro para fora... valeu muito a pena”.

- “Demorei para poder pôr no papel, não sou de muitas palavras, mas quero deixar aqui meus agradecimentos, pelo trabalho realizado, desde o primeiro encontro ocorrido na capelania, na pesquisa, foi fundamental a ajuda que nos proporcionou expor qual minha situação naquele exato momento. Não fui primeiramente selecionado para participar das reuniões, mas me sentia convidado e com necessidades e estar lá junto. Nossos encontros semanais foram maravilhosos, experiências, novos amigos, novas conversas, novas aberturas pra um ganho extra de motivação para acabar com o curso. Então, Márcia, se foi válido? Não sei dos colegas, mas pra mim foram de fundamental importância nossas quartas-feiras, foram um dos pilares da minha sustentação no curso, se hoje acabou e terminei com glórias, um dos fatores foram nossas conversas, nossos encontros. Então só tenho a agradecer e desejar felicidades e muitas glórias em sua vida profissional e que tenha esta luz de poder ajudar outros que por essas fileiras venham a passar”.

- “Cheguei o final do curso, graças a Deus. Agradeço a Deus por ter lhe dado a sabedoria que a senhora tem e colocado a senhora no meu caminho, me dando força para lidar com cada situação que vinha acontecendo. Se não fosse suas palavras, talvez eu não teria concluído o curso. Enfim, fico até sem palavras para lhe mostrar o quanto sou grato pelos momentos em que passei na sala com a senhora e demais colegas do curso, cada um com seus motivos, assim eu senti que tudo passa e a vitória iria vir. A vitória chegou e só tenho a agradecer, primeiro a Deus e obrigado, Márcia, de coração lhe desejo tudo de bom e que Deus lhe abençoe”.

- “Nós compartilhamos tudo, obrigado por vocês confiarem em mim... vocês se abriram e eu pude conhecer vocês, contaram coisas... saibam que eu também confio em vocês... eu estou longe, mas podem contar comigo. Vou estar longe mas estou... aqui...[apontando para o coração] podem contar comigo. Obrigada pela companhia”.

- Eu não gosto de falar... mas teve aquela situação... que me deixou muito arrasado... quando assumiu o FULANO eu fiquei um pouco cego demais... eu tenho capacidade para muita coisa...e eu tava com muita raiva... sei que... era com muita raiva... daí eu não enxergava mais... daí a senhora de uma forma muito simples... com aquela dinâmica a senhora nos mostrou... mostrou pra mim... com sua dinâmica me mostrou como superar... era isso que eu queria falar, mas não sabia como... a senhora me fez superar... eu mudei... claro eu não tenho ainda essa serenidade toda que parece, mas... a senhora fez isso por mim...”.

- “Agradecer a senhora e pedir desculpas pela paciência... e pelas brincadeiras e agradecer por tudo... essa situação também do major foi difícil para mim também...”.

- “Vou agradecer também... aos colegas... é frustrante a gente falar do Eu interior... mas não tem psicólogo nenhum que vai tirar alguma coisa de você se não tiver confiança... e eu confiei em vocês e eu confiei na psicóloga. Obrigado!”

- “Também gostaria de te agradecer e também dizer obrigada a todos. Eu não conheço muito bem...esse teu trabalho, mas gostaria de uma indicação. Foi um trabalho inicial, um pontapé inicial pra mostrar pra gente esse outro lado, e não pensei que eu ia conseguir falar em grupo... então eu penso que foi bem positivo. A gente conseguiu conhecer coisas dos colegas que a gente não imaginava... e como a gente se identifica com cada uma delas... e que deveria continuar. E o que eu achei mais interessante foi o seu olhar para todas as coisas que foram levantadas. Você consegue olhar de fora, e não só o fato que a pessoa mesmo traz, mas também você dá um outro olhar para a questão”.

- “Eu queria dizer que para mim foi fantástico, pois num final de semana que eu fui para casa e eu fiquei conversando com a minha esposa e falei com ela que estava fazendo um trabalho com uma psicóloga, foi legal. Nós sentamos, conversamos abrimos um vinho para conversar... nós somos muito amigos... e ela começou a lembrar... eu fiz com ela aquela atividade daqui, lá em casa... e foi maravilhoso! E começamos a falar da senhora... Daí quando a senhora perguntou se alguém tinha mais alguma coisa para falar... eu pensei... tem que falar da senhora... eu sempre falo para nossa turma... Eu sempre agradeço ao papai do céu... obrigada, pela psicóloga... [chorando]... a gente é meio bruto. Daí um dia o meu amigo disse para mim... olha fulano, tu não queres participar? Eu não tinha sido escolhido. Eu posso estar enganado, mas quem está aqui foi escolhido, foi uma abertura, assim... que quem é mais antigo na polícia como nós, que tá na PM há mais tempo nunca viu nada igual... e o Pedro foi lá na sala e veio correndo... vamos fulano, vamos... e disse: eu vou! Foi a melhor coisa que me aconteceu em 2019. Foi participar... abriu os meus horizontes levar a experiência da minha vida que é ótima para as pessoas queridas que eu conheço e para as pessoas que precisam de ajuda... e muitas vezes a gente não fala com o colega do lado, por medo, às vezes a gente não vai procurar um profissional da área, por medo. Quando a senhora pediu para fazer a pizza e desenhar a família... e a senhora vai perceber no desenho que o meu primeiro desenho foi bem pequeno, e depois foi maior, porque ali se quebraram as barreiras e se abriu a confiança no profissional da área... e nos policiais. Como profissional, eu sinto isso hoje. Por que o cidadão não vai procurar mais o policial? Por medo... Por que o policial não procura o psicólogo? Por medo. Essas barreiras... nossa! Agora que temos um pouquinho de experiência... por que lá no batalhão o pessoal não procura o psicólogo? Por medo. Da minha parte, me sinto muito agraciado, tanto que quando não tinha [encontro] eu sentia falta. Quando eu era pequeno... alguém criou os alcoólicos anônimos e meu pai disse que aquilo era para quem não tem nada o que fazer, mas na cultura dele eu respeito, mas não devemos nos enganar e mudar isso nas nossas cidades. Tirar um minuto e perguntar ao próximo se está tudo bem, quer uma ajuda?... então da minha parte fico muito feliz... Que a senhora seja abençoada, que siga... a senhora é um diferencial na sociedade porque para vim até na PM... a PM tem que valorizar os profissionais que vêm até aqui... ajudar e eles fecham as portas. É uma dádiva que a senhora tem: a de persistir. A maior coisa que uma pessoa boa faz pela ignorância é abrir os olhos para os bons caminhos. Eu fico emocionado, assim. Muito grato, muito grato”.

- “Se eu pudesse fazer um pedido à lâmpada mágica, hoje eu pediria para ter a presença física da senhora, seu sorriso, sua força, sua energia, seu abraço, sua companhia.... Dona Márcia, o carinho que sinto pela senhora é como de uma mãe. Por favor, fique bem sempre (assim como quero que minha mãe de sangue sempre fique bem) e aceite minha gratidão eterna por tudo, por tudo, tudo... tudo é muita coisa, mas é isso: tudo. A senhora me fez mais forte e mais realista. Me fez entender muita coisa”.

- “Adorei os momentos que estivemos juntos, a perspectiva para a sua pesquisa foi muito legal. Tivemos sorte de poder ter alguns momentos de empatia e liberdade. Porém, a toxicidade do espaço contamina tudo, até os mais otimistas e condescendentes. Foi como decidi que encararia este período. Há uma complexidade muito grande quando se trabalha o indivíduo militar, recebemos e nutrimos, falo na terceira pessoa do plural, mas penso e tento agir diferente, uma doutrina equivocada, que acaba resgatando o pior das pessoas, quando deveria resgatar o melhor. Somos desrespeitados desde sempre, internamente, e quando aparece uma pessoa lúcida, respeitadora e focada no ser humano, como foi você, nós quase nem sabemos como receber este cuidado, como retribuir e, vejo que pra muitos policiais, principalmente aqueles muito focados na sua profissão, esta incapacidade se estende pra vida... Sabe o cãozinho maltratado? Igual. Acabamos acuados e agressivos, quase instintivamente... E como seres humanos egoístas que somos, isto desencadeia uma série de outros aspectos negativos, concordo com Thomas Hobbes na parte 'o homem é o lobo do homem'... Certamente você foi um anjo pra nós naquele período, mas penso que precisávamos de muito mais para um evoluir individual, já que a maioria das soluções emocionais, senão todas, passam por nós, seu start foi dado e tomara que eu tenha conseguido compreender suas indicações e melhorar. Quanto a sua pesquisa, espero que tenha, ou esteja dando certo. Lamento que não tenham facilitado, ou cumprido, o que foi acordado inicialmente. Há duas perguntas que sempre usamos para descrever as ações dos comandos na PM, em geral. "Pra que facilitar, se eu posso complicar?" e "Nada está tão ruim, que não possa ser piorado"! Infelizmente, pra nós isso é normal. Foi um prazer conhecê-la e sou muito grato pela sua atenção e cuidado, com todos nós... Desejo sucesso na sua pesquisa e na sua vida, Doutora!”.

O décimo quinto encontro foi destinado à reaplicação dos Testes ISSL e SRQ-20 com os 15 integrantes do Grupo Controle, e os resultados fazem parte da análise quantitativa desta pesquisa.

7 CONCLUSÃO

Em linhas gerais, em toda pesquisa, quando um problema é selecionado para ser elucidado cientificamente, a preocupação sempre recai na revisão da metodologia utilizada e não nos fundamentos que deram origem ao nexo de causalidade, objeto de investigação, intervenção, avaliação e inovação.

Assim, houve duas direções de pesquisa. A primeira partiu da teoria que determinou uma metodologia e conseqüentemente o fenômeno de investigação: a Socionomia, enquanto método de intervenção psicoterapêutica e sua eficácia na redução dos sintomas psicológicos de estresse em alunos do Curso de Formação de Sargentos da Polícia Militar do Estado de SC; e a segunda perspectiva que parte da realidade objetiva, buscando a partir de suas ocorrências objetivas demarcar as variáveis dependentes e independentes que definem o que está acontecendo e sua conseqüente metodologia, tornando possível uma avaliação qualitativa e quantitativa do fenômeno.

O grande desafio desta pesquisa ainda é o reconhecimento da Socionomia no meio acadêmico, como método de intervenção de caráter clínico e terapêutico. Mesmo que já tendo sido realizado tecnicamente, o mesmo ainda necessita de validação científica, a partir de pesquisas, como a que está sendo finalizada, principalmente por ser de base fenomenológica existencial teísta, que se utiliza de métodos de ação profunda, e não de métodos verbais. Nessa mesma perspectiva, a utilização dos instrumentos, contextos, etapas, jogos e métodos da Socionomia, por si só, não traz nenhum resultado, se não houver uma inversão de papéis de pesquisador e pesquisados de forma a que a Tele seja alcançada e o método adequadamente aplicado.

No âmbito da fundamentação teórica da Socionomia, caminhou-se na perspectiva de se utilizar diferentes recursos com o propósito de explorar ao máximo o cardápio de possibilidades que a Socionomia disponibiliza aos socionomistas, de forma que os achados desta pesquisa não ficassem restritos a apenas uma técnica, um recurso, ou seja, a uma pequena porção da socionomia, e sim a ela como um todo.

A partir da realização desta pesquisa, pode-se constatar que:

— O problema de pesquisa foi respondido, considerando que constatou que a intervenção socionômica foi capaz de reduzir sintomas psicológicos de estresse em policiais militares;

— Como objetivo específico, foi possível caracterizar a sociodinâmica do estresse na perspectiva psicodramática quando se estabelece o seguinte nexos causal: um contrapapel inadequado (agente estressor) pode embotar a espontaneidade do sujeito. Esse embotamento inviabilizará a criatividade, dificultando a empatia, impedindo a Tele, podendo gerar relações transferenciais que interferem no vínculo (papel-contrapapel), influenciando no desempenho de tal papel. Como o ‘Eu’ é a soma dos papéis, um ou mais ou papéis adoecidos interferem na saúde do Eu. Dessa forma, o contrapapel (agente estressor) pode ser uma pessoa ou objeto.

— Também como objetivo específico e após analisados os resultados sociátricos decorrentes da intervenção socionômica em policiais militares do Estado de Santa Catarina, foram identificados o sociodrama, psicodrama interno, teatro espontâneo e os jogos dramáticos como recursos capazes de reduzir os sintomas de estresse dos sujeitos. Estes devem ser aplicados em um conjunto de ações, a partir das demandas trazidas pelo grupo respeitados os contextos e etapas, conforme preconiza o método. Tais recursos devem ser utilizados como intervenção nos papéis em curso de desempenho - como contrapapel do agente estressor, permitindo o reviver de cenas que, após o devido reconhecimento do EU (agente embotado) e do TU (agente estressor) resgatam a espontaneidade, catalisadora da criatividade. Esta permitirá ampliar a capacidade empática, minimizando as transferências e permitindo ao sujeito dar uma resposta adequada ou renovadora no seu papel em questão.

— Igualmente foi atingido o objetivo geral à medida que se avaliou o efeito da intervenção socionômica na redução dos sintomas psicológicos de estresse em policiais militares do Estado a partir de indicadores qualitativos e quantitativos, confirmando as hipóteses, conforme segue:

- Hipótese 1. A média dos escores do ISSL, no total de sintomas físicos e sintomas psicológicos, foi menor nos Grupos Alfa, Beta, Charlie e Delta, após a intervenção psicodramática, pois número de sintomas antes das sessões para o FÍSICO e PSICOLÓGICO (Média=9,25 e 6,96 e Erro padrão da média=0,779; 0,559) foi maior que o número de SIM após as sessões (Média=5,51 e 5,44 e Erro padrão da média=0,597; 0,584). Além disso, houve diferença estatisticamente significativa entre as médias $t(56)=5,137$, $p(0,000) < 0,05$ e $t(56)=2,567$, $p(0,013) < 0,05$;
- Hipótese 2. A média dos escores do SRQ-20 se apresentou menor nos Grupos Alfa, Beta, Charlie e Delta após a intervenção, uma vez que o Teste de Wilcoxon mostrou

que a média de SIM antes dos encontros é superior à média após os encontros. Essa diferença foi estatisticamente significativa entre as médias de SIM para o Grupo Alfa ($Z=-2,280$; $p(0,023) < 0,05$); para o Grupo Beta ($Z=-1,888$; $p(0,05) > 0,05$); para o Grupo Delta ($Z=-2,201$; $p(0,028) < 0,05$) e não foi significativa para o Grupo Charlie ($Z=-1,278$; $p(0,201) > 0,05$);

- Hipótese 3. Os escores grupais nos índices do Teste Sociométrico, densidade, coesão e estabilidade, foram maiores nos grupos investigados após a intervenção psicodramática, uma vez constado que Alfa se tornou mais estável na proporção de 3,82 para 5,55, enquanto que a estabilidade do Beta cresceu de 34,3% para 75,7%, Charlie aumentou de 3,89 para 5,67 e que Delta alterou seu índice de 2,5 para 5,38;
- Hipótese 4. A média dos escores do ISSL – resultante do total de sintomas físicos e sintomas psicológicos – apresentou-se menor nos grupos 1, 2, 3 e 4 após a intervenção em relação ao Grupo Controle. Isso foi comprovado pelo Teste de Kruskal-Wallis, que mostrou haver efeito do tratamento socionômico sobre a média de sintomas físicos e psicológicos após os encontros $\chi^2(5)=15,664$, $p(0,004) < 0,05$; $\chi^2(5)=10,301$, $p(0,036) < 0,05$;
- Hipótese 5. A média do escores do SRQ-20 diminuiu nos Grupos Experimentais (1, 2, 3 e 4), após a intervenção, em relação ao Grupo Controle, na medida em que o Teste de Mann-Whitney mostrou que o Grupo Experimental em relação ao Grupo Controle apresenta diferença estatisticamente significativa, quanto à média de SIM após os encontros: $U=240$, $p(0,008) < 0,05$. Essa diferença permite afirmar que os escores do Teste SRQ-20 são diferentes entre os que se submeteram ao tratamento e os que não o fizeram;
- Hipótese 6. A frequência dos participantes nos encontros psicodramáticos está diretamente associada à redução de sintomas de estresse nos policiais militares. A comprovação adveio da avaliação de três subgrupos (A=participou de zero encontros; B=participou de mais que zero e menos que metade dos encontros e C= participou de pelo menos metade dos encontros), pelos Testes de Tukey e Bonferroni. Constatou-se que há diferença estatisticamente significativa na média dos assinalamentos de

sintomas de estresse entre os subgrupos A e C bem como B e C. Por outro lado, não há diferença estatisticamente significativa entre o subgrupo A e o subgrupo B. Isso confirma que é necessário um mínimo de 7 encontros para se obter o efeito esperado na minimização de sintomas;

- Hipótese 7. Não houve uma associação positiva entre as médias dos escores do ISSL depois da intervenção psicodramática em relação à escolaridade, sexo e idade dos participantes. Ao avaliar a influência da escolaridade, verificou-se que com $p > 0,05$ (0,616; 0,391) não existe diferença estatisticamente significativa nos escores dos sintomas de estresse entre os grupos e nos grupos na segunda aplicação do Teste de Lipp, tanto os sintomas Físicos quanto os Psicológicos. Ao se avaliar a questão do gênero, ficou constatado que na população investigada o grupo masculino apresenta escores levemente superiores ao do grupo feminino comprovado por $t(70) = 0,888$; 0,518, $p(0,378; 0,606)$, ambos $> 0,05$. Todavia, ao avaliar a influência do fator sexo nas saídas para sintomas físicos e psicológico, não existe diferença estatisticamente significativa entre os grupos masculino e feminino com escores maior (Média=5,85; 5,58) que feminino (Média=4,17; 4,67), tanto para os sintomas físicos quanto psicológicos. Ao avaliar a influência da Idade: 30 a 39 anos (Média=5,67; 5,69) e a partir de 40 anos (Média=5,79; 5,13), nos escores apresentados no ISSL para os sintomas “Físicos” de estresse e para os sintomas “Psicológicos”, verificou-se que **não** houve diferença estatisticamente significativa entre as duas faixas de idade, pois $t(70) = -0,112$; 0,547 e $p(0,911; 0,586) > 0,05$;
- Hipótese 8. Os escores individuais nos índices do Teste Sociométrico, Peso, Efusividade Emocional, Satisfação e *Status*, mudaram para mais nos Grupos Alfa, Beta, Charlie e Delta no Teste Sociométrico de J. L. Moreno, após a intervenção, conforme comprovada nos desfechos de cada grupo;
- Hipótese 9. A média dos escores individuais do número de papéis desempenhados pelo sujeito apresentados no Átomo Social aumentou nos quatro grupos após a intervenção, migrando de 8,49 para 11,0, pois o valor total passou de 484 para 631 papéis desempenhados.

— A análise qualitativa, com base no inventário de processamento de Kellermann, indica que:

- Em se tratando das técnicas utilizadas, foi identificada a pluralidade de possibilidades de utilização, por meio das quais o Diretor pode, além de alcançar os objetivos terapêuticos, apresentar, treinar e familiarizar os membros do grupo às técnicas psicodramáticas. Na pesquisa foram utilizadas as técnicas de: Tomada de Papel, Inversão de Papel, Entrevista no Papel, Interpolação de Resistência, Espelho, Duplo, Maximização, Iniciadores Físicos, Solilóquio, Psicodrama Interno, Concretização, Psicograma e Imagem.
- Em se tratando dos recursos da Socionomia, foram utilizados para efeito desta pesquisa o Sociodrama, o *Role-playing*, os Jogos dramáticos e o Psicodrama. Todos foram aplicados em três etapas (aquecimento, dramatização e *sharing*), respeitados os contextos social, grupal e psicodramático e sem ajuda de ego auxiliar treinado.
- De acordo com o inventário de processamento de Kellermann (1978), a diretora foi capaz de estimular suficientemente cada membro do grupo e de aquecê-los para a ação construindo suficiente coesão e um clima de trabalho construtivo. Para tal, utilizou exercícios de aquecimento adequados, de acordo com cada sessão e cada momento do trabalho, cujas instruções foram suficientemente claras e devidamente acompanhadas. Nas diferentes sessões, o grupo desenvolveu temas específicos a serem focalizados, levando em considerações aspectos de sociodinâmica e sociometria, estando ambos, diretor e grupo, aquecidos para as atividades. No que tange à escolha do protagonista, a intervenção variou entre trabalhar com uma pessoa protagonista, um grupo protagonista ou um tema protagônico, tendo a escolha sido feita de forma adequada, uma vez que não ocorreu em nenhuma das 48 sessões o despontar de “falso protagonista”. Os demais protagonistas em potencial foram considerados e cuidados. O contrato do tratamento estava bem assentido por todos desde o momento da assinatura do TCLE e do aceite na participação na pesquisa, de forma que dias, horários, local estavam acordados antecipadamente e as eventuais alterações foram compartilhadas. Isso contribuiu para o estabelecimento da aliança terapêutica télica, permitindo que os protagonistas recebessem assistência adequadas na passagem da plateia para o palco. Os protagonistas tiveram suficiente liberdade para selecionar o foco a ser explorado, com suas preocupações identificadas por meio de comunicação

verbal e sinais não verbais, a partir dos quais foram colhidas informações de caráter anamnésico, sintomático e/ou de outros dados clínicos essenciais para o desenvolvimento das cenas.

Uma vez em cena, tanto nos psicodramas quanto nos sociodramas, as cenas subsequentes foram escolhidas com propriedade, ancoradas no tempo e espaço do ‘aqui’ e ‘agora’, e as cenas simbólicas que representavam o mundo imaginário foram apropriadamente encerradas, deixando todos os protagonistas e auxiliares nos seus papéis de contexto grupal.

Nas cenas do mundo imaginário, o diretor foi capaz de captar o clima global da locação, de modo a despertar a imaginação do grupo, embora não houvesse recursos de luz e som à disposição, o que poderia ter contribuído para o enriquecimento do cenário, porém os objetos (coberturas e casacos de uniforme, cadeiras, figuras carteiras, canetas, papel, canetas hidrocores, cordas, gravuras etc) foram utilizados de forma a propiciar jogos, cenas e aquecimentos.

Não apenas os cenários, mas também as próprias cenas durante as dramatizações receberam adequada ‘limpeza’, e egos auxiliares desfuncionais foram cuidadosamente dispensados. Os egos auxiliares, por sua vez, apesar de não serem egos treinados, foram ‘aprendendo’ o método e a cada encontro seus desempenhos foram aprimorando, a partir do desbloqueio da espontaneidade deles. Cada ego alocado foi suficientemente instruído quanto ao seu desempenho, na maioria das vezes, por meio da técnica da tomada de papel e da entrevista no papel.

A diretora foi capaz de perceber pistas importantes, identificar questões centrais e traduzi-las em ação, minimizando resistências, solicitando aos participantes para demonstrarem no ‘aqui’ e ‘agora’, ao invés de falarem, diferenciando as dimensões do tempo (passado, presente e futuro), o trânsito entre o mundo da experiência (contexto social e grupal) e o mundo da representação (contexto dramático) e a realidade suplementar. Apesar desse trânsito, as sequências deram-se de forma lógica, com adequado emprego de técnicas, permitindo que a cena se movimentasse da periferia para o centro e do superficial para o profundo, mantendo a sintonia do diretor com o protagonista. O envolvimento do grupo foi levado em consideração, pois a diretora manteve contato com o grupo durante toda a sessão, permitindo o surgimento de catarses espontâneas em seu próprio tempo, tendo sido devidamente expressadas, bem como os *insights* cognitivos. A diretora ajudou o protagonista a integrar o material da

sessão, propôs pontos a serem explorados posteriormente e estimulou o grupo a oferecer um *feedback* construtivo e/ou soluções alternativas. Os protagonistas receberam ajuda suficiente para retornar ao grupo, após a sessão, tendo sido satisfeita a necessidade dos mesmos de um tempo de recuperação e compartilhamento da dramatização quando se permitiu que a plateia tivesse sua catarse de integração. A diretora foi capaz de proteger os protagonistas contra conselhos bem-intencionados e interpretações.

A diretora agiu de acordo com o código de ética (responsabilidade, padrões morais, confidencialidade, bem estar do cliente, declarações públicas, relacionamentos com cliente etc). Havia, por trás da direção, uma lógica, um pressuposto teórico ou uma hipótese de trabalho. A pesquisadora colocou-se aberta para pedir ajuda (especialmente ao orientador) quando bloqueada ou necessitada de assistência.

— Ainda da análise quantitativa, na perspectiva da diretora, foi constatado que:

- Em se tratando dos recursos da Socionomia, todos contribuíram para a minimização do estresse, porém os Sociodramas e Psicodramas apresentaram mais efeitos sociátricos que os jogos dramáticos e teatro espontâneo cujo caráter central foi o lúdico.
- Em se tratando de espaço físico, apesar de o espaço ocupado nesta pesquisa tenha se provado satisfatório, avalia-se que um espaço ainda mais aconchegante e intimista, com tapetes, luz quente e sistema de som, poderia ter ampliado os resultados positivos desta pesquisa.
- Da mesma forma, o intervalo de tempo autorizado para a sessão - 60 minutos - mostrou-se pequeno para alguns momentos em que a expressão das emoções teve que ser abreviada pelos compromissos sequenciais dos alunos. Propõe-se um mínimo de 2 horas para um grupo desse tamanho (mínimo de 10 pessoas), avaliando que contribuirá para ampliar os efeitos da intervenção na minimização de sintomas de estresse. Com esse tempo, várias atividades poderão ser acrescentadas, cuja execução requer mais de 60 minutos.
- O fato de as atividades ocorrerem entre 12h30m e 13h30m obrigou os policiais a sacrificarem seu tempo de almoço e descanso entre um e outro período acadêmico. Teria sido melhor se as sessões tivessem ocorrido ao final do dia.

- Ainda sobre esse tópico, cabe destacar que após uma sessão em que foram emocionalmente mexidos e provocados em manifestação de forte emoção, os participantes tiveram que seguir imediatamente após para as aulas, em sala de aula com outros alunos, fora do contexto terapêutico.
- Ficou evidente a influência da frequência aos eventos socionômicos, não apenas pelos dados quantitativos, mas também pela qualidade das interações interpessoais, pela qualidade nas contribuições aos protagonistas, pelos conteúdos dos compartilhamentos e pela disponibilidade de realizar as atividades - desde a simples oferta para ser ego auxiliar ou protagonista até o grau de comprometimento e engajamento nas vivências. Quanto mais presente estavam, mais “presentes” estavam.
- A quantidade de respostas novas, derivadas da espontaneidade, foi aumentando ao longo das sessões. O vínculo, a confiança, a afetividade e o grau de entrega entre eles e entre eles e a diretora ganhou consistência.
- As dificuldades apresentadas pela instituição CEFAP, na qual, antes e acima de tudo, estava a obrigação para com os afazeres do curso, serviram como dificultador para ampliar a eficácia da Socionomia. Muitas vezes a diretora compareceu à instituição e encontrou a sala fechada ou vazia, o que a impediu de realizar sua intervenção, quebrando o ritmo do trabalho psicoterápico, que precisou ser retomado na sessão seguinte.
- Os policiais militares, donos de uma responsabilidade para com os civis e demais militares, estão carentes de trabalhos dessa natureza. Várias falas caminham nessa direção: “*coisa rara por aqui*” [referindo-se à atividade lúdica e ao riso]; “*a polícia devia fazer mais isso*” [referindo-se ao trabalho da psicóloga]; “*se fizessem mais isso [sessão] com agente, não tinha tanto policial se suicidando*”.

Mesmo diante das adversidades de se conduzir uma pesquisa numa instituição militar, num campo de investigação contrário à Psicologia e às metodologias de ação profunda para produção de autoconhecimento, a manifestação livre da emoção e altamente geradora de estresse, conseguiu-se demonstrar cientificamente que é possível minimizar sintomas de estresse por meio da espontaneidade, criatividade, sensibilidade, utilizando jogos dramáticos, técnicas. O método de ação permitiu não só ensinar, mas também tornar alunos sargentos, menos estressados, mais humanos e empáticos no desempenho de papéis de suas vidas,

incluindo cônjuges, filhos e pais, pois como afirmou um aluno “*engraçado como nada mudou e tudo mudou, porque mudou dentro de mim*”.

Nesse sentido, é possível concluir que a Socionomia, com suas Técnicas, Psicodramas, Sociodramas, Jogos Dramáticos e Teatro Espontâneo, em um mínimo de sete encontros, é capaz de reduzir os sintomas físicos e psicológicos de Estresse, aumentar vínculos e melhorar o desempenho dos papéis sociais dos policiais militares do Estado de Santa Catarina, independentemente de gênero, escolaridade e idade, com comprovação quali-quantitativa, por meio dos Inventários de Sintomas de *Stress* de Lipp (ISSL), *Self-Reporting Questionnaire* (SRQ-20), Testes Sociométricos e Átomo Social e processamento das sessões.

Um ano e meio após a finalização da intervenção e por meio do depoimento de uma integrante da pesquisa, foi possível constatar a durabilidade dos resultados do trabalho, quando a 3º Sgt. PM Flávia da Silva Vieira afirma:

[...] fui identificada por teste aplicado como pessoa que sofria de estresse ainda no início do curso, pude experimentar os benefícios das técnicas utilizadas no atendimento de grupo, em que a Márcia se desdobrou em didáticas interativas e reflexivas, que nos levavam a uma atitude mais positiva diante da vida e momento que estávamos passando. Seu acompanhamento trouxe significativa melhora na qualidade de vida dos participantes do grupo. Era visível que as pessoas que participaram da terapia tiveram sensível progresso no Controle de *Stress* semana a semana. Márcia, meu muito obrigada.

Finalizando esta análise, corrobora-se com Naffah (1989) ao afirmar, que

o psicodrama brasileiro representa no cenário internacional um nicho de vitalidade contagiante. Ou pelo menos perturbador, pela alegria que marca a sua seriedade, pelos questionamentos que brotam de sua crença e pelo caráter revolucionário que impregna suas instituições.

8 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com Jacob Levy Moreno, aprendi que “mais importante que o conhecimento é o que ele produz” e com Zerka Moreno que “os sentimentos mais importantes são a gratidão e o compartilhamento”. Neste momento, estou grata por poder compartilhar o que meu conhecimento produziu. Tomou horas da minha vida, mas me acrescentou tanto!

Assim, gostaria de manifestar minha gratidão particularmente ao meu aluno de psicodrama Major Diego Remor, que abriu as portas da Polícia Militar, acreditando em mim e no meu trabalho e desejar que possa, a partir dele, de alguma forma, melhorar a qualidade da vida emocional dos militares sob sua responsabilidade. Afinal, é para isso que nós dois, como psicólogos, trabalhamos. Este é o meu lado **Psicóloga** falando!

Apresentei este trabalho dizendo que, ao longo do tempo, recebi militares no meu consultório em sofrimento atroz, homens valentes em seus uniformes, fortes e com tanta lágrima contida. Fico realizada ao saber que ajudei alguns deles a chorar. Percebi que, lá no fundo, ainda são aquelas crianças livres, espontâneas e criativas, que um dia começaram a ser embotadas pela educação familiar no contexto da cultura e formalizada nos quartéis, mas que precisam de muito pouco para regatarem o ser humano livre espontâneo e sensível que Jacob Levy Moreno viu em todos nós. Este é o meu lado **Psicodramatista** falando!

Quando penso na riqueza dos achados desta pesquisa, na diferença que faria se fossem acolhidos pelos *comandantes* das corporações militares, pelos *comandantes* das organizações civis e pelos *comandantes* das instituições governamentais do Brasil e na melhoria na qualidade de vida que traria aos brasileiros, minimizando seus sintomas de estresse, fico desejando que isso possa um dia acontecer. E esse é o meu lado **Cidadã** falando!

Apesar das treze vezes em que fui até lá e tive que voltar porque não podia realizar os eventos programados, a vivência com esses militares foi fascinante. Foi fascinante, também, o primeiro encontro, em que, sem que eu soubesse, a reunião fora agendada para ser realizada na Capela. Nunca antes havia feito uma reunião dentro de uma igreja, com uma enorme estátua de Jesus, de braços abertos, atrás e acima de mim, protegendo-me e abençoando meus passos. Obrigada Deus! Este é o meu lado **Cristã** falando bem alto!

Moreno inicia seu poema Divisa com a seguinte frase: “mais importante que a ciência é o seu resultado. Uma resposta evoca centena de perguntas”. E ele está certo. Uma pergunta acaba de ser respondida nesta tese e outras tantas surgem imediatamente:

- E se em vez de policiais a pesquisa tivesse sido feita com militares alistados na Marinha, Exército ou Aeronáutica, os resultados seriam os mesmos?

- E se o tempo/espço e recursos materiais fossem mais abundantes, conseguiríamos resultados ainda melhores? Até que limite?

- Este modelo de intervenção socionômica poderia ter um caráter preventivo para os sintomas do Estresse?

- O que seria necessário modificar neste modelo se fôssemos trabalhar com sintomas de outras doenças, tais como Depressão, Síndrome de *Burnout*, Transtorno de Estresse Pós-Traumático etc?

- Se utilizássemos apenas o Psicodrama, ou apenas o Sociodrama, os resultados seriam os mesmos?

Bustos (1979, p. 95) afirma que "o homem tem capacidades expressivas que não se circunscrevem somente à palavra ou à mímica corporal. A própria ação é profundamente expressiva; por que então evitá-la?"

Muitas perguntas e um enorme desejo de responder a todas. É meu lado **cientista** falando!

Diferentes lados, diferentes papéis de uma mesma Márcia, que aos 62 anos deseja passar o bastão às futuras gerações de cientistas desejando que vejam, nesta pesquisa, não mais que uma conserva cultural pronta tão somente para servir de base a futuras criações.

REFERÊNCIAS

ABRITTA, Stela Dalva; ROQUE, Fernanda Cunha Fontoura; RAMOS, Maria Eveline Cascardo. **A importância do acolhimento e do aquecimento em grupos sem demanda no contexto da Justiça**. Revista brasileira de psicodrama, São Paulo, v. 23, n. 2, p. 06-15, dez. 2015. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-53932015000200002&lng=pt&nrm=iso. Acessos em: 05 jun. 2017. <http://dx.doi.org/10.15329/2318-0498.20150002>.

AGUIAR, Moysés. **O Teatro terapêutico: escritos psicodramáticos**. Campinas: Papirus, 1990.

_____. **Teatro da anarquia: um resgate do psicodrama**. Campinas: Papirus, 1988,

_____. **Teatro espontâneo e psicodrama**. São Paulo: Ágora, 1998.

ALMEIDA, Lucia. **O Trabalhador no mundo contemporâneo: Psicodrama nas organizações**. São Paulo: Ágora, 2004.

ALMEIDA, D. M. et al., **Avaliação do estresse ocupacional no cotidiano de policiais militares do Rio Grande do Sul**. Organizações em contexto, São Bernardo do Campo, v. 13, n. 26, p. 215-238, jul./dez. 2017.

ALVARES, B.R. (1996). **Qualidade de vida relacionada à saúde de trabalhadores: um estudo de caso**. Dissertação (mestrado) - Universidade Federal de Santa Catarina, Centro Tecnológico. Disponível em: <http://repositorio.ufsc.br/xmlui/handle/123456789/763>.

ALVES, D. **O teste sociométrico**. Rio de Janeiro: FGV, 1964. Disponível em: <https://bibliotecadigital.fgv.br/ojs/index.php/abpt/article/view/15080>.

BARBOSA, Robson Ourives, Silva, Eveline Fronza. (2013). **Prevalência de Fatores de Risco Cardiovascular em Policiais Militares**. Revista Brasileira de Cardiologia 2013; 26(1):45-53 jan./fev.

BARDAGI, Marucia P. **Tipos e Métodos de Pesquisa**. PowerPoint apresentado em aula de Métodos PPGP. Área 1.2016.1. UFSC, 2016.

BAZZO, W. A.; LINSINGEN, I. V.; PEREIRA, L. T. V. **Introdução aos estudos CTS (Ciência, Tecnologia e Sociedade)**. Mari, Espanha: OEI (Organização dos Estados Ibero-americanos), 2003a.

BERNARDES, Márcia Pereira et al. **Leitura Psicodramática dos conceitos de Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT) e Resiliência**. Revista Brasileira de Psicodrama. São Paulo, v. 26, n. 2, p. 36-45, dez. 2018. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-53932018000200004&lng=pt&nrm=iso. Acessos em: 02 nov. 2020. <http://dx.doi.org/10.15329/2318-0498.20180025>.

BERNARDES, Márcia Pereira; SILVA, Narbal. **Episteme do Sociodrama na Revista Brasileira de Psicodrama**. Rev. bras. Psicodrama. São Paulo, v. 24, n. 2, p. 47-57, dez. 2016. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-53932016000200006&lng=pt&nrm=iso. Acessos em: 22 jan. 2020. <http://dx.doi.org/10.15329/2318-0498.20160019>.

BITTENCOURT, Fátima. **Estresse: o mal do século**. Portal Ciência e Vida. Disponível em: <https://www.connapa.com.br/estresse-o-mal-do-seculo>. Acesso em: 26 out. 2014.

BURRELL, G., & MORGAN, G. **Sociological paradigms and organizational analysis: Elements of the sociology of corporate life**. London: Heinemann, 1979.

Bustos, D. M., Nosedá, Elena. **Manual de Psicodrama en la Psicoterapia y en la Educación**. 2007, Ricardo Vergara Ediciones. Buenos Aires. Argentina.

_____. **O Teste Sociométrico e Fundamentos, Técnica e Aplicações**. São Paulo: Brasiliense, 1979.

_____. **Psicodrama - Aplicação da Técnica Psicodramática**. São Paulo: Summus, 1982.

_____. **Psicoterapia Psicodramática**. São Paulo: Brasiliense, 1979.

_____. **Novas Cenas para o Psicodrama**. São Paulo: Ágora, 1999.

CALLISTER, W. D. **Material Science and Engineering: an introduction**. 7ª. ed. [S. I]: John Wiley and sons, inc. 2007.

CAREERCAST (2016). **Jobs Rated Report 2016: Ranking 200 Jobs**. Disponível em: <http://www.careercast.com/jobs-rated/jobs-rated-report-2016-ranking-200-jobs?page=0>. Acesso em: 11 abr. 2017.

CARVALHO, L; Malagris, LE N (2007). **Avaliação do nível de stress em profissionais de saúde. Estudos e pesquisas em psicologia**. Disponível em: www.pepsic.bvsalud.org.

CARVALHO, S. da C. A. et al. **Associação entre bruxismo e stress em policiais militares**. Revista Odonto Ciência, Rio Grande do Sul, v. 23, n. 2, p. 125-129, 2008.

CASTANHO, G. P. **Jogos dramáticos com adolescentes**. O jogo no psicodrama. São Paulo: Ágora, 1995, p. 23-43.

CASTRO, Maria Cristina; ROCHA, Ricelli; CRUZ, Roberto. **Saúde mental do policial brasileiro: tendências teórico-metodológicas**. Psic., Saúde & Doenças. Lisboa, v. 20, n. 2, p. 525-541, ago. 2019. DOI: 10.15309/19psd200220

CHARMAINE, S. McVea. **Resolving Painfull experience during the psychodrama**. Tese de doutorado. Queensland University of Tecnology. Brisbane. Queensland. Austrália. 2009.

CID 10 / ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE – **Classificação de Transtornos Mentais e de Comportamento da Classificação Internacional de Doenças**. 10. ed. Porto Alegre: Artes Médicas, 1993.

COLEMANN, Vernon. **Técnica de controle de estresse**. 2. ed. São Paulo: Imago, 1992.

COSTA 1-M, Accioly Jr H, Oliveira J, Maia E. **Estresse: diagnóstico dos policiais militares em uma cidade brasileira**. Revista Panamericana de Salud Publica. 2007; 21(4):217–22. Electronic Document Format (ABNT).

COSTA, José Roberto Alves da; LIMA, Josefa Vieira de; ALMEIDA, Paulo Cesar de. **Stress no trabalho do enfermeiro**. Revista esc. enferm. USP, São Paulo, v. 37, n. 3, set. 2003. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342003000300008&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 10 mar. 2017.

CRESWELL, J. W. **Projeto de pesquisa: método qualitativo, quantitativo e misto**. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2010.

CUKIER, Rosa. **Psicodrama Bipessoal: sua técnica, seu terapeuta e seu paciente**. São Paulo: Ágora, 1992.

_____. **Sobrevivência emocional: as dores da infância vividas no drama adulto**. São Paulo: Ágora, 1998.

DANCEY, Christine P; REIDY, John. (2011) **Statistics without maths for psychology**. — 5th ed. p. cm. Pearson Education Limited. England.

DANTAS, Marilda Aparecida et al. **Avaliação de estresse em policiais militares**. Psicol. teor. prat., São Paulo, v. 12, n. 3, p. 66-77, mar. 2010. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-36872010000300006&lng=pt&nrm=iso. Acessos em: 12 out. 2020.

DÉJOURS, C; Marty, p.; Herzberg-Poloniecka (1980). **Questões teóricas em psicossomática**, *encycl. med. chir.*, Paris. Psychiatrie. 37400c10.7- trad. Pedro Henrique Bernardes Rondon (mimeo, s/d).

DIONÍZIO. Valmir. **Sobrevivência policial. Aconselhável para todos os policiais**. 2008. Disponível em: <http://www.umdoistres.com.br/artigos/janeiro2008/sobrevivencia.htm>. Acesso em: 20 abr. 2017.

DOGAN, T. **The effect of psychodrama on young adults attachment styles**. The Art in Psychology, vol. 37, 112-119. (2010).

DSM-5 / AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION – **Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders** tradução. Maria Inês Corrêa Nascimento *et al.*; revisão técnica: Aristides Volpato Cordioli... [*et al.*]. - . e. Porto Alegre: Artmed, 2014. xlv, 948 p.

DSM-V / AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION – **Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders**. 4th ed. DSM-IV American Psychiatric Association, Washington, 1994.

FIGUEIRA, I., MENDLOWICZ, M. **Diagnóstico do transtorno de estresse Diagnóstico do transtorno de estresse pós-traumático**. Revista Brasileira de Psiquiatria, 2003; 25(Supl I):12-6.

FILGUEIRAS, J. C., HIPPERT, Maria Isabel S. (1999). **A polêmica em torno do conceito de estresse**. Psicol. cienc. prof., v.19, n. 3, Brasília.

FILIPINI, Rosalba. **Psicoterapia psicodramática com crianças: uma proposta sociométrica**. São Paulo: Ágora, 2014, 151 p.

FLICK, Uwe. **Uma introdução à pesquisa qualitativa**. Ed. Bookman, 2004, 312 p.

FONSECA FILHO, José. **Psicodrama da loucura: correlações entre Buber e Moreno**. São Paulo: Ágora, 1980.

GERAM, Kazem., DEHGHAN, Amin. **Studying of the Effectiveness of Psychodrama Approach on Reducing Frustration and Increasing Emotional Regulation of Street Children**. International Academic Institute for Science and Technology. International Academic Journal of Humanities, v. 3, n. 1, 2016, p. 6-15. ISSN 2454-2245 6. Disponível em: www.iaiest.com.

GOMES, Dhiogo F.S., BELÉM, Aline O., TELES, Shirley S. **Saúde mental de militares: uma revisão integrativa do cenário brasileiro**. Rev. Saúde Pública. Santa Catarina, Florianópolis, v. 7, n. 3, p. 88-102, set./dez., 2014.

GONCALVES, Daniel Maffasioli; STEIN, Airton Tetelbon; KAPCZINSKI, Flavio. **Avaliação de desempenho do Self-Reporting Questionnaire como instrumento de rastreamento psiquiátrico: um estudo comparativo com o Structured Clinical Interview for DSM-IV-TR**. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, v. 24, n. 2, p. 380-390, fev. 2008. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2008000200017&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 02 jun. 2017. <http://dx.doi.org/10.1590/S0102-311X2008000200017>.

GONÇALVES *et al.*, C. S.; WOLFF, J. R. A. S.; ALMEIDA, W. C. **Lições de Psicodrama: Introdução ao pensamento de J. L. Moreno**. São Paulo: Ágora, 1988.

GUIMARÃES, L. A. (2013). **Percursos neurais da imagem para além das sombras Psicodrama e consumo**. Rev. bras. Psicodrama, v. 20, n. 2, São Paulo.

HUDGINS, K. M. **The containing double as part of the therapeutic spiral model for treating trauma survivors**. International Journal of Action Methods, 1998. 51(2), p. 63-84.

JEAMMET, P., Reynaud, M., CONSOLI, S. **Psicologia Médica**. Rio de Janeiro: Medsi, 1982.

KAUFMAN, Artur. **Teatro pedagógico: bastidores da iniciação médica**. São Paulo: Ágora, 1992.

KEANE, T. M., CADDELL, J. M., Taylor, K. L. (1988). **Mississippi Scale for Combat-Related Posttraumatic Stress Disorder: Three studies in reliability and validity**. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56, 85-90. DOI: 10.1037/0022-006X.56.1.85.

KELLERMANN, Peter Felix. (1998). **Sociodrama**. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 6(2).

_____. **Ethical Concerns in Psychodrama** in *Journal of the British Psychodrama Association*, 14, 1/2, 3-19.

KAPCZINSKI, Flávio; MARGIS, Regina. **Transtorno de estresse pós-traumático: critérios diagnósticos**. *Rev. Bras. Psiquiatr.*, São Paulo, v. 25, supl. 1, p. 3-7, jun. 2003. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-44462003000500002&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 01 jul. 2020. <http://dx.doi.org/10.1590/S1516-44462003000500002>.

LAKATOS, Eva Maria, MARCONI, Marina de Andrade. **Metodologia Científica**. 2. ed. São Paulo: Atlas, 1991.

LAUTERBACH, D., VRANA, S. R., KING, D. W., KING, L. A. (1997). **Psychometric properties of the civilian version of the Mississippi PTSD Scale**. *Journal of Traumatic Stress*, 10, p. 499-513. DOI: 10-1023/A:1024801607043.

LAZARUS, R. S., FOLKMAN, S. (1984). **Coping and Adaptation**. In: Gentry, W. D., *Handbook of Behavioral Medicine*. New York: The Guilford Press, p. 282-325.

Ledis Grup. **Manual do Software SociometryPro-version 2.2**. Revision from April 11, 2017. 53 p.

LIMA, E.P., ASSUNÇÃO, A. A. BARRETO, S. M. **Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT) em Bombeiros de Belo Horizonte, Brasil: Prevalência e Fatores Ocupacionais Associados**. *Ver. Psicologia: Teoria e Pesquisa*. 2015, abr./jun., v. 31, n. 2, p. 279-288. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/0102-37722015022234279288>.

LIMA-COSTA, Maria Fernanda; BARRETO, SANDHI M. **Tipos de estudos epidemiológicos: conceitos básicos e aplicações na área do envelhecimento**. *Artigo de Revisão*. *Epidemiologia e Serviços de Saúde*. v. 12, n. 4, out./dez. 2003. Disponível em: <http://scielo.iec.pa.gov.br/pdf/ess/v12n4/v12n4a03>. Acesso em: 02 nov. 2016.

LIPP, Marilda Emmanuel Novaes. **O stress está em você**. 6. ed. São Paulo: Contexto, 2004.

_____. **Pesquisa sobre estresse no Brasil**. Campinas: Papyrus, 1996.

_____. **Manual do inventário de sintomas de stress para adultos de Lipp (ISSL)**. 2. ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2005.

MARCON, Luciana de S. **Do conceito à técnica: o (re) conhecimento da utilização do átomo social no setting clínico**. Monografia de conclusão de curso. Orientadora: Psic. Dnd. Márcia Pereira Bernardes. Florianópolis. 2016.

MARTIN, Eugenio Garrido. **Psicologia do encontro: J. L. Moreno**. São Paulo: Ágora, 1996.

MATTAR, F. **Pesquisa de marketing**. São Paulo: Atlas, 1996.

MENEGAZZO, C. M., TOMASINI, M. A., ZURETTI, M. M. **Dicionário de psicodrama e Sociodrama**. São Paulo: Ágora, 1995.

MICHELA Gatta, DAL ZOTTO Lara, DEL COL Lara, SPOTO Andrea, TESTA Costantino PAOLO, Ceranto Giovanni, SORGATO Rosaria, BONAFEDE Carolina, BATTISTELLA Pier Antônio. **Analytical psychodrama with adolescents suffering from psycho-behavioral disorder: Short-term effects on psychiatric symptoms**. The Arts in Psychotherapy El Servier. 37 (2010) 240–247. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1589/S01301-608320127802080>.

MINISTÉRIO DA SAÚDE DO BRASIL. Organização Pan-Americana da Saúde no Brasil. **Doenças relacionadas ao trabalho: manual de procedimentos para os serviços de saúde** / Ministério da Saúde do Brasil, Organização Pan-Americana da Saúde no Brasil; organizado por Elizabeth Costa Dias; colaboradores Idelberto Muniz Almeida *et al.* – Brasília: Ministério da Saúde do Brasil, 2001.

MIRANDA, A. L. **Da natureza da tecnologia: uma análise filosófica sobre as dimensões ontológica, epistemológica e axiológica da tecnologia moderna**. 2002, 161 p. (Dissertação de mestrado). Programa de Pós-Graduação em Tecnologia do Centro Federal de Educação Tecnológica do Paraná (CEFET-PR).

MISHLER, E. G. 1986. **Research Interviewing: Context and Narrative**. Cambridge: Harvard Univ. Press. 186 p.

MONTEIRO, Regina Fourneaut. **Técnicas Fundamentais do Psicodrama**. São Paulo: Ágora, 1993.

_____. **Jogos Dramáticos**. São Paulo: Ágora, 1979.

MORENO, Jacob Levy. **Psicodrama**. São Paulo: Cultrix, 1975.

_____. **As palavras do Pai**. São Paulo: Editorial Psy, 1992.

_____. **El Teatro de la Espontaneidad**. Buenos Aires: Vancu, 1977.

_____. **Fundamentos do Psicodrama**. São Paulo: Summus, 1993.

_____. **Psicoterapia de grupo e Psicodrama**. São Paulo: Meste Jou, 1959.

_____. **Quem sobreviverá? Fundamentos da Sociometria. Psicoterapia de Grupo e Sociodrama.** Goiânia: Dimensão, 1992.

_____. **Psicodrama: Psicoterapia de Grupo e Psicodrama.** Tradução: José Carlos Vitor Gomes. Campinas: Livro Pleno, 1999.

MORENO, Z. T; BLOMKVIST, L. D; RÜTZEL, T. **A Realidade Suplementar e a Arte de Curar.** São Paulo: Ágora, 2001.

NAFFAH NETO, Alfredo. **Psicodrama – Descolonizando o imaginário (um ensaio sobre J. L. Moreno).** São Paulo: Plexus, 1997.

NERY, M. da P.; M. I. G. CONCEIÇÃO (eds.). **Intervenções grupais: o Psicodrama e seus métodos.** São Paulo: Ágora, 2012.

NERY, Maria da Penha; COSTA, Liana Fortunato and CONCEICAO, Maria Inês Gandolfo. **O Sociodrama como método de pesquisa qualitativa.** Paideia (Ribeirão Preto) [online]. 2006, v.16, n. 35 [cited 2013-01-09], p. 305-313. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-8633-863X2006000300002.

PAFARO, Roberta Cova; DE MARTINO, Milva Maria Figueiredo, 2004. **Estudo do estresse do enfermeiro com dupla jornada de trabalho em um hospital de oncologia pediátrica de Campinas.** Disponível em: <http://unicamp.sibi.usp.br/handle/SBURI/21678>. Data de publicação: 01 maio 2004.

PERAZZO, S. **Psicodrama Grupal.** In: NERY, M. P & CONCEIÇÃO, M. I. G (Orgs) **Intervenções Grupais: o psicodrama e seus métodos.** São Paulo: Ágora, 2012, p. 73-93.

PELEGRINI, Andreia et al. **Percepção das condições de trabalho e estresse ocupacional em policiais civis e militares de unidades de operações especiais.** Cad. Bras. Ter. Ocup., São Carlos , v. 26, n. 2, p. 423-430, abr. 2018 . Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2526-89102018000200423&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 11 nov. 2020. <https://doi.org/10.4322/2526-8910.ctoao1160>.

PINES, M. (1992). Introdução. In: Marineau, R. F. Jacob Levy Moreno – 1889 -1974: pai do psicodrama, da sociometria e da psicoterapia de grupo (p. 7-8). São Paulo: Ágora.

RADEMAKER, Arthur R., VERMETTEN, Eric, KLEBER, Rolf J. **Multimodal Exposure-Based Group Treatment for Peacekeepers With PTSD: A Preliminary Evaluation.** MILITARY PSYCHOLOGY. v. 21, ed. 4, p. 482-496. 2009. DOI:10.1080/08995600903206420.

RIESSMAN, C. K. **Narrative Methods for the Human Sciences.** California: Sage Publication, 2008. 251 p.

ROMAÑA, MARIA ALICIA. **Construção coletiva do conhecimento através do Psicodrama.** Campinas: Papyrus, 1992.

Romano, C. **Tempo para se relacionar: Átomo social e a saúde física e mental.** Disponível em: <http://www.abps.com.br/boletins/pub2.pdf>. Acesso em: 2010.

ROSSETTI, Milena Oliveira *et al.* **O inventário de sintomas de stress para adultos de lipp (ISSL) em servidores da polícia federal de São Paulo.** Rev. bras. ter. cogn., Rio de Janeiro, v. 4, n. 2, p. 108-120, dez. 2008. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872008000200008&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 12 maio 2017.

SALES, Célia Maria Dias *et al.* **Versão Portuguesa do CORE-OM: tradução, adaptação e estudo preliminar das suas propriedades psicométricas.** Rev. psiquiatr. clín., São Paulo, v. 39, n. 2, p. 54-59, 2012. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-60832012000200003&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 14 maio 2017. <http://dx.doi.org/10.1590/S0101-60832012000200003>.

SAMPIERI, R. H., COLLADO, C. F. & LUCIO, B. M. P. **Metodologia de pesquisa.** 5. ed. Porto Alegre: Penso, 2013.

SANTA CATARINA. SECRETARIA DA SEGURANÇA PÚBLICA. **Mapeamento das Fontes de Estresse em Profissionais da Segurança Pública do Estado de Santa Catarina.** Florianópolis: DIFC/SSP – SENASP/MJ, 2010. 71 p.

SELYE, H. (1959). **Stress, a tensão da vida.** São Paulo: Ibrasa - Instituição Brasileira de Difusão Cultural.

SIENA, Osmar. (2007) **Metodologia da pesquisa científica: elementos para elaboração e apresentação de trabalhos acadêmicos.** Porto Velho, 200 p.

TABOADA, Nina G.; LEGAL, Eduardo J.; MACHADO, Nivaldo. **Resiliência: em busca de um conceito.** Rev. bras. crescimento desenvolv. hum. São Paulo, v. 16, n. 3, p. 104-113, dez. 2006. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-12822006000300012&lng=pt&nrm=iso. Acessos em: 07 jun. 2017.

WEIL, P. *et al.* **Dinâmica de grupo e desenvolvimento em relações humanas.** Belo Horizonte: Itatiaia, 1967, 166 p.

YAZDEKHASTI, Fariba; AHMADI Foroushani; SYED Habibullah; ARIZI, Hamidreza. **The effectiveness of psychodrama with spiritual content on happiness, joy and mental health of students,** Journal of Applied Psychology, Vol. 7, No. 26, 23-7. 2013.

YEHUDA R, MCFARLANE AC. **Conflict between current knowledge about posttraumatic stress disorder and its original conceptual basis.** Am J Psychiatry 1995;152:1705-13.



APÊNDICE A – TCLE
UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA
TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você está sendo convidado(a) a participar de uma pesquisa que compõe a Tese de doutorado da psicóloga Márcia Pereira Bernardes, sob a orientação do professor pesquisador Dr. Narbal Silva, do Programa de Pós Graduação em Psicologia da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC) e tendo como título “*Psicodrama e Redução de Sintomas de Stress: Um estudo com Policiais e Bombeiros Militares do Estado de Santa Catarina*”. Trata-se de uma pesquisa que tem como objetivo geral avaliar o método de intervenção psicodramático na redução dos sintomas do Estresse.

Solicitamos sua autorização para acesso ao seu prontuário e sua participação se dará a partir de uma entrevista bem como com a participação de algumas sessões em grupo na abordagem psicodramática. As sessões serão filmadas exclusivamente para uso da pesquisadora e poderão ser produzidos materiais, como colagem, desenhos etc.

Garantimos que seguiremos todas as orientações da ética em pesquisa de acordo com a Resolução nº 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde. Garantimos que esta pesquisa não trará nenhum risco de natureza física ou emocional. Esclarecemos que haverá cuidado com o manuseio e socialização das informações mantendo sempre seu anonimato. Os resultados deste estudo poderão ser publicados em eventos ou periódicos científicos da área da saúde ou psicologia sem que haja a quebra de sigilo sobre sua identidade. Asseguramos o anonimato e a confidencialidade, bem como os princípios de autonomia, beneficência, não maleficência, justiça e equidade. Sua participação é voluntária, sendo que não haverá retorno financeiro. Você pode retirar-se dela se assim o desejar comunicando seu desligamento à pesquisadora.

As informações coletadas serão manuseadas somente pelas pesquisadoras. Toda informação será mantida em sigilo de modo a garantir a sua privacidade em todas as fases da pesquisa ficando de posse dos pesquisadores por um período de cinco anos, ao fim dos quais os mesmos serão destruídos. Você receberá uma cópia deste termo assinada. Se tiver qualquer dúvida, esclareça com a pesquisadora Márcia Pereira Bernardes, CPF: 343968709-06 através do telefone: (48) 99140141 ou com o orientador responsável, no endereço Universidade Federal de Santa Catarina, Programa de Pós Graduação em Psicologia, Campus Universitário, CEP 88040-900, Trindade, Florianópolis/SC, ou por e-mail: marcia@locuspsicodrama.com.br. Se tiver alguma dúvida ou desejar mais informações sobre o Comitê de Ética em Pesquisa (CEP-UFSC), pode entrar em contato através do telefone: (48) 3721-9206. Desde já agradecemos a sua participação.

Eu, _____, RG _____, abaixo assinado, estou ciente das informações acima e firmo meu consentimento livre e esclarecido concordando em participar da pesquisa. Estou ciente também de que estou recebendo uma cópia deste termo de consentimento assinada pelos pesquisadores.

Florianópolis, ___/___/2017

Assinatura do participante

Doutoranda Márcia P. Bernardes
 Profº Orientador Dr. Narbal Silva

APÊNDICE B – TCLE



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Esta pesquisa tem como objetivo analisar se o Psicodrama reduz os sintomas psicológicos do estresse em policiais e bombeiros militares do Estado de Santa Catarina. A relevância e justificativa de pesquisa se dá pela elevada incidência de estresse entre os militares e a ausência de pesquisas voltadas ao tratamento dos policiais e bombeiros militares. A responsabilidade da pesquisa de doutorado é de Márcia Pereira Bernardes e do professor e orientador Narbal Silva, do Departamento de Psicologia da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC).

Convidamos você a participar como voluntário deste estudo. O projeto foi desenvolvido com base em parâmetros éticos, atendendo à resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012 do Conselho Nacional de Saúde. Tendo como base a referida resolução, parte-se do pressuposto de que todas as pesquisas que envolvem seres humanos possuem riscos, contudo, os riscos desta pesquisa são mínimos, pois serão evitadas quaisquer situações que possam causar mal-estar ou situações desagradáveis aos participantes, mas poderá ocorrer algum desconforto tais como cansaço, aborrecimentos ou emoções. Alguns procedimentos poderão evocar memórias e mobilizar sentimentos nem sempre agradáveis. Há, ainda que remota, a possibilidade de quebra de sigilo, mesmo que involuntária e não intencional, e suas consequências na sua vida pessoal e profissional. Porém, se ainda assim ocorrer quaisquer constrangimentos você tem o direito de se recusar a participar ou retirar seu consentimento, em qualquer fase da pesquisa, sem penalização alguma e sem prejuízo ao seu cuidado. Também tem direito a receber uma síntese adequada das condições de tratamento das informações e orientação, a qualquer momento. Para tanto, basta entrar em contato com o responsável pela pesquisa ou com seu orientador. Além disso, caso ocorra algum dano, você terá direito ao tratamento sob a forma de acompanhamento e assistência psicológica durante e/ou posterior ao desenvolvimento ou interrupção da pesquisa. Neste sentido os pesquisadores declaram que cumprirão os termos da resolução 466/12 (item IV.5.a e item IV.3.c, art.17º. inc. V da res. 510/16);

Se você concordar em participar da pesquisa, deve ter conhecimento de que a participação é voluntária, e não há qualquer incentivo financeiro, a finalidade exclusiva é de colaborar para o sucesso da pesquisa. A participação na pesquisa não acarretará custos para você, entretanto, caso sua participação acarrete gastos com transporte, alimentação, dentre outras eventuais despesas previstas e não previstas, se disponibilizará, sob responsabilidade dos pesquisadores, uma compensação financeira calculada de acordo com gastos reais do participante. Aos participantes que vierem a sofrer qualquer tipo de dano previsto ou não no termo de consentimento e resultante de sua participação, além do direito à assistência integral, têm direito à indenização e fica assegurando ao participante da pesquisa que todos os eventuais gastos dele serão ressarcidos pelos pesquisadores. Ao concordar em ser voluntário terá que responder ao *SRQ- 20 – Self-Reporting Questionnaire (questionário de auto avaliação)*, ao *Inventário de Sintomas de Stress Lipp para adultos (ISSL)* e *SAI-R*. Os instrumentos são de fácil compreensão, sendo simples e rápida a aplicação, composto a partir de questões que inventariam humor, sintomas somáticos e decréscimo de energia vital.

Suas respostas darão aos pesquisadores mais informações para indicar a presença de estresse, dados estes que poderão ser utilizados para elaboração de estratégias e políticas públicas que objetivem a promoção da saúde e prevenção de doenças relacionadas ao estresse. Os resultados desta pesquisa serão tornados públicos por meio de publicação impressa e virtual da tese de doutorado e artigos científicos. Todavia, não serão divulgadas informações que permitam a identificação nominal do

participante. Além disso, de modo algum as informações fornecidas implicarão em prejuízo de pessoas e/ou comunidades. Portanto, serão garantidos o sigilo e a confidencialidade dos dados referentes à sua identificação enquanto participante da pesquisa. Porém, caso haja a quebra de sigilo, mesmo que voluntária e não intencional, você terá a garantia de indenização e o reparo ao dano seja ele material ou imaterial devidamente comprovado da pesquisa, devendo ser pago de acordo com a legislação vigente.

Esta pesquisa foi avaliada pelo CEPESH-UFSC é um órgão colegiado interdisciplinar, deliberativo, consultivo e educativo, vinculado à Universidade Federal de Santa Catarina, mas independente na tomada de decisões, criado para defender os interesses dos participantes da pesquisa em sua integridade e dignidade e para contribuir no desenvolvimento da pesquisa dentro de padrões éticos. O endereço físico do CEPESH-UFSC é: Prédio Reitoria II, R: Desembargador Vitor Lima, nº 222, sala 401, Trindade, Florianópolis/SC, CEP 88.040-400, Contato: (48) 3721-6094, cep.propesq@contato.ufsc.br.

Relembramos que você terá garantias, por parte dos pesquisadores, de acompanhamento e assistência necessários ao longo de toda a pesquisa conforme preconiza a Resolução 510/16, art. 17, inc. V.

Identificação e consentimento do participante:

Nome completo: _____
Documento de Identificação: _____

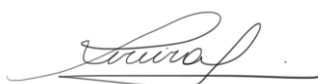
CONSENTIMENTO PÓS-INFORMADO:

Eu..... (nome do participante), declaro que em ____/____/2019, ter recebido uma explicação clara e completa sobre o estudo “Psicodrama e Redução de Sintomas Psicológicos de Estresse: Um Estudo com Policiais e Bombeiros Militares do Estado de Santa Catarina”, dos objetivos, das finalidades do estudo e dos termos de minha participação.

As informações fornecidas por mim aos pesquisadores serão utilizadas somente para atender aos objetivos e finalidades da pesquisa, sendo que minha identificação será mantida em sigilo e sobre a responsabilidade dos proponentes do projeto. Não receberei nenhuma renumeração e não terei qualquer ônus financeiro (despesas) em função do meu consentimento espontâneo em participar do presente projeto de pesquisa. Também estou ciente de que poderei interromper a minha participação se assim o desejar, sendo que para isso comunicarei minha decisão a um dos proponentes do projeto. Assino o presente **Termo de Consentimento Livre e Esclarecido** em duas vias, que serão assinadas também pelo pesquisador responsável pelo projeto, sendo que uma cópia se destina a mim (participante) e a outra ao pesquisador. Caso necessite de algum esclarecimento sobre minha participação nesta pesquisa, poderei entrar em contato com o Comitê de Ética em Pesquisa da UFSC (Campos Universitário – Trindade – Florianópolis – SC - CEP 88040-970, telefone (48)3721-6094) ou pesquisador responsável, Márcia Pereira Bernardes – Telefone (48) 999140141 e pelo e-mail marcia@locuspsicodrama.com.br ou com Narbal Silva pelo e-mail narbal.silva@globo.com.

Florianópolis, 19 de março de 2019.

(Assinatura do participante/voluntário)



Márcia Pereira Bernardes
Psicóloga pesquisadora CRP 12/0261