**Universidade Federal de Pelotas**

**Centro de Artes**

**Curso de Teatro- Licenciatura**

**Trabalho de Conclusão de Curso**



**O TERAPÊUTICO NO TEATRO:**

**UMA INVESTIGAÇÃO SOBRE POSSIBILIDADES E LIMITES**

Larissa Rosado da Silveira

Pelotas, 2015

Larissa Rosado da Silveira

**Trabalho de Conclusão de Curso**

#### Trabalho de conclusão de curso sobre o efeito terapêutico no fazer teatral e do uso de emoções reais na prática teatral, baseando nas ideias de Augusto Boal no Arco-íris do Desejo.

Orientador: Prof. Dr. Ney Roberto Váttimo Bruck

##### Pelotas, 2015

Larissa Rosado da Silveira

O Terapêutico no teatro: uma investigação sobre possibilidades e limites.

Trabalho de Conclusão de Curso aprovado, como requisito parcial, para obtenção do grau de Licenciada em Teatro. Centro de Artes, Universidade Federal de Pelotas

Data da defesa:

07 de dezembro de 2015.

Banca examinadora:

...............................................................................................................................

Profª Ms. Carmen Lopes - UCPEL

...............................................................................................................................

Prof. Dr. Fabiane Tejada da Silveira - UFPEL

**Resumo**

A presente pesquisa tem como objetivo refletir acerca da expressão de emoções no fazer teatral, percebendo se estas teriam efeito terapêutico no sujeito participante de oficinas, ensaios ou improvisações teatrais. Para isso fez-se uma investigação sobre o efeito terapêutico do teatro, ressaltando as emoções e experiências pessoais. O método utilizado foi através de entrevistas com alunas e alunos do curso de Teatro – Licenciatura da UFPEL, onde puderam falar livremente a respeito do tema, respondendo a uma breve entrevista. Para ajudar a refletir sobre o assunto, é utilizado o livro *O Arco-íris do Desejo* de Augusto Boal. Este trabalho é uma contribuição à discussão sobre o efeito terapêutico do teatro em contextos artísticos e ambientes educacionais.

**Palavras-chave:** terapêutico; emoções; fazer teatral

**Abstract**

This research aims to reflect on the expression of emotions in the theatrical performance, realizing if these have therapeutic effect in the subject participant of workshops, rehearsal or theatrical improvisations. For that was made a research on the therapeutic effect of theater, highlighting my experiences and emotions and others. The method used was interviewing Theatre course students - Graduation of UFPEL, where they could speak freely on the subject, answering two questions proposals in the interview. To help think about it, we use the book *The Rainbow of Desire* from Augusto Boal, where it is exposed a method of theater that is at the same time therapeutic. This paper seeks to reflect on the therapeutic effect of theater in artistic and educational context reported through interviews.

**Keywords**: therapeutic; emotions; theatrical performance

Sumário

[1. DANDO LUZ ÀS MINHAS CORES 6](#_Toc435737171)

[2. A ESTRADA: DESEJOS E POSSIBILIDADES 9](#_Toc435737172)

[3. O MÉTODO BOAL DE TEATRO E TERAPIA 13](#_Toc435737173)

[I. Todo o ser humano é teatro 13](#_Toc435737174)

[II. O terapêutico no teatro 19](#_Toc435737175)

[III. A representação de emoções reais 26](#_Toc435737176)

[4. EM DIREÇÃO ÀS CORES DO ARCO-ÍRIS 29](#_Toc435737177)

[5. TEATRO “É O MEU PULSAR TERAPÊUTICO”: 34](#_Toc435737178)

[REFLEXÕES ACERCA DE ENTREVISTAS COM ESTUDANTES DE TEATRO 34](#_Toc435737179)

[I. Impressões a respeito do tema 34](#_Toc435737180)

[II. Quando a prática passa a ser terapêutica 40](#_Toc435737181)

[6. AO FINAL DO ARCO-ÍRIS VEMOS... 46](#_Toc435737182)

[7. REFERENCIAL: 50](#_Toc435737183)

# 1. DANDO LUZ ÀS MINHAS CORES

Quando penso no efeito terapêutico que o teatro pode ter, fico pensando em quando comecei a fazer teatro. Eu tinha 14 anos quando entrei para a oficina no Grupo Oficina de Teatro de Pelotas, onde comecei a conviver com esta arte e não parei mais. Foi onde comecei a perceber o que era, verdadeiramente, “se expressar”, onde comecei a me relacionar com emoções, prática inevitável para quem quer fazer teatro. Comecei a interagir mais com as pessoas, a falar mais abertamente e a me relacionar melhor com o meu corpo. Hoje eu digo que foi o período em que eu comecei a viver de verdade, mesmo que tenha sido em cima do palco, através de personagens.

Eu me sentia mais viva no palco do que na vida real. Era o lugar onde dentro de mim não era vazio. Percebia que o meu corpo poderia sentir, e isso se deu pelas emoções as quais representava através dos personagens. Eu ainda não sabia, mas o teatro sempre foi terapêutico para mim.

Durante as oficinas, fui desenvolvendo a capacidade de ser espontânea e criativa. Fato que, com certeza, se refletiu na minha vida fora de cena. A espontaneidade e a criatividade – elementos que aparecem em práticas terapêuticas, como o Psicodrama – é inerente ao fazer teatral. E pela minha experiência pessoal, poderia afirmar que, desenvolvendo estes elementos no palco, eles serão capazes de se refletirem na vida real.

O elemento que, com certeza, foi terapêutico para mim, foi à expressão de emoções. Nessa época – percebo com o olhar de agora – eu tinha muita raiva. Quando eu conseguia expressar esse sentimento através de um personagem, em alguma cena que exigisse, eu sentia que saia do teatro bem mais leve. E isso mudava o relacionamento com as pessoas do meu convívio.

Moreno (1983), no Psicodrama, relata um caso parecido com uma atriz de seu teatro. Ele conta que a moça era agressiva na vida particular, então começou a atuar em papeis onde lhe fosse possível expressar raiva e ela começou a mudar seu relacionamento com as outras pessoas.

Nem lembro direito como a idéia de fazer teatro passou pela minha cabeça, talvez fosse pela extrema necessidade de me expressar. Sempre tive essa necessidade que, ate então, o desenho e a escrita supriam, mas o meu corpo também precisava falar: apareceu o teatro!

Viciei no palco desde o primeiro dia. Experimentei uma liberdade com o meu corpo que jamais havia sentido antes. Era capaz de expressar emoções, rir, chorar, ter raiva, ser feliz, ser triste, qualquer coisa que eu quisesse qualquer personagem que eu inventasse. Aliás, essa era a coisa que eu mais gostava: poder ser outra pessoa, desvestir de mim para poder vestir outro alguém, e a cada novo personagem mergulhar em novos desejos.

Hoje eu fico pensando por que eu tenho sempre essa necessidade em fazer com que as pessoas enxerguem o que eu enxergo. Essa necessidade em fazê-las entender o que eu penso. Talvez seja porque sempre me senti incompreendida com as minhas ideias. E a arte me ajudou a revelar o que estava dentro da minha mente, todas as imagens, sonhos e desejos com todas as cores que só existiam na minha imaginação. E este trabalho também se originou de um desses desejos incompreendidos que eu queria tornar concreto, fora da minha mente, para que todos também pudessem tocar e perceber minhas cores e sentimentos envolvidos.

O teatro era o lugar que eu mais amava estar no mundo. Onde eu me sentia em casa. Quando o tempo passava, eu entendia que quando eu expressava emoções, mesmo através de um personagem, tinha alguma coisa que saia de mim e, de alguma forma, me fazia sentir bem. No fundo era como se fosse eu quem estava vivendo aquelas cenas. Mas não era? Penso que não tenha como separar tanto assim o ator dos personagens, afinal, por mais que a historia seja dele, é o meu corpo e as minhas emoções que o fazem ter vida.

Por isso acredito no efeito terapêutico que o teatro pode ter, mesmo que este não seja seu objetivo. Quando eu estava fazendo oficina, meu único objetivo era artístico. Digo, até mesmo, que na época eu não tinha tanta consciência destes efeitos que hoje consideraria terapêuticos. Eu tinha alguma consciência, mas não a consciência que tenho hoje quando penso nesse fato.

Quando entrei para o curso de Teatro da UFPEL, minha visão mudou um pouco. O que se falava de teatro dentro da universidade era muito diferente do teatro que eu estava acostumada, o que fez com que eu demorasse um pouco a me adaptar.

Ao longo do curso, fui percebendo que o que eu mais gostava de trabalhar eram as emoções. Fui desenvolvendo o trabalho com as emoções para a cena, mas logo percebi que não era bem isso o que eu queria. Até eu entender que eu me interessava pela área da psicologia foi um longo processo. Foi quando conheci melhor e comecei a estudar sobre Psicodrama. Vi que o teatro poderia ser usado de outra forma. Sei que o Psicodrama não é teatro, mas o seu início era. Foi a partir da prática teatral que Moreno desenvolveu a psicoterapia psicodramática.

Então, este trabalho surge a partir do meu desejo de mostrar este outro lado do fazer teatral, o lado que pode ser terapêutico, ou o lado que podemos trabalhar para ser usado como um meio terapêutico. E também, vem do meu desejo de que este tema seja mais falado no curso de Teatro.

No início deste ano de 2015 entrei para o projeto de Teatro do Oprimido na Comunidade (TOCO), pertencente ao Curso de Teatro – Licenciatura da UFPEL. Foi onde comecei a entender mais profundamente o Teatro do Oprimido. No TOCO eu comecei a entender na prática como era trabalhar com este teatro, porque começamos a dar oficinas em diversos lugares onde éramos convidados. Através da prática e da troca de experiências com meus colegas que já faziam parte do projeto há mais tempo, fui entendendo melhor como funcionava seu mecanismo, o desenvolvimento das oficinas e o cuidado ao trabalhar com opressões. Neste ano, os métodos que mais trabalhamos no TOCO foram teatro-imagem e teatro-fórum. Senti um pouco de falta do Arco-íris do Desejo, mas entendo que este talvez seja o método que mais precise de conhecimento para se trabalhar, afinal, trabalha-se com opressões muito pessoais.

No momento em que estou hoje, parece que quando penso em montar peças e apresentar peças, isso passou a ser insuficiente. Continuo gostando do teatro, mas passei a querer mais. Quero que o teatro sirva para quem precisa dizer alguma coisa. Penso no teatro como uma forma de expressão com uso da liberdade. Por isso minha vontade era escolher um caminho onde a liberdade fosse um elemento importante para a construção deste trabalho. Onde os pensamentos estivessem envoltos em emoções e sentimentos que estiveram presentes durante o período em que o teatro faz parte da minha vida.

2. A ESTRADA: DESEJOS E POSSIBILIDADES

Quando inicio um percurso, coloco em prática os meus desejos, a minha vontade de tornar palpável algo que só existia na imaginação. A estrada pela qual escolho seguir reflete o que penso sobre este assunto, reflete as minhas vivências, meus medos e angústias, que muitas vezes estariam guardados em lugares escondidos da mente.

Portanto, escolhi um caminho pelo qual eu pudesse dialogar com minhas emoções e pensamentos, transpondo os dois para o papel em forma de desejos, que, por fim, se transformaram neste trabalho. Este caminho, segundo diversos autores, confunde-se enquanto conceito de método e metodologia. Segundo Gerhardt e Silveira (2009, p. 12) “metodologia é o estudo da organização, dos caminhos a serem percorridos, para se realizar uma pesquisa ou um estudo, ou para se fazer ciência”. E para Barros (1986, apud ZAMPAULO, s/d, p. 1) este conceito

Consiste em estudar e avaliar os vários métodos disponíveis, identificando suas limitações ou não ao nível das implicações de suas utilizações. A Metodologia, num nível aplicado, examina e avalia as técnicas de pesquisa bem como a geração ou verificação de novos métodos que conduzem à captação e processamento de informações com vistas à resolução de problemas de investigação. (BARROS, 1986, p. 1)

Com relação à definição de método, Gerhardt e Silveira usam a definição proposta por Tartuce (2006 apud GUERHARDT e SILVEIRA, 2009, p. 25) que diz que este “é a expressão lógica do raciocínio associada à formulação de argumentos convincentes. Esses argumentos, uma vez apresentados, têm por finalidade informar, descrever ou persuadir um fato”. Sob outro ponto de vista, Richardson (1985 apud ZAMPAULO, s/d, p. 2) define método como

a escolha de procedimentos sistemáticos para a descrição e explicação de fenômenos. Esses procedimentos se aproximam dos seguidos pelo método científico que consiste em delimitar um problema, realizar observações e interpretá-las a partir das relações encontradas, fundamentando-se, se possível, nas teorias existentes. (RICHARDSON, 1985, p. 2)

Com base nessas definições, concluí que a definição que eu estava procurando era mesmo a de método, já que metodologia define-se mais como o estudo dos métodos e o que eu procuro expor aqui é o procedimento do método utilizado na pesquisa.

Portanto, o método que utilizei no meu trabalho foi através de uma pesquisa teórica, utilizando como coleta de dados, entrevistas com estudantes do Curso de Teatro da UFPEL, onde pesquisei material referente ao tema “o efeito terapêutico no fazer teatral”. A principal inspiração teórica origina-se da obra de Augusto Boal, intitulada *O Arco-íris do Desejo* (1996), o qual é um método de teatro, que faz parte do Teatro do Oprimido e possui um enfoque terapêutico. Por Teatro do Oprimido, Villa (2011, p. 13) entende que é um conjunto de técnicas, criadas por Boal, com o intuito de romper com a passividade do espectador, tratando de suas opressões em cena.

O método do Arco-íris do Desejo é conhecido como a vertente terapêutica do Teatro do Oprimido, por isso acredito que ele seja uma fonte importante para ajudar a refletir sobre o tema da minha pesquisa. Assim, pretendo abordar o uso do teatro em uma função que vai além da arte, tratando esta como um meio terapêutico por si só, mesmo que não seja sua intenção no fazer teatral.

As entrevistas foram realizadas através de gravações, onde os entrevistados começavam falando sobre suas experiências com teatro, em seguida, era explicado o tema do trabalho, depois então se fazia as perguntas. Cada um respondia da forma como queria, sendo mais direto na resposta ou refletindo mais sobre o que pensa do “efeito terapêutico do teatro”. Posteriormente às entrevistas, transcrevi todas detalhadamente, conforme foi falado.

Pela dificuldade em encontrar pessoas que se dispusesse a responder à entrevista, a escolha dos entrevistados se deu aleatoriamente, com quem aceitou fazer. Certamente, se os entrevistados tivessem maior conhecimento, as entrevistas seriam mais proveitosas, porém, elas não deixaram de ser interessantes por falar dos sentimentos dos participantes. Este fato acabou gerando outro enfoque para a pesquisa, ressaltando mais os sentimentos de quem faz teatro do que propriamente a teoria a respeito do tema.

As entrevistas realizadas, portanto, caracterizam-se como entrevistas semi-estruturadas. Manzini (1990/1991 apud MANZINI, s/d, p. 2) explica este conceito:

a entrevista semi-estruturada está focalizada em um assunto sobre o qual confeccionamos um roteiro com perguntas principais, complementadas por outras questões inerentes às circunstâncias momentâneas à entrevista. Para o autor, esse tipo de entrevista pode fazer emergir informações de forma mais livre e as respostas não estão condicionadas a uma padronização de alternativas. (MARZINI, 1990, p. 2)

Sendo assim, acredito que a liberdade para falar sobre um tema deve ser valorizada, principalmente em um meio acadêmico. Eu quis permitir que os entrevistados pudessem colocar suas opiniões, falar o que pensam sem restrição, sem precisar seguir um modelo pré-estabelecido.

Retomando, esta é uma pesquisa qualitativa com o uso de indicadores teóricos, para Pedro Demo (1997, p. 25):

a pesquisa teórica é aquela que monta e desvenda quadros teóricos de referência. Não existe pesquisa puramente teórica, porque já seria mera especulação. Mera especulação é a reflexão aérea subjetiva, à revelia da realidade. A discussão de uma definição conceitual é uma forma possível de pesquisa teórica, de grande relevância para a formação científica. Na verdade, sua importância está na formação de quadros teóricos de referência, que são contextos essenciais para o pesquisador movimentar-se. (DEMO, 1997, p. 25)

A importância da formação de quadros teóricos de referência, apontando criticamente os conceitos, torna-se imprescindível. Como afirma Granger (apud JONAS, 1993, p. 37),

o conceito é uma representação da realidade, reconhecido universalmente e a pesquisa sobre o estudo de conceitos é uma maneira de se ter acesso à visão de mundo de uma comunidade. (GRANGER apud JONAS, 1993, p. 37)

Desta forma, acrescenta Lomônaco (1984, p.101): "quando afirmamos que o indivíduo formou um conceito, pressupomos que ele, de alguma maneira, tenha em mente seus atributos relevantes”. A ênfase do trabalho esteve na elaboração de referências teóricas. Contudo, no sentido de substanciar com dados empíricos,

que também podem ser empregados como uma base para construir um referencial para pesquisas futuras e fornecer dados para testar expectativas e hipóteses desenvolvidas fora de uma perspectiva teórica específica (BAUER, 2002, p.64),

Assim sendo, a estrada se ilumina com as minhas cores, dando voz aos meus desejos e tornando concretos meus pensamentos. Este caminho que – por falar de emoções e experiências subjetivas – é tão intenso percorrer abre suas cortinas e revela um arco-íris permeado de emoções. Não somente as minhas como também de outras pessoas que, através do teatro, colocam em cena seus desejos, tornando-os, assim, reais.

# 3. O MÉTODO BOAL DE TEATRO E TERAPIA

# I. Todo o ser humano é teatro

“O ser humano é teatro; alguns, além disso, também fazem teatro, mas todos os são” (BOAL, 1996, p. 27). Boal faz esta afirmação com o intuito de dizer que o ser humano tem a capacidade de se auto-observar, de se ver em situação, portanto, também é capaz de fazer teatro, sendo a auto-observação a essência desta arte. O autor queria que o teatro pudesse voltar a ser uma manifestação popular para que não fosse privilégio de alguns, criando assim o Teatro do Oprimido, que tinha o objetivo de tratar dos problemas das classes mais baixas, que, inspirado na teoria marxista da “luta de classes”, ele também entendia que seriam as classes oprimidas. Uns anos mais tarde, em sua estada na Europa, Boal percebeu uma demanda diferente em suas oficinas de Teatro do Oprimido. Tratando-se de países desenvolvidos, as opressões eram outras, diferentes das opressões de classes, aparecendo assim, opressões mais subjetivas, o que acabou dando ao método um enfoque mais terapêutico. Surgiu assim o Arco-íris do Desejo, que mais nos ateremos neste trabalho.

O Teatro do Oprimido surgiu na década de 1970 com a intenção de dar voz ao povo, colocando a platéia no palco para representar suas próprias opressões. Segundo Oliveira e Araújo, uma das preocupações de Boal era que seu teatro fosse feito “para o povo e pelo povo”, e que provocasse “uma revolução ao colocar os meios de produção teatral nas mãos de todos (as)” (OLIVEIRA e ARAÚJO, 2012, p. 342).

Boal começou a trabalhar com o Teatro do Oprimido quando o Brasil passava por um momento de repressão pela ditadura militar. Inconformado com as injustiças que via quando viajava para vários lugares do país quando ainda fazia parte do Teatro de Arena, começou a pensar que o teatro que estava fazendo não era suficiente. Ele começou a perceber que era mais eficiente se o próprio povo oprimido falasse de sua opressão. “A transgressão de entrar em cena é o símbolo de todas as transgressões que você tem que fazer, para se libertar” (FOLHA DE S. PAULO, 1998). Então, por que não colocá-los em cena?

Para ilustrar o que, segundo Boal, deu início ao Teatro do Oprimido, o autor costuma contar a história do camponês Virgílio. Boal fala que, após uma apresentação do Teatro de Arena – grupo o qual o autor fazia parte até a década de 60 – para um grupo de camponeses, um homem da plateia os convidou para lutar junto com eles, já que as causas dos atores eram as mesmas que as suas. Villa (2011, p. 22) comenta o episódio:

Surpreso, Boal disse-lhe que, apesar dos artistas pensarem como ele, usavam armas cenográficas, que não davam tiro de verdade e que não podiam partir para a ― luta armada‖. Ao que Virgílio foi embora, decepcionado com o grupo que se negou a acompanhá-lo, mesmo quando ele ofereceu ― armas de verdade para todos. (VILLA, 2011, p. 22)

Após o ocorrido, Boal teria percebido que o seu teatro, de cunho político e pedagógico, não poderia servir apenas para passar uma mensagem, ou seja, para incitar os espectadores a fazer algo que eles próprios, que estavam em cena, não eram capazes de fazer. Com isso, Boal passou, então, a repensar o papel dos espectadores em seu teatro:

Observa-se aí a preocupação de Boal em fazer com que seus espectadores ultrapassassem o papel de meros consumidores de bens culturais e assumissem a condição de produtores de cultura. Revela-se também a visão do teatro como um meio, um instrumento de intervenção e transformação social (VILLA, 2011, p. 23).

Portanto, quando Boal passa a pensar que os espectadores teriam uma função além da de presenciar os acontecimentos da cena, tornando-se agentes de mudança, e o teatro um meio de transformação social, ele muda a concepção de teatro existente na época. O teatro adquire uma função que não é somente artística, ou seja, passa a ser um meio de luta contra as opressões das classes menos abastadas, e os espectadores passam a entrar em cena para experimentar mudanças nessas opressões que são, também, suas.

A este novo tipo de espectador, Boal deu o nome de *espect-ator*. Estes sujeitos não estão apenas testemunhando o acontecimento em cena, eles estão ali para modificá-la, intervir, dar sua visão àquela situação, subir no palco e atuar no lugar do ator. Segundo Kuhn (2011, p. 26), os espect-atores

têm a responsabilidade de tirarem dos espectadores a condição de meros observadores passivos e passarem a serem protagonistas tanto nas cenas teatrais quanto em suas vidas. Ou seja: aqueles que são observadores e atuantes nas cenas teatrais devem, também, assumir, junto com seus parceiros o controle de suas vidas, sabendo como e quando devem agir. (KUHN, 2011, p. 26)

Seu desejo, além de fazer teatro, era fazer política. O povo oprimido poderia lutar contra essas opressões e sair da situação na qual se encontrava. A pessoa ensaiava como fazer no palco e então saberia como fazer na vida real, podendo, assim, voltar-se contra seu opressor, porém sem nunca tornar-se opressor também.

O Arco-íris do Desejo também é um método pertencente ao Teatro do Oprimido, portanto aquela metodologia mencionada acima, aqui continua a mesma. O que diferencia agora é os temas abordados. O que antes eram temas com certo cunho político, pensado para um grupo considerado oprimido, aqui os temas são subjetivos, voltados para um sujeito (chamado protagonista), e depois então serão transportados para seu grupo social. O que acabou adquirindo esse enfoque terapêutico.

Para este novo foco que o Teatro do Oprimido estaria construindo, Boal começou uma pesquisa intitulada de *O tira na cabeça*. Nela,

Boal pretendia investigar as opressões subjetivas internalizadas, utilizando-se de técnicas especialmente voltadas para a libertação dos oprimidos. No período em que esteve na França, Boal dedicou-se à construção dessa vertente terapêutica do Teatro do Oprimido, trabalhando numa superposição de terrenos: teatro e terapia (VILLA, 2011, p. 79).

Quando esteve na Europa, Boal se deparou com outros tipos de opressão. Não tendo os mesmos problemas da América Latina, as opressões eram mais subjetivas, internalizadas pelas pessoas, como por exemplo: vazio, medo, solidão. Percebendo estes temas, o autor criou esta hipótese referida: *o tira na cabeça*. Este nome surgiu porque o opressor estaria dentro da cabeça das pessoas. Mais tarde, esta técnica daria origem ao Arco-íris do Desejo (OLIVEIRA e ARAÚJO, 2012, p. 342). Segundo estas autoras,

O termo sugeria a análise de todas as cores do arco-íris, recombinando-as de acordo com o desejo das pessoas com o objetivo de ressignificar as opressões internalizadas e conferir-lhes outras feições (OLIVEIRA e ARAÚJO, 2012, p. 342).

Por tratar de problemas pessoais, o Arco-íris do Desejo adquiriu uma intenção mais terapêutica, apesar de seu criador sempre deixar claro que antes disso continua sendo teatro e continua sendo pensado para o social, diferente das psicoterapias que se preocupam com as perturbações dos sujeitos individualmente.

O relato individual da opressão, proporcionado por meio de uma sessão de arco-íris do desejo, deveria, do ponto de vista de Boal, ser pluralizado, passando a abarcara opressão de todas as pessoas da plateia, sobretudo se estas pertencessem ao mesmo grupo social e se fossem submetidas aos mesmos tipos de opressão. Se, ao contrário,aquilo que foi relatado fosse tão individual e particular que levasse a plateia a sentir apenas empatia pelo (a) protagonista, isso, por si só, faria com que este não fosse um verdadeiro representante de um espetáculo de TO (OLIVEIRA e ARAÚJO, 2012, p. 344).

Boal sempre deixou claro que o Teatro do Oprimido era voltado para o social, e o Arco-íris do Desejo, sendo parte do Teatro do Oprimido, não poderia ser diferente. Porém, isso não exclui o fato de que esse lado do Teatro do Oprimido – o Arco-íris do Desejo – tem uma função terapêutica muito clara e assumida por seu criador. No livro *O Arco-íris do Desejo*, em várias passagens, Boal dá exemplos de como o método pode ser enxergado como terapêutico, havendo muitos fatores que justificam esse conceito.

Quando ele fala, por exemplo, que “todo o ser humano é teatro”, está afirmando seu principal elemento terapêutico: a auto-observação. Boal

Defende que a essência do teatro é a capacidade humana de autoobservar-se. Essa propriedade permite que o sujeito se observe em ação, proporcionando o autoconhecimento. Essa auto-observarão permite que a pessoa não só se perceba, mas imagine variantes para o seu agir e estude alternativas para o que deseja modificar. Isso, por si só, já é terapêutico. Dessa maneira, Boal sinaliza o potencial transformador do teatro. Afirma ser ele um instrumento eficaz na compreensão e busca de soluções para problemas sociais e interpessoais (VILLA, 2011, pg. 79).

Boal afirma que a prática teatral é uma vocação pertencente a todo o ser humano. Isso porque todo o ser humano tem a capacidade de se observar em ação. O autor afirmou em uma entrevista, que a linguagem do teatro é a linguagem humana por excelência, porque este é capaz de se ocupar de todas as atividades humanas (FOLHA DE SÃO PAULO, 1998).

Outra propriedade terapêutica proposta por Boal é o espaço estético pelo fato de, segundo Villa (2011, p. 80), estimular a aprendizagem através do saber, da descoberta, do conhecimento.

O espaço estético não é necessariamente um palco tradicional, mas um espaço dentro de outro espaço, que carrega, além das dimensões objetivas (comprimento, largura, altura), as dimensões subjetivas proporcionadas pela memória e imaginação. Dentro desse espaço convencionado, a cena teatral acontece. Então, a atividade estética surge com a delimitação do espaço estético, que é carregado de subjetividade. Assim, o teatro existe na subjetividade daqueles que o praticam. (VILLA, 2011, p. 80)

Portanto, este espaço não é apenas o palco onde ocorrem as apresentações. Trata-se de um espaço com dimensões afetivas e oníricas que despertam a memória e a imaginação. Ou seja, é um espaço capaz de despertar sentimentos e memórias afetivas que resultam da projeção de quem está dentro dele, tanto de quem pratica quanto de quem assiste.

Em outra entrevista à Folha de São Paulo, o autor afirmou que, anteriormente, havia se esquecido de pensar na pessoa separada do seu grupo social. Quando pensava nas mulheres que sofrem violência, pensava em todas como se fosse uma só, se pensava nos negros, pensava como se todos fossem iguais. Erro – como ele fala – que teria sido reparado no Arco-íris do Desejo, que passou a pensar, antes do social, em cada sujeito que está pertencente àquele grupo. Ou seja, não deixou de pensar no social, porém, o autor percebeu que os temas subjetivos são tão opressivos quanto os temas políticos. Ele comenta:

***Folha – A sua preocupação, antes, era a transformação coletiva. E agora o próprio Teatro do Oprimido se associa ao terapêutico, no Arco-Íris do Desejo. É um deslocamento do coletivo para o individual. Não houve um certo, digamos, aburguesamento?  
Boal –*** (ri) Não, certamente não. O erro que o Arena, o CPC (Centro Popular de Cultura) cometeram, e eu me incluo nisso, foi ignorar a existência do indivíduo e só pensar na categoria, na classe. A gente não falava de cada camponês. A gente falava “o campesinato”, como se todos fossem iguaizinhos. A gente negava a existência do indivíduo. Falava “o povo brasileiro” como se o povo fosse igual, no Nordeste, Sul. Ou então, “as mulheres”, “os negros”. Existem os negros, mas existe o negro, também (FOLHA DE SÃO PAULO, 1998).

Nos países da Europa, em que Boal trabalhou, não havia problemas como, por exemplo, desemprego e infra-estrutura. Porém, o que era muito comum lá, eram os problemas internalizados. Portanto, os participantes daquelas oficinas, também se consideravam um grupo oprimido, por isso, mesmo com o Arco-íris do Desejo, o Teatro do Oprimido continua sendo desenvolvido para o social. Entretanto, como os problemas eram pessoais, tinha que se trabalharem, primeiramente, com a situação do protagonista da cena, posteriormente, as outras pessoas do grupo iriam se reconhecer nas imagens e assumir seu lugar na cena (BOAL, 1996, p. 80).

Boal afirmava que o Arco-íris do Desejo tinha sim caráter terapêutico e não se incomodava em ligá-lo à área da terapia. Mas seu método não deixa de ser teatro por causa disso, nem o fator terapêutico deixa de existir porque o método é teatro. Isso porque, sendo o teatro uma linguagem, ele poderia se ocupar de tudo que é humano, como o autor fala na entrevista à Folha de São Paulo:

***Folha – “O Arco-íris do Desejo” tem um caráter terapêutico...***

Boal – Tem.

***Folha – Que transcende o teatro?***

Boal – Mas o teatro transcende o teatro. Ou você faz política, ou faz metafísica, ou faz terapia. Quer dizer, o teatro é uma linguagem. Ele se preocupa de todas as atividades humanas. Algumas vão no sentido da terapia, como é o caso desta. A mulher do (Jacob Levy) Moreno, que criou o psicodrama, me convidou para abrir um congresso de psicoterapia de grupo, em Amsterdã. Eu fui, mas falei “não sou terapeuta”. Ela disse, “não é, mas seu trabalho é terapêutico” (FOLHA DE SÃO PAULO, 1998).

Com este trecho, Boal deixa claro o caráter terapêutico de seu teatro. Ele diz que uma coisa não precisa ser somente “uma coisa”, isoladamente. Ou seja, o teatro é uma linguagem, e sendo assim, tem a capacidade de traduzir, em forma de arte, tudo que é humano. Quando Boal fala que “todo o ser humano é teatro”, está se referindo a esta capacidade que todos nós temos de nos apropriarmos desta linguagem.

O teatro é uma vocação que todos nós temos, sendo que somos capazes de nos observarmos e nos percebermos em ação. Boal fez uso desta capacidade para desenvolver o método do Teatro do Oprimido, incluindo o Arco-íris do Desejo, que trabalha com temas subjetivos do ser humano. Por este motivo, o método acabou adquirindo um enfoque mais terapêutico, que não exclui sua capacidade artística. Portanto, o “método Boal de teatro e terapia” continua sendo teatro e continua sendo Teatro do Oprimido, porém, ressaltando mais essa capacidade de auto-observação, inerente ao teatro.

# II. O terapêutico no teatro

Entendo que terapêutico, de forma abrangente, no senso comum, seria uma contribuição à solução de algum problema pessoal não resolvido. De forma técnica, terapêutico vem do conceito de terapêutica (tratamento), que significa “a arte, a ciência de escolher as terapias adequadas às diversas doenças” (REZENDE, 2010, p. 149). Portanto terapêutico é o meio que cause alívio às enfermidades dos sujeitos. Aqui abordaremos o uso da palavra “terapêutico” conforme se entende no senso comum.

Boal associou o teatro à terapia quando descobriu esse potencial terapêutico no seu Teatro do Oprimido. Nos países da Europa em que esteve o autor acabou descobrindo opressões internalizadas pelos sujeitos, o que fez com que ele desenvolvesse um Teatro do Oprimido diferente para tratar desse novo tipo de opressão. Villa (2011, p. 14) comenta:

No final dos anos 1970 e início dos anos 1980, Boal realizou uma série de experiências teatrais que resultaram nas técnicas reunidas sob a denominação de *O arco-íris do desejo*, nome que deu título a um livro, cujo subtítulo ressalta o seu caráter terapêutico: *Método Boal de teatro e terapia* (BOAL, 1996 a). Esse livro reúne as técnicas introspectivas do Teatro do Oprimido, criadas para a abordagem das opressões subjetivas, psicológicas, internalizadas, com as quais Boal se deparou no período em que esteve na Europa. (VILLA, 2011, p. 14)

Essas técnicas, portanto, formariam a vertente terapêutica do Teatro do Oprimido. Fato que teria desagradado alguns profissionais da área teatral. Essa vertente terapêutica, segundo Villa (2011, p. 14), seria

criticada por muitos não só por acreditarem que ela se afasta dos objetivos políticos presentes na origem da Poética do Oprimido, mas, sobretudo, por não a considerarem como sendo teatro de fato. (VILLA, 2011, p. 14)

O que Boal negava. Na entrevista em que ele falou que “o teatro transcende o teatro” (FOLHA DE SÃO PAULO, 1998), estava afirmando que o teatro não deixa de ser teatro para ser outra coisa. Ou seja, não precisa deixar de ser teatro para ser terapêutico, em seu método as duas coisas existem ao mesmo tempo. Ao longo do livro, Boal apresenta vários conceitos que fariam com que seu método fosse considerado terapêutico.

No livro *O Arco-íris do Desejo*, Boal nos apresenta quatro tipos de catarse: a catarse clínica, a catarse “moreniana”, a catarse aristotélica e a catarse no Teatro do Oprimido. Cada uma com suas definições dadas pelo próprio autor. A catarse clínica tem por objetivo “eliminar os elementos ou as causas de sofrimentos físicos, psicológicos ou psicossomáticos dos indivíduos” (BOAL, 1996, pg. 81); na catarse “moreniana” – referente ao Psicodrama de Moreno – “o que é expulso é, de certo modo, um veneno. Podemos afirmar que o que se busca é também a felicidade do indivíduo” (BOAL, 1996, p. 82); a catarse aristotélica “desemboca na confissão de culpas, assimilada empaticamente pelos espectadores [...], o que é eliminado é sempre a tendência do herói de violar a lei” (BOAL, 1996, p. 82); a catarse no Teatro do Oprimido tem por objetivo destruir “os bloqueios que proibiam a realização dessa ação [...]. A catarse dos bloqueios prejudiciais” (BOAL, 1996, p. 83), isto é, os bloqueios que proibiam a dinamização da ação capaz de modificar a cena.

Porém, para o autor,

Independente de sua forma, a catarse (do grego: Katharsis) significa purga, purificação, limpeza. Nesse ponto é que se encontra sua grande e única semelhança: o indivíduo ou grupo se purifica de qualquer elemento perturbador de seu equilíbrio interno. A purga do agente perturbador se constitui no elemento comum a todos os fenômenos catárticos.  
As desigualdades residem na natureza daquilo que é purgado ou eliminado (BOAL, 1996, p. 81).

Portanto, Boal define catarse como a eliminação de elementos que sejam prejudiciais ao equilíbrio interno dos sujeitos. A catarse que interessa para este trabalho é a do Teatro do Oprimido: a catarse que destrói os bloqueios prejudiciais, que purifica os *espect-atores*.

Por *espect-atores,* entende-se que são os sujeitos que assistem a um espetáculo de Teatro do Oprimido. O autor se referia aos espectadores de Teatro do Oprimido como *espect-atores* porque estes não estavam ali somente para assistir, poderiam entrar em cena e intervir na história. Segundo Khun (2011, p. 10), na obra de Boal

o espectador é chamado de espect-ator, justamente pelo fato de ser protagonista de sua existência e responsável pela existência de seus atos. O espect-ator é o dramaturgo, o roteirista de sua trajetória de vida. E é exatamente isso que Boal procura despertar nas pessoas as quais não podem ser indiferentes na vida (KHUN, 2011, pg. 10)

Em outras palavras, o que Boal quer dizer quando explica o conceito de catarse no Teatro do Oprimido, é que quando o *espect-ator* entra em cena, agindo no lugar do personagem, destrói os bloqueios que impediam que ele agisse, provocando assim a purga dos bloqueios.

Portanto, pensando nos conceitos de terapêutico e de catarse, entendendo que, assim como o terapêutico a catarse é um meio que causa alívio, acredito que poderemos refletir sobre o efeito terapêutico do teatro, em elementos proposto pelo próprio autor, através do conceito de catarse. Sendo esta, portanto, o terapêutico do teatro.

Boal dizia que a finalidade do Teatro do Oprimido é a de dinamizar, fazendo assim com que os espectadores saíssem da cadeira – da posição de passivos – e fossem para ação. Por isso ele criou o termo *espect-atores*, transferindo para estes a responsabilidade de tomar decisões. Sendo assim, quando o *espect-ator* entra em cena, ele age no lugar do personagem destruindo os bloqueios que existiam, causando, dessa forma, a purgação desses bloqueios que lhe seriam prejudiciais. Esta, portanto, é a definição de catarse proposta por Boal ao referir-se ao Teatro do Oprimido.

Quando se pensa, especificamente, no Arco-íris do Desejo – o qual também é chamado de “método Boal de teatro e terapia” – a catarse acontece, principalmente, com os participantes da cena (o público também é acometido pela catarse, quando entra em cena auxiliando o protagonista). Aqui, Boal define catarse como a purificação de “qualquer elemento perturbador” do “equilíbrio interno” de cada pessoa. Ou seja, a catarse é um meio capaz de causar alívio aos sujeitos envolvidos neste fazer teatral (BOAL, 1996, p. 83).

Comparando estes dois conceitos (terapêutico e catarse), podemos perceber semelhanças entre eles. De certa forma, ambos conceituam-se como um meio que causa alívio a elementos perturbadores.

Boal, ao ressaltar os efeitos terapêuticos de seu método em suas oficinas do Arco-íris do Desejo, procurava tratar das opressões internalizadas dos sujeitos. Ao referir-se ao seu método como sendo “teatro e terapia”, o autor queria dizer que poderia servir de ajuda às pessoas que procuravam tratar, em cena, de seus problemas pessoais, dando-lhes opções para saírem de suas opressões mais subjetivas. Portanto, o método seria terapêutico se os participantes das oficinas conseguissem enxergar novas alternativas para os problemas trabalhados no palco, como comentam Oliveira e Araújo (2012, p. 343): “O procedimento seria terapêutico se permitisse e estimulasse a escolha de uma ou de várias alternativas para o problema apresentado”.

Estas mesmas autoras também observam que o elemento essencial do Arco-íris do Desejo é a auto-observação. Afirmam que o objetivo de Boal ao juntar teatro e terapia “era mostrar o teatro como o lugar onde o sujeito poderia se ver em ação” (OLIVEIRA E ARAÚJO, 2012, p. 342). Ou seja, poderia se ver realizando seu desejo não realizado anteriormente. Segundo elas,

por meio da junção de técnicas terapêuticas e da arte teatral, Boal criava mecanismos de auto-observação, que permitiam ao sujeito o conhecimento de si mesmo, através da confrontação de seus conflitos (OLIVEIRA E ARAÚJO, 2012, p. 345).

Sendo assim, este seria, para Boal, um dos principais elementos terapêuticos deste método. Através do autoconhecimento, o sujeito purgaria os problemas prejudiciais, realizando assim, seus desejos não realizados. A catarse, segundo o conceito de Boal, então, viria destruindo estes bloqueios que estariam impedindo a realização do desejo, e isto já é terapêutico.

O autor explica que a auto-observação seria a função terapêutica específica do teatro:

Vendo e ouvindo – e ao ver-se e ao ouvir-se – o protagonista adquire conhecimento sobre si mesmo. Eu vejo e me vejo, eu falo e me escuto, eu penso e me penso – isto só é possível pela fissão do eu. O *eu-agora* percebe o *eu-antes* e prenuncia um *eu-possível*, um *eu-futuro* (BOAL, 1996, p. 41).

Portanto, a auto-observação é proporcionada através do espaço estético, que é por si só, sensorial. Ou seja, não através da razão e sim dos sentidos. O sujeito é capaz de se perceber falando, ouvindo e pensando e, através da ação, adquire o conhecimento sobre si mesmo. E isso acontece pela capacidade dicotômica do espaço estético.

Assim, o espaço estético é um importante elemento terapêutico do Arco-íris do Desejo, referente à sua plasticidade, a sua tele-microscopicidade e ao possuir o efeito dicotômico e dicotomizante, como Boal afirma. O espaço estético seria o lugar imaginário que acontece a situação da cena, como o autor explica:

Superposição de espaços: um espaço criado subjetivamente pelo olhar dos espectadores (testemunhas objetivamente presentes ou apenas supostas), dentro de um espaço que já lá existia fisicamente, tridimensionalmente. Este é contemporâneo do espectador: aquele viaja no tempo (BOAL, 1996, p. 32).

Ou seja, quando pensamos em espaço estético, pensamos em um espaço dentro do outro. Um espaço imaginário dentro de um espaço concreto: a cena, em sua situação fictícia que acontece em cima de um palco (ou um tablado). A cena é o espaço imaginário e o tablado é o espaço concreto. Sendo assim, o ator estaria em dois lugares ao mesmo tempo.

O espaço estético é terapêutico, segundo Boal, porque é capaz de despertar a memória e a imaginação, quebrando os bloqueios através das dimensões afetivas e oníricas. Para Villa, a memória e a imaginação no Arco-íris do Desejo, teriam um conceito parecido com o que Moreno, no Psicodrama, chamou de “realidade suplementar”, o que carregaria, assim, forte teor terapêutico. Com relação à realidade suplementar, Soliani (1993, p. 58) comenta que é

um lugar criado artificialmente onde não há um conflito entre o real e a fantasia porque nele tanto um como outra são funções de um mundo mais amplo que é o mundo psicodramático. (SOLIANI, 1993, p. 58)

Portanto, a autora define “realidade suplementar” como “o conjunto das dimensões invisíveis da realidade, da vida intra e extrapsíquica” (SOLIANI, 1993, p. 60). Sendo assim, a realidade suplementar seria desenvolvida no palco psicodramático através da imaginação do protagonista, seria um mundo subjetivo que existiria apenas no seu sonho ou na sua memória afetiva. Assim como a memória e a imaginação constroem uma realidade para ser vivenciada apenas no momento da cena.

Outra propriedade terapêutica do espaço estético é a tele-microscopicidade. Com esta propriedade, tudo que acontece em cena se torna maior, mais fácil de enxergar. Como comenta Boal (1996, p. 41) é como se estivesse acontecendo “em um poderoso microscópio”. Villa comenta que a importância dessa propriedade está na capacidade de observação proporcionada pelo palco.

Os gestos, movimentos e palavras aí pronunciadas tornam-se maiores, mais evidentes e enfáticos. Estando mais perto e parecendo maiores, as ações humanas podem ser melhor observadas. Segundo Boal, no palco é difícil, quase impossível, esconder e/ou esconder-se (VILLA, 2011, p. 85).

Com os gestos aumentados, fica mais fácil a percepção de onde se encontram os elementos prejudiciais ou os bloqueios dos participantes da cena. Como lembra essa autora, no palco “o corpo (do ator, espect-ator ou paciente, conforme o caso) fica exposto na cena, emitindo sinais que poderão ser decifrados por quem assiste” (VILLA, 2011, p. 85), tornando-se, assim, um meio terapêutico.

E o espaço estético é terapêutico ainda – e principalmente – por ele ser dicotômico e dicotomizante.

Estas características surgem do fato de que se trata de um espaço dentro do espaço. O espaço estético e o espaço físico são espaços iguais e diferentes ao mesmo tempo: iguais, porque na sala e na cena respira-se o mesmo ar, a mesma luz ilumina o ator e o personagem, etc. Diferentes, porque na cena age-se, na plateia observa-se. Na cena, cria-se a ilusão de outro mundo, de outra realidade, ao passo que na plateia, no aqui e agora, aceita-se e vive-se a proposta da cena. As pessoas e coisas no espaço estético da cena estão em dois espaços e também se dicotomizam. Em cena, o ator é o personagem, embora continue sendo ele mesmo. O personagem pode estar num castelo, enquanto o ator continua no palco (VILLA, 2011, p. 81/82).

Esta última propriedade refere-se ao fato de que o espaço estético pode ser dois ao mesmo tempo. Ele é o espaço físico e o espaço imaginário. É dicotômico porque é dois e é dicotomizante porque as pessoas que estão nele também estão nos dois lugares ao mesmo tempo – no físico e no imaginário. Sendo esta a propriedade que mais influencia na auto-observação.

Este espaço estético, com estas características, permite que a pessoa que está representando consiga se ver neste espaço dicotômico, sendo no espaço imaginário ela mesma (no caso do palco terapêutico) ou um personagem fictício (no teatro convencional). Assim, reafirmamos o elemento terapêutico principal do teatro: a auto-observação. O protagonista, ao reviver uma cena no palco, diante de testemunhas, deseja mostrar o que lhe aconteceu. Dessa forma ele também se verá em ação e isso já lhe mostrará alternativas para o seu conflito, já que o espaço dicotômico o obrigará a se observar em uma situação passada (BOAL, 1996, p. 39).

Portanto, o que Boal sempre tenta ressaltar em seu método é a auto-observação. “Aí reside à função terapêutica especifica do teatro: ver e ouvir” (BOAL, 1996, p. 41). Ou seja, este método de teatro propicia a análise de si mesmo, despertando o conhecimento de novas alternativas para cenas apresentadas no palco terapêutico. Lembrando que o fato de apresentar alternativas para as cenas propostas, já se caracteriza como sendo um procedimento terapêutico, sendo que em ações terapêuticas é fundamental para o paciente enxergar novas alternativas para os problemas expostos.

# III. A representação de emoções reais

Atores, quando interpretam um personagem, representam as emoções referentes a este. Atores em um palco terapêutico representam emoções que são suas, revivendo situações já vividas anteriormente. O ator representa emoções que são ditas do personagem e o ator-paciente representa emoções que são assumidamente suas. No Arco-íris do Desejo as emoções expressadas pelo protagonista podem ser libertadoras, na medida em que desfaça os bloqueios prejudiciais.

Amâncio da Costa Pinto (apud LOPES, 2011) define emoção como

uma experiência subjetiva que envolve a pessoa toda, a mente e o corpo. É uma reação complexa desencadeada por um estímulo ou pensamento e envolve reações orgânicas e sensações pessoais. É uma resposta que envolve diferentes componentes, nomeadamente uma reação observável, uma excitação fisiológica, uma interpretação cognitiva e uma experiência subjetiva. (PINTO apud LOPES, 2011)

Segundo este autor, emoção é uma sensação que mobiliza corpo e mente em prol de uma experiência subjetiva. A emoção é uma característica de todos os seres humanos e está presente desde o nascimento e, como o autor fala, é uma reação que envolve o corpo como um todo.

Os atores fazem uso das emoções quando interpretam um personagem. Atores profissionais representam, em cena, as emoções ditas do personagem, enquanto atores do palco terapêutico representam emoções assumidamente suas. O ator-paciente revive uma cena acontecida no passado e expressa novamente as mesmas emoções da época em que a situação real aconteceu. Porém, mesmo quando o ator profissional expressa à emoção que seria do personagem, de alguma forma, essa emoção também pertence ao ator, e isso pode vir a ajudá-lo a quebrar algum bloqueio que o impedia de expressar determinada emoção na vida real.

Da mesma forma que expressamos nossas emoções na vida real, provocando reações no corpo e na mente, quando o ator representa uma emoção através do personagem, a reação é a mesma. Stanislavsky – diretor que criou um método de atuação baseado na utilização das emoções dos próprios atores – relatava que sem poder “pegar emprestada” uma emoção de outra pessoa, o ator tem que usar a sua própria para dar vida ao seu personagem. O autor comenta:

É possível compreender um papel, simpatizar com a pessoa retratada e por-se no lugar dela, de modo a agir como essa pessoa agiria. Isso despertará no ator sentimentos que são *análogos* aos que o papel requer. Mas esses sentimentos pertencerão não à pessoa criada pelo autor da peça, mas ao próprio ator (STANISLAVSKY, 1982, p. 196).

Ou seja, não tem como separar as emoções que são do ator e as que são do personagem, já que este vive através do corpo do ator. Portanto, dependendo do método com o qual se trabalhe em cena, o teatro tem a possibilidade de proporcionar ao ator a expressão das suas emoções. E isso pode ter um fator terapêutico, dependendo da relação que o ator tenha com seu personagem.

Por outro lado, pensando no método que foi desenvolvido para trabalhar temas subjetivos através do teatro – o Arco-íris do Desejo – vemos que ele trabalha exclusivamente este lado emocional do teatro produzindo o efeito terapêutico. No Arco-íris do Desejo, o que é proposto ao participante é que ele tome uma decisão sobre um tema de sua vida. Como foi dito antes, o principal elemento terapêutico do Arco-íris do Desejo é a auto-observação proposta pelo efeito dicotômico do espaço estético. Segundo Boal (1996, p. 39)

Este avanço no espaço e no tempo, esta nova abrangência, já é por si só terapêutica, pois toda terapia deve consistir – antes mesmo da escolha e do exercício de uma alternativa – na amostragem de alternativas possíveis. Um procedimento é terapêutico quando permite ao paciente – e o estimula – na escolha de uma alternativa à situação na qual se encontra, e que lhe provoca dor ou infelicidade não desejada. E este processo teatral de contar no presente, diante de testemunhas coniventes, uma cena vivida no passado, já oferece em si mesmo uma alternativa, ao permitir – e exigir – que o protagonista se observe a si mesmo em ação, pois o seu próprio desejo de mostrar obriga-o a ver e a ver-se. (BOAL, 1996, p. 39)

No Arco-íris do Desejo – que também é um palco terapêutico – as emoções são apresentadas para que o protagonista as “enxergue” através do espaço estético. Ou seja, ele verá a ele mesmo revivendo uma situação. Este processo de representar a emoção (ou reviver a emoção) permitirá ao participante experimentar novas alternativas, diferentes das realizadas na vida real, e que experimente novas emoções para a mesma cena, realizando o desejo não realizado anteriormente.

Essas emoções, que a participante expressa em uma oficina de Arco-íris do Desejo, pode ser considerado libertador. Quando o desejo do protagonista é realizado em cena, acontece a catarse, porque ele consegue se desprender dos bloqueios que impediam a expressão de determinadas emoções. E isso é terapêutico.

# 4. EM DIREÇÃO ÀS CORES DO ARCO-ÍRIS

Os desejos seguem seu percurso em direção às suas cores. E dentre tantas cores, emoções e lembranças que envolvem este trabalho, destaca-se a questão que dá a direção a ser percorrida: O trabalho com as emoções pessoais no fazer teatral pode ter efeito terapêutico?

Através desta questão norteadora desenvolverei esta pesquisa que se encarrega do tema “o efeito terapêutico no fazer teatral”. Este efeito terapêutico o qual menciono, refere-se ao alívio que a prática teatral pode causar aos participantes de uma oficina ou atores de determinada montagem, quando estes se colocam em situações que lhes propiciam a expressão de emoções. Sendo que “fazer teatral” engloba tanto oficinas, como ensaios, processos de improvisação e representações, ou seja, tudo o que envolve estar em cena.

Por terapêutico, em termos mais técnicos, entende-se que é o uso do tratamento adequado à determinada doença, ou seja, um medicamento para curar uma doença já existente. Este conceito vem da definição de terapêutica, que, segundo Rezende (2010, p. 149), significa “a arte, a ciência de escolher as terapias adequadas às diversas doenças”. Este conceito é usado referente a tratamento – tratar, cuidar – hoje usado com o mesmo significado que terapia (tratamento, prestar cuidados médicos). O mesmo autor define tratamento como

o conjunto de meios (terapias) empregados visando a debelar uma doença ou proporcionar ao doente, cuidados paliativos. Na linguagem médica corrente, usa-se tratamento como sinônimo tanto de terapia como de terapêutica (REZENDE, 2010, p. 150).

Sendo assim, entende-se por terapêutico o meio (ou tratamento) que cause alívio às enfermidades dos sujeitos (ou pacientes). Porém, quando falo em “efeito terapêutico do teatro”, penso em uma forma mais abrangente da palavra terapêutico, referente ao senso comum. Neste caso, seria uma contribuição à solução de algum problema pessoal ou algum conflito não resolvido, ou uma contradição entre querer e fazer ou mesmo um desejo e sua realização.

Logo de início, vou à busca da compreensão do método do Arco-íris do Desejo e o que Boal considera terapêutico em sua prática. Para isso li o livro *O Arco-íris do Desejo*, assim como artigos e trabalhos acadêmicos relacionados ao tema, destacando o que Boal ressalta como terapêutico.

Motivada pelo problema da pesquisa, considero importante buscar subsídios empíricos através de entrevistas, a fim de que pudessem dialogar com estes elementos considerados pelo autor como terapêuticos. A curiosidade a respeito do tema me levou a buscar respostas dentro do meu contexto acadêmico, com os meus colegas de curso. Com as entrevistas, as pessoas envolvidas com teatro puderam falar sobre sua prática no teatro e o uso de suas emoções reais para a cena. Os entrevistados responderam às perguntas: “Para ti, o fazer teatral pode ter um fator terapêutico?” e “Quando que, para ti, a prática teatral começa a ser terapêutica?”. Assim, relacionei o que foi dito nas entrevistas com o método de Boal, tendo o intuito de refletir acerca do “efeito terapêutico no fazer teatral”.

Os entrevistados eram estudantes do curso de Teatro – Licenciatura da UFPEL, com exceção de um entrevistado que está começando a fazer teatro em oficina. Penso ser importante a opinião de alguém de fora do curso, porque poderá falar mais sobre o que sente com o fazer teatral ao invés de ficar preso a teorias. As entrevistas foram realizadas no período de dois dias com uma pessoa por vez. Nenhuma pessoa ouviu a entrevista de outra, procurando, assim, não ser influenciada pela resposta do colega.

A vontade de pesquisar sobre esse tema vem do que eu penso como futura professora que se preocupa em permitir que os alunos se posicionem e tenham liberdade. Mas vem também, e principalmente, da restrição com que este tema é abordado no nosso curso. Vem da minha surpresa à posição extremamente contrária ao, associar o teatro à terapia, que alguns professores se colocaram, quando foi exposta a minha vontade de pesquisar sobre o terapêutico no teatro. A minha vontade era que, através das entrevistas, os estudantes pudessem falar a respeito deste tema e pudessem discutir, falar como sentem a utilização das emoções no fazer teatral e o que isso causa neles, já que o trabalho com as emoções nunca foi abordado nas aulas.

O Arco-íris do Desejo é um método de teatro e terapia que faz parte do conjunto de métodos que compõem o Teatro do Oprimido. Segundo Boal (1980, p. 25)

a melhor definição para o teatro do oprimido seria a de que se trata do teatro das classes oprimidas e de todos os oprimidos, mesmo no interior dessas classes. Não é o teatro das classes opressoras, nem dos oprimidos dentro dessas classes, porque nesses oprimidos predominam o caráter opressor. (BOAL, 1980, p. 25)

Entre os métodos de Teatro do Oprimido estão o teatro-imagem, o teatro-fórum, o teatro-invisível, sendo estes os mais conhecidos. O Arco-íris do Desejo foi o último a ser criado e trata de opressões internalizadas pelos sujeitos, ou seja, trata de temas subjetivos onde a pessoa oprime a ela mesma. Por tratar de temas tão pessoais, ligados às emoções das pessoas, também ficou conhecido como “método Boal de teatro e terapia”.

A diferença do Arco-íris do Desejo para outros métodos de Teatro do Oprimido é a não-racionalização, que no teatro-fórum, por exemplo, ocorre. Neste método busca-se conscientizar o espectador das opressões ocorridas dentro de sua classe, fazendo com que o espectador tome posição contrária e se imponha perante seu opressor. Como comenta Villa (2011, p. 85):

durante muito tempo Boal defendeu a primazia do uso da razão e da consciência nas atitudes do espectador, diante das situações apresentadas. As cenas, refletindo uma realidade conhecida e revelando de maneira explícita uma situação opressiva, estimulariam o senso crítico e a ação consciente do espectador, com o objetivo de transformar essa realidade. (VILLA, 2011, p. 85)

Porém, no Arco-íris do Desejo, por se tratar de opressões inconscientes, primeiramente é preciso conhecê-las, torná-las palpável para que então se possa trabalhar com elas e modificá-las. A mesma autora comenta a diferença entre os métodos de Teatro do Oprimido:

Em *Arco-íris do desejo*, a abordagem de Boal modifica-se, quando ele considera situações de opressão subjetivas, internalizadas, a maioria verdadeiramente inconsciente. Como num processo de terapia, ele pretendia que essas opressões tornassem-se conscientes (com a utilização das suas técnicas teatrais), e somente então o espectador poderia agir sobre elas (VILLA, 2011, p. 85).

Como percebemos, a idéia de terapia está muito presente no método do Arco-íris do Desejo. Tanto, que fica difícil enxergar os limites que separam o teatro da terapia. Mas pelo que indica seus textos e entrevistas onde fala a respeito de seu método, Boal não se preocupa muito em separar um do outro. Como ele mesmo fala em uma passagem do livro *O Arco-íris do Desejo*, “Teatro é terapia na qual se entra de corpo e alma, de soma e psique [...] E o Teatro do Oprimido é um espelho onde podemos penetrar e modificar nossa imagem” (BOAL, 1996, p. 41-42).

A ideia, no princípio da pesquisa, era fazer um grupo focal, porém foi difícil encontrar pessoas que se dispusessem a participar desta discussão, imagino que ou por falta de tempo, ou por não ter interesse, ou por receio em relação ao tema. Sendo esta última a mais importante e que se manifestou também nas entrevistas.

É muito falado, dentro do curso de Teatro, que não se deve associar o teatro a outras áreas, que o teatro se basta por si mesmo, sendo somente arte. Porém, mesmo sem ter esta pretensão, podemos perceber o efeito terapêutico na prática teatral, como foi exposto pela opinião dos entrevistados. Acredito que, por esse motivo, tenha sido difícil encontrar pessoas que quisessem falar sobre este assunto, apesar de que todos que responderam à entrevista responderam à pergunta afirmativamente, dizendo que o teatro pode ter fator terapêutico.

Com relação ao desenvolvimento das emoções nos jovens, através da prática teatral, Christiane Camps (2004, p. 138) comenta:

considero importante procurar oferecer aos jovens oportunidades de crescimento que os ajudem a criar / encontrar suas capacidades, a desenvolver esse lado pouco explorado e, às vezes, assustador, do devir, esse potencial por acontecer, que quando se realiza permite ao indivíduo sentir-se real e vivendo sua própria vida. (CAMPS, 2004, p. 138)

Portanto, essa passagem reafirma a ideia dos entrevistados ao falar das emoções que se expressa em cena. A autora deixa clara a importância de oportunizar aos jovens esse tipo de experiência que é tão pouco explorada nas escolas. Por isso a considero importante também dentro do nosso curso, cujo um dos elementos principais da arte teatral é o uso das emoções. Fato afirmado pelas entrevistas.

Todos os entrevistados falaram a respeito do tema na forma que quiseram, tendo liberdade para falarem como se sentem e sobre suas práticas com relação ao “efeito terapêutico no fazer teatral”. Um fato que chamou minha atenção foi à limitação nas falas. Como este é um tema que nunca foi discutido nas aulas, os estudantes não conseguiram se expressar com muita propriedade a respeito dele, limitando-se a falar somente dos seus sentimentos quando participam de algum processo.

Pela dificuldade em encontrar pessoas que se dispusesse a responder à entrevista, a escolha dos entrevistados se deu aleatoriamente, com quem aceitou fazer. Certamente, se os entrevistados tivessem maior conhecimento, as entrevistas seriam mais proveitosas, porém, elas não deixaram de ser interessantes por falar dos sentimentos dos participantes. Este fato acabou gerando outro enfoque para a pesquisa, ressaltando mais os sentimentos de quem faz teatro do que propriamente a teoria a respeito do tema.

Apesar de todos terem dado uma resposta afirmativa à pergunta “Para ti, o fazer teatral pode ter um fator terapêutico?”, percebi nas reações dos entrevistados que eles não se sentiam confortáveis em falar sobre o tema. Uma entrevistada me questionou se eu estaria usando o teatro como ferramenta. Respondi que não necessariamente, o que eu estava fazendo era ressaltar este efeito que o teatro já possui, mas que também não veria mal se, em algum momento, ele fosse usado, porque temos terapias teatrais que fazem uso deste como ferramenta. E acabei dizendo que ela poderia falar na entrevista o que ela quisesse e como quisesse.

Será que este fato estaria nos mostrando que o nosso curso é preconceituoso, por isso não permite que o teatro exerça toda a capacidade que lhe compete? No curso de Teatro se batalha muito para que ele seja reconhecido e se afirme como área de conhecimento e que os conteúdos a serem trabalhados sejam próprios do teatro. Concordo que esta seja uma luta importante e que o teatro é sim uma área de conhecimento. Mas também fico pensando: os profissionais da nossa área, se preocupando tanto em defender o teatro para este fim, não estariam se esquecendo dos outros potenciais que esta arte poderia ter?

# 5. TEATRO “É O MEU PULSAR TERAPÊUTICO”:

# REFLEXÕES ACERCA DE ENTREVISTAS COM ESTUDANTES DE TEATRO

# I. Impressões a respeito do tema

A fim de refletir melhor a respeito do tema “o efeito terapêutico no fazer teatral”, realizei entrevistas com estudantes do curso de Teatro – Licenciatura da UFPEL. Foram seis entrevistados (três mulheres e três homens), com idades entre 17 e 32 anos, sendo um deles de fora da universidade, mas com experiência de teatro em oficinas.

Através do que os entrevistados falaram, pude ter uma ideia de como o tema se reflete no curso de Teatro e em quem trabalha com esta arte. Pude perceber diversas reações com relação ao tema da entrevista, entre elas: receio em falar do tema, falta de entendimento no assunto e preconceito. Neste item abordarei as impressões sobre o terapêutico no teatro sob o ponto de vista dos entrevistados, refletindo sobre a abordagem deste tema na universidade, e comparando com o que diz Boal no Arco-íris do Desejo e na visão de outros autores sobre o mesmo método.

As entrevistas foram todas realizadas com pessoas que vivenciam o teatro. Todos são estudantes do curso de Teatro da UFPEL, com exceção de um entrevistado que está começando a fazer teatro em oficinas. O foco das entrevistas foi o sentimento deles a respeito do tema “o efeito terapêutico no fazer teatral”, onde todos comentaram o que sentiam na realização de suas práticas. Os entrevistados responderam às seguintes perguntas: “Pra ti, o fazer teatral pode ter um fator terapêutico?” e “Quando que, pra ti, a prática teatral começa a ser terapêutica?”.

A escolha destas perguntas foi feita a partir do meu desejo em falar sobre este assunto, em saber se, assim como eu, outras pessoas também compartilham deste pensamento sobre o “efeito terapêutico do teatro”. A segunda pergunta refere-se ao limite que separa a arte da terapia, ou seja, se eles saberiam, em suas práticas, até onde eles poderiam trabalhar com experiências pessoais, sendo que o teatro não é terapia.

Uma das entrevistadas, inclusive, relata uma experiência em que ela teve que trabalhar, no teatro, com um tema que ela já havia vivenciado em sua vida pessoal, que é “a violência contra a mulher”. Ela conta:

no momento em que eu tive que improvisar em cima disso e fazer isso, acabei usando elementos da minha situação vivenciada e mais elementos de conhecimento de mundo (...). até então eu não sabia se eu ia conseguir ou não. E eu fui, fui, fui, fui, e uma coisa, as pessoas não sabiam se era verdade ou era mentira. E na verdade não saberia se eu saberia, enfim. Mas no fim acabou fechando, foi tudo normal, entende. Nesse processo, por exemplo, foi positivo pra mim. (ANONIMA, 2015, entrevista realizada com estudante da UFPEL)

Neste exemplo, ela conta que não sabia se iria conseguir, ou seja, não sabia até onde ela poderia reviver essa situação. No segmento seguinte ela fala que o experimento poderia não ter dado certo. Segundo ela:

poderia ter tocado numa coisa que eu não “tava” pronta ainda pra lidar, e que eu me perdesse naquela gama de sensações e revivesse aquilo de forma descontrolada. (ANONIMA, 2015, entrevista realizada com estudante da UFPEL)

Observando essa fala, percebemos que o que é relatado, é uma situação comum de acontecer no teatro. Com frequência se trabalha com situações reais e emoções reais, porém, muito pouco se sabe “como” trabalhar com tais emoções, podendo assim, levar a experiência para um lado negativo. Mas se elas forem bem trabalhadas, pelo que os entrevistados falaram, podem fazer muito bem, por isso o meu desejo que se fale mais sobre as emoções dentro do curso.

Carl Rogers e Edgar Morin são dois teóricos que defendem o lado emocional da educação. Falam deste fator que, segundo eles, estaria esquecido pelo ensino. Através de seus conceitos, podemos refletir acerca das questões emocionais no curso de Teatro.

Rogers defende o ensino como uma atividade que vai além da transmissão de conhecimento, é sim despertar a curiosidade e desenvolver relacionamentos. Ou seja,

Rogers combate a aprendizagem do tipo “tarefas”, que só utiliza as operações mentais, não considerando o indivíduo como um todo. Esse tipo de aprendizado é esquecido com o tempo, pois não tem relevância com os sentimentos, as emoções e sensações do educando, e não provoca uma curiosidade que leve o indivíduo a aprofundar mais e mais (AZEVEDO, 2005).

Morin (s/d, p. 8) fala sobre “os sete saberes necessários à educação”. Estes, para ele, seriam “buracos negros” ignorados pela educação, mas que deveriam estar no centro da educação dos jovens. Entre estes saberes está a “compreensão humana”. O autor defende que este ponto é importante para

compreender não só os outros como a si mesmo, a necessidade de se auto-examinar, de analisar a autojustificação, pois o mundo está cada vez mais devastado pela incompreensão, que é o câncer do relacionamento entre os seres humanos. (MORIN, s/d, p. 8)

Ambos os autores falam sobre um ensino mais humano, onde o jovem consiga se perceber como sujeito que sente, entendendo suas emoções e as emoções do outro e desenvolver relacionamentos saudáveis.

“Acho que temos de educar a pessoa inteira” (EVANS, 1979, p. 68). Rogers defende que a educação não deve ser somente intelectual, deve despertar também sentimentos e emoções para que o conhecimento se concretize. Ou seja, para Rogers, a aprendizagem emocional é tão importante quanto à intelectual. Assim, quando penso nas entrevistas, onde os estudantes falaram tanto sobre emoções e sobre a importância de expressa-las, e sobre se entender melhor, penso se esse aprendizado não seria importante no curso? Pelo que foi falado, o teatro tem esse potencial para desenvolver o lado emocional dos sujeitos praticantes. Por que não aproveitar este potencial, então, para discutir sobre esse assunto? E este sendo um curso de licenciatura, faria com que os estudantes também desenvolvessem esse trabalho emocional com seus futuros alunos.

Uma entrevistada fala sobre o desenvolvimento de habilidades emocionais através do fazer teatral. Segundo ela, o fazer teatral ajuda a pessoa a se entender melhor através do uso das emoções:

desde exercícios do teatro, assim, do fazer teatral, já te colocam num estado que... de expressão e de se entender e entender as emoções e expressar elas e se expressar. E, eu acho que aí já começa uma coisa que é mais terapêutica. (ANÔNIMA, 2015, entrevista realizada com estudante da UFPEL)

Este comentário vem ao encontro do que fala Rogers em relação à aprendizagem emocional. Para o autor, na educação “deverá ter lugar, também para a aprendizagem emocional, para se conhecer melhor a si mesmo como pessoa que sente” (EVANS, 1979, p. 68-69). Portanto, baseando-me neste conceito de Rogers e no que diz a entrevista, reflito sobre essa importância das emoções. A entrevistada fala sobre “se entender e entender as emoções”. Isto se refere ao fato de o jovem ainda estar buscando o conhecimento de si mesmo e entendendo suas emoções. E o teatro, proporcionando esse conhecimento sobre si, acaba por ter efeito terapêutico.

Todos os entrevistados afirmaram que o teatro teria, sim, um fator terapêutico e que este estaria ligado à expressão de emoções e ao trabalho, em cena, com experiências reais. A maioria também afirma que a prática teatral é capaz de “quebrar” os bloqueios prejudiciais que impedem a pessoa de se expressar livremente. Também foi falado na auto-observação, em “viver através do personagem” e em transformação, podendo, todos esses elementos serem terapêuticos.

O elemento do teatro que todos concordam ser terapêutico é a expressão de emoções. Estas são elementos indispensáveis para o fazer teatral e todo o ator, de uma maneira ou outra, acaba expressando-as em sua prática. O que foi falado nas entrevistas é que expressar emoções através dos personagens pode ser terapêutico. Mesmo se as emoções referentes ao personagem forem análogas às de experiências passadas do ator – ou seja, mesmo que não seja a mesma situação acontecida na vida real – a catarse pode acontecer e isso ter um efeito terapêutico.

Boal fala que a auto-observação é o principal elemento terapêutico do teatro. Para ele, se o sujeito for capaz de se perceber em ação, ele será capaz de enxergar novas alternativas para uma situação já vivida.

Desse modo, por meio da junção de técnicas terapêuticas e da arte teatral, Boal criava mecanismos de auto-observação, que permitiam ao sujeito o conhecimento de si mesmo, através da confrontação de seus conflitos (OLIVEIRA E ARAÚJO, 2012, p. 345).

Segundo os entrevistados, através da auto-observação a pessoa desenvolve a capacidade de se entender melhor e entender suas emoções. A partir daí conseguirá observar as mudanças ocorridas em seu comportamento, o que seria a mesma “transformação” que o outro entrevistado cita. Para este, a transformação acontece quando se dá o “processo de relaxamento das tensões psíquicas”.

Duas pessoas entrevistadas falaram a respeito de “viver através do personagem”, porém, uma de forma positiva e outra de forma negativa. Uma fala que o personagem pode servir como uma fuga para o ator, e isso pode ser prejudicial à medida que a pessoa só vive através do personagem. A outra fala que este mesmo fato seria o mais positivo no teatro ao falar de seu efeito terapêutico.

Todos os elementos citados pelos entrevistados são falados no livro O Arco-íris do Desejo. Isso mostra que estes elementos tão comuns do teatro, poderão ser sim considerados terapêuticos, porém, sem serem reconhecidos, como chega a comentar um dos entrevistados. E, por esse efeito do teatro muitas vezes ser negado por alguns profissionais, que não querem associar o teatro a outras linguagens, é que, em alguns casos, as emoções não são bem trabalhadas pelos atores, podendo se tornar prejudiciais. Por este motivo também, percebi na maioria dos entrevistados certo receio em falar no tema “terapêutico” para o teatro, apesar de reconhecerem em si mesmos este efeito em algum momento de sua prática.

Edgar Morin (s/d, p. 8) fala sobre o ensino da compreensão humana, ele defende que deveria ser ensinado aos jovens sobre como compreender uns aos outros, desenvolvendo a empatia e a identificação. Ele diz:

o que faz com que se compreenda alguém que chora, por exemplo, não é analisando as lágrimas no microscópio, mas porque se sabe do significado da dor, da emoção, por isso é preciso compreender a compaixão que quer dizer sofrer junto, é isto que permite a verdadeira comunicação humana. (MORIN, s/d, p. 8)

Os entrevistados comentaram muito sobre emoções e sobre como expressá-las é importante, mas tinham muito pouco embasamento para falar. O que percebi é que eles mal compreendiam como isso os ajudava, apesar de terem dado ênfase à sua importância. Porém, como segue falando Morin (s/d, p. 8) sobre a compreensão humana, na educação convencional

não existe a preocupação de ensiná-la. Na realidade, isto está se agravando, cada vez o individualismo aparece mais, estamos vivendo numa sociedade individualista, que favorece o sentido de responsabilidade individual, que desenvolve o egocentrismo, o egoísmo que, consequentemente, alimenta a auto-justificação e a rejeição ao próximo. (MORIN, s/d, p. 8)

Isto é, se os elementos humanos fossem debatidos, os estudantes teriam maior compreensão sobre suas emoções. Transpondo isso para o teatro, fico pensando se os estudantes não saberiam melhor como expressar emoções, como se relacionar com um personagem, sem que essa prática possa se tornar prejudicial. Porém, fico pensando no fato de o uso das emoções, que está – como os estudantes mesmo falaram – diretamente ligado ao efeito terapêutico do teatro continuar sendo negado e não incentivado. Será que este fato não estaria negando ao teatro uma capacidade que já é dele, mesmo não sendo reconhecida? Será que não estaria na hora de reconhecê-la?

São essas impressões e sensações, de quem trabalha com teatro, que estou ressaltando. As entrevistas trouxeram muitas impressões sobre o que pensa o curso a respeito da função da arte. O receio que eles tiveram em falar do tema, o fato de não querer se comprometer com a resposta, a ideia de que eu não estaria usando o teatro apenas como arte, foram fatos que apareceram em todos os entrevistados. Não tanto no que foi falado nas entrevistas gravadas, mas na conversa que tivemos antes, onde expliquei o tema do trabalho.

O único entrevistado que não apresentou nenhum tipo de receio quanto ao tema, foi o que era de fora da universidade. Este, ao contrário dos outros, foi o que falou com mais segurança sobre o tema “terapêutico”. Ele falou sobre o que sentia com a prática na oficina, como o teatro, nas palavras dele, “vai trabalhando melhor o seu emocional”. No caso, ele está se referindo às pessoas que fazem teatro, que estariam trabalhando seu emocional com a prática teatral.

Com estas colocações, o que percebo, é que “o efeito terapêutico do teatro” repercute nos estudantes e praticantes desta arte. Vários elementos terapêuticos citados por Boal no Arco-íris do Desejo foram comentados pelos entrevistados, reconhecendo-os como terapêuticos em suas práticas. Porém, este é um tema muito pouco (ou nada) falado no curso, o que acaba deixando os estudantes inseguros para falar a seu respeito.

# II. Quando a prática passa a ser terapêutica

Em oficinas teatrais, os participantes desenvolvem práticas que podem mexer com suas emoções. Existem métodos que são mais propícios para isso do que outros, mas o fazer teatral em si, não existe sem o contato com emoções. Sendo assim, é possível que a prática vá além do teatro? O relato de pessoas envolvidas com teatro demonstra que o fazer teatral pode sim ter um fator terapêutico. Mas, em algum momento, a prática deixa de ser teatral e passa a ser somente terapêutica?

Com relação aos entrevistados, o que percebo é que eles não sabem distinguir o limite de quando a prática teatral começa a ser terapêutica. Todos deram respostas confusas à segunda pergunta da entrevista, que era: “Quando que, pra ti, a prática teatral começa a ser terapêutica?”, deixando evidente a falta de relacionamento deles com o assunto, porque apesar da resposta positiva à primeira pergunta, os entrevistados não sabem identificar esse limite neles mesmos.

Villa (2011, p. 128) fala da questão do limite entre teatro e terapia com relação ao Arco-íris do Desejo. Diz que

o fato é que *O arco-íris do desejo* revela uma prática com características que se encontram no exato limite entre teatro e terapia. As diferenças residem mais nos objetivos que orientam suas práticas do que em seus resultados, ou seja, mesmo que não se pretenda fazer psicoterapia (como gostava de afirmar Boal), os efeitos da prática teatral boaliana podem ser terapêuticos. (VILLA, 2011, p. 128)

Porém, na prática teatral convencional, também podemos enxergar esses efeitos terapêuticos que, se chegarem a determinado ponto, onde os sentimentos acabem ficando tão profundos e pessoais, que os fins terapêuticos acabam ultrapassando os fins estéticos. Muitas vezes essa passagem da prática teatral para fins terapêuticos nem é percebida pelos participantes do teatro. Porque, como fala um dos entrevistados, o teatro “pode ter um fator terapêutico não diretamente reconhecido”.

Na entrevista de Boal à Folha de São Paulo (1998), foi perguntado se o Arco-íris do Desejo era uma prática terapêutica que transcendia o teatro. Sua resposta foi: “o teatro transcende o teatro”. Ele queria dizer que o teatro pode dialogar com todas as atividades humanas, inclusive – e preferencialmente, por se tratar de emoções – com a terapia. Para o autor, os dois estavam juntos em seu método. Ele acreditava que os participantes de uma oficina de Arco-íris do Desejo estavam desenvolvendo uma prática terapêutica assim como estavam fazendo teatro.

Nas entrevistas realizadas com pessoas de teatro, o que todos afirmam é que o fazer teatral passa a ser terapêutico quando propicia a expressão de emoções. Quando uma pessoa não expressa determinada emoção na vida real, mas expressa no palco através da prática teatral ou de um personagem, seria como se ela estivesse expressando em situações de sua vida. Com relação a isto, uma das entrevistadas comenta:

quando estou criando, alongando, falando através do personagem, é como se a própria vida se consumasse ali. Sofrer no teatro é terapêutico, rir no teatro é terapêutico, amar no teatro é terapêutico. (ANONIMA, 2015, entrevista realizada em oficina com estudante da UFPEL)

Esta prática a qual ela se refere não foi feita com o intuito de ser terapêutica como no caso do Arco-íris do Desejo, a única razão dela é ser arte. Mas mesmo a arte, sendo somente arte, como podemos ver, também pode ter um fator terapêutico. O que foi falado é que o fato de expressar emoções, em muitos casos, causa o certo alívio mencionado anteriormente, acontecendo à catarse que da origem ao efeito terapêutico.

A diferença é que no procedimento artístico o ator expressa emoções que seriam do personagem e no procedimento terapêutico o ator expressa emoções assumidamente dele. Como Boal (1996, p. 37) esclarece:

o protagonista-ator produz pensamentos e libera emoções e sentimentos que, embora seus, são supostos pertencer ao personagem, isto é, a outra pessoa. (...) No segundo caso, o protagonista-paciente (ou paciente-ator) reproduz seus pensamentos e relibera suas próprias emoções e seus próprios sentimentos, reconhecidos e declarados como seus. (BOAL, 1996, p. 37)

Aqui, Boal fala da diferença nos procedimentos teatral e terapêutico. No primeiro caso, o ator não está procurando este efeito quando realiza sua prática, mas isso pode vir a acontecer no momento em que se trabalha com emoções. Pode acontecer de o ator trabalhar com um personagem que o faça expressar emoções parecidas com as de alguma situação vivida, embora este fator não seja reconhecido como terapêutico. Já no segundo caso, onde a prática tem o intuito de ser terapêutica, o ator-paciente sabe que as emoções pertencem a ele.

Pensando nesses dois processos, percebemos que os procedimentos são parecidos. A diferença é que no palco teatral o personagem é uma pessoa que não o próprio ator e no palco terapêutico o personagem é o próprio ator em outro tempo. Porém, no teatro terapêutico o que se faz é pegar este efeito conhecido do teatro e dar ênfase, tratando o próprio ator-paciente como um personagem, para que ele possa ver sua situação de uma maneira distanciada.

Em uma entrevista realizada, uma pessoa comenta sobre um processo de montagem no qual utilizou vivências ocorridas anteriormente. Ela fala sobre a utilização de suas emoções reais na cena:

Na minha experiência, por exemplo, agora, trabalhando ali com gênero e a gente lidou com a violência contra a mulher, que é uma situação que eu passei há pouco tempo, e que pra mim ate então, era difícil falar sobre, entende... Não sabia como que uma pessoa como eu acabei numa situação em que eu sofri violência doméstica, então, no momento em que eu tive que improvisar em cima disso e fazer isso, acabei usando elementos da minha situação vivenciada e mais elementos de conhecimento de mundo. (ANONIMA, 2015, entrevista realizada com estudante da UFPEL)

A entrevistada fala nesta passagem sobre um processo de criação em que teve que trabalhar com emoções de uma situação já vivida. Ela relata que foi positivo por ter expressado e não ter ficado com as emoções guardadas.

Aqui, estamos falando das emoções no teatro tradicional, sem ter a intenção de ser terapêutico. Porém, como já foi falado, mesmo o teatro tradicional pode ter um efeito terapêutico. A expressão de emoções na prática teatral, segundo os entrevistados, faria com que a pessoa sentisse certo alívio. A entrevistada mencionada acima segue falando sobre um processo de montagem o qual tratava de um tema vivenciado por ela. Diz que apesar de ter sido difícil, no final deu tudo certo e ela acabou conseguindo falar no assunto, e isso foi muito bom. Ela comenta:

Não é bem um alívio, mas meio que essa banalização, entre aspas, enorme. Essa coisa de diminuir o valor daquilo e de um autocontrole maior, porque, ate então eu não sabia se eu ia conseguir ou não. E eu fui, fui, fui, fui, e uma coisa, as pessoas não sabiam se era verdade ou era mentira. E na verdade não saberia se eu saberia, enfim. Mas no fim acabou fechando, foi tudo normal, entende. Nesse processo, por exemplo, foi positivo pra mim. (ANONIMA, 2015, entrevista realizada com estudante da UFPEL)

O que a entrevistada quis dizer é que ela conseguiu expressar emoções a respeito de uma situação vivida. E isso foi positivo à medida que ela não ficou com aqueles sentimentos guardados.

Levando em conta os conceitos de Boal a respeito do “palco teatral” e do “palco terapêutico”, o que acontece no exemplo desta entrevistada, acontece no palco teatral. Neste acontecimento a personagem não tinha intenção de ser a própria atriz, aqui era outra pessoa. E sendo esta outra pessoa, as emoções que ela expressa pertenceriam não a ela, mas à personagem. Mas sabemos que este fato não é verdade, como a própria entrevistada fala e reforçado pelo que afirma Boal ao falar sobre o *protagonista-ator* e o *protagonista-paciente.* O autor diz que os procedimentos no palco teatral e no palco terapêutico acontecem da mesma forma. O protagonista-ator e o protagonista-paciente sofrem influência do efeito dicotomizante do espaço estético, estando – teoricamente – em dois lugares ao mesmo tempo, mostrando um personagem que é ou outra pessoa ou ele mesmo em outro tempo, e liberando emoções que são, somente, suas. Tanto o ator quanto o paciente. Porque seria impossível absorvermos emoções de outras pessoas (BOAL, 1996, pg. 37).

Levando em conta estes fatores, gerados pela emoção na cena, percebemos a ocorrência da catarse. Esta, segundo Boal, é a purificação “de qualquer elemento perturbador de seu equilíbrio interno” (BOAL, 1996, pg. 81). Os entrevistados foram unânimes ao afirmar que a expressão de emoções, seja em um processo de montagem ou mesmo na prática em uma oficina, está diretamente ligada ao efeito terapêutico do teatro. Ou seja, quando a pessoa libera emoções que a estavam prejudicando, ou perturbando seu equilíbrio interno, ocorre o que chamaríamos de “efeito terapêutico do teatro” – a catarse.

Sobre isso, uma entrevistada fala que o teatro é um meio de entrar em contato com seus sentimentos, porque se eles ficarem “trancados” prejudicaria a “fluidez” da vida da pessoa:

Quando ela consegue desenvolver essa capacidade de se expressar, de se comunicar, então isso facilita que ela dê vazão aos seus sentimentos e não fique com aquilo trancado e apodrecendo dentro de si e virando uma mazela pra vida. (ANONIMO, 2015, entrevista realizada com estudante da UFPEL)

Outro entrevistado ainda completa dizendo que expressar emoções causa o “relaxamento das tensões psíquicas”, o que seria o mesmo alívio mencionado pela catarse.

Quando falamos de emoções no teatro, estamos falando das emoções que todos nós temos e que o personagem – que é o próprio ator – as toma emprestada para expressa-las em uma situação retratada. Em uma entrevista, uma pessoa fala que no teatro as emoções ficam “aumentadas”, mais intensas que na vida real. Ou seja, as emoções, no palco, ganham ênfase. A isto Boal (1996, p. 41) chama de Tele-microscopicidade. Ele diz:

A cena traz para hoje, aqui e agora, o que aconteceu no passado, longe dali; o que estava perdido no tempo, o que havia fugido da memória, ou que se havia refugiado no inconsciente. Como um poderoso telescópio, aproxima. (BOAL, 1996, p. 41)

Para o autor, no palco se traz a tona o que estava “refugiado no inconsciente”, só que de maneira aumentada, o que ficaria mais fácil de “enxergar”. Ou seja, as emoções ficariam mais evidentes, o ator veria de uma forma mais clara. Aqui Boal fala principalmente do palco terapêutico, porém, o que a entrevistada fala é sobre o que ocorre com ela no teatro convencional. Ela relata:

Uma vez uma coreógrafa de um grupo que eu participava disse: Aproveitem estar no palco, pode ser o momento em que se vive de verdade. Acho que é muito verdade, pensando em tantas emoções que, sim, se vive ali. (ANONIMA, 2015, entrevista realizada com estudante da UFPEL)

Com estas colocações percebemos que, com relação a emoções, o palco terapêutico não tem tanta diferença para o palco teatral. Em ambos o ator expressa emoções que são suas através de um personagem. A diferença é que no primeiro o personagem é o próprio ator e no segundo é outra pessoa. Mas as emoções que aparecem em cena serão sempre da própria pessoa que as expressa, por isso falamos no “efeito terapêutico do teatro”.

A ideia em comum entre todos os participantes das entrevistas é que a expressão de emoções na prática teatral é o que teria de mais terapêutico no teatro. Isso porque, arte em geral, é uma atividade que desperta emoções. E sendo o teatro essa atividade que propicia o trabalho com emoções é, portanto, capaz de despertar este efeito terapêutico. Porém, o que podemos perceber nas entrevistas, é que as pessoas não sabem o limite em que a prática teatral deixa de ser somente teatral. Os entrevistados demonstram não saber até onde podem ir com a prática teatral, com o uso de suas emoções reais, antes dela se tornar terapêutica.

# 6. AO FINAL DO ARCO-ÍRIS VEMOS...

Como começar a me despedir de um trabalho que foi tão intenso para mim? Depois de tantos desafios, tantas incertezas e desejos, esta é uma etapa que finda. São tantos os sentimentos envolvidos neste trabalho que, confesso, é difícil chegar ao fim, dizer que acabou e colocar o ponto final. Mas chego, assim, ao fim da estrada onde o arco-íris se concretiza e podemos entrar nas suas cores permeadas de emoções.

Mas, assim como as cortinas do teatro que se fecham ao final do espetáculo, este percurso também chegou ao seu destino – ao final do arco-íris. As minhas cores agora estão expostas. Desvesti minhas mascaras, meus personagens, para apresentar apenas eu, dando forma às minhas emoções, tornando-as palpáveis e observáveis, como se estivessem em cena dando vida a algum personagem, porém este era eu mesma.

Stanislavsky (1982), ao falar sobre o uso das emoções para a construção de um personagem deu o nome de memória das emoções ou memória afetiva. O autor fala que quando o ator relembra uma situação vivida anteriormente, as emoções referentes a ela surgiriam e ajudariam o ator a expressar a emoção que a cena a ser retratada exige. Ele diz:

A sua memória afetiva pode evocar sentimentos que você já experimentou. Podem parecer fora do alcance da evocação e eis que, de súbito, uma sugestão, um pensamento, um objeto familiar, trá-los de volta em plena força. Algumas vezes as emoções têm a mesma pujança de sempre, às vezes são mais fracas, às vezes os mesmos fortes sentimentos retornam, mas sob aspecto um pouco diverso (STANISLAVSKY, 1982, p. 187-188).

Para Stanislavsky, não existe o teatro sem que emoções estejam presentes, sem elas a atuação não seria verdadeira. A diferença deste método para o Arco-íris do Desejo é que aquele é pensado para a interpretação e este para um trabalho com intenção mais terapêutica. Porém, a fala de Stanislavsky vem para reafirmar a ideia de que o trabalho com emoções no teatro é uma prática comum. Assim, se a pessoa que está envolvida se entregar para a cena e realmente se emocionar com ela, neste caso o teatro pode ter um efeito terapêutico.

Com isso, podemos perceber que tanto no palco teatral como no palco terapêutico, as emoções estão, sim, presentes. Em todo o fazer teatral é imprescindível o trabalho com emoções. Existem métodos que são mais propícios do que outros, como no caso do Stanislavsky, mas é inegável que, trabalhar com teatro, é estar sempre pronto para colocar suas emoções em cena. Nas entrevistas realizadas, todos falaram sobre o uso das emoções, afirmando que estas estariam diretamente ligadas ao “efeito terapêutico do teatro”.

Todos os entrevistados falaram sobre o uso de emoções reais no fazer teatral. Segundo eles, viver em cena situações parecidas com ocorridas na vida real, serviria de ajuda na expressão de emoções que teriam sido guardadas pela pessoa em ocasiões passadas.

A respeito disso, Rollo May (2001 p. 91) diz que “quando recalcamos uma atitude ou emoção, muitas vezes a compensamos agindo ou assumindo atitude superficial exatamente oposta”. Ou seja, ele comenta a importância de não ficar com as emoções guardadas, de expressa-las, e o teatro pode ser um importante meio para isso. Ele segue: “sabemos que são precisamente as emoções e desejos reprimidos que mais tarde voltam a impulsionar compulsivamente a pessoa” (MAY, 2001, p. 92). Segundo este autor, reprimir emoções e desejos pode ser prejudicial às pessoas. Os participantes de uma oficina de teatro e atores trabalhando com um personagem têm a oportunidade de colocar em cena seus sentimentos e desejos, evitando este acontecimento comentado por May. Então, trabalhar com essas emoções no teatro faria com que a pessoa se conhecesse melhor, podendo então enxergar de outra forma um fato ocorrido em sua vida. É com relação a este fato que eu me refiro quando falo no “efeito terapêutico do teatro”.

Portanto, tanto no palco teatral como no palco terapêutico, o ator trabalha com suas emoções, e no teatro tradicional (o palco teatral) também é capaz de ter este mesmo efeito libertador e transformador que o teatro com intenção terapêutica. E o trabalho com essas emoções reais não quer dizer que o teatro está deixando de ser arte. Mas o teatro, em si mesmo, é capaz de gerar este efeito, por desenvolver a capacidade de se expressar, de se observar e de compreender melhor as emoções. A junção destes elementos, que foram citados pelos entrevistados, é o que Boal chama de auto-observação. E, “quanto mais autopercepção tenha a pessoa, tanto mais viva será” (MAY, 2001, p. 95).

Com isso, podemos dizer que o teatro é terapêutico porque, através dele, o sujeito é capaz de desenvolver a consciência de si mesmo, dando voz às suas emoções e tornando-se espontâneo para com situações da vida real.

Agora, dando voz à questão norteadora deste trabalho (O trabalho com as emoções pessoais no fazer teatral pode ter efeito terapêutico?), deixando-a voar dentro da minha mente e deixando fluir as sensações que, através de lembranças, despertam no meu corpo, começo a perceber talvez não respostas, mas outras questões. Por exemplo: se as emoções foram tão comentadas pelos entrevistados, por que este assunto não é mais falado no curso? Aprender a se relacionar com emoções não seria importante para futuros professores?

A meu ver, e baseado no que foi falado nas entrevistas, o ensino, a compreensão, dos elementos que englobam o humano, deveria ser considerado de extrema importância, tanto por ser um curso de teatro, mas principalmente por ser licenciatura. Assim como Boal afirmou que “o teatro é uma linguagem que compreende todas as atividades humanas”, os entrevistados também comentaram sobre vários elementos que estariam ligados à compreensão do ser humano. O que percebo ao refletir sobre as entrevistas, é que este é um assunto que se quer falar, que se tem curiosidade, mas que ao mesmo tempo gera um estranhamento. Porém, não deveria ser assim. Emoções são elementos que fazem parte da vida, que geram consciência de si mesmo. E a isso May (2001, p. 96) se refere dizendo: “A autoconsciência, conforme propusemos traz de volta à cena as formas mais tranqüilas do viver”.

Ou seja, não há mal em conhecer suas emoções, se relacionar com elas, isto é, desenvolver a consciência sobre quem se é. Pelo contrário, este fato só faria bem aos sujeitos envolvidos no fazer teatral, aos estudantes – onde me incluo – e aos nossos futuros alunos. Não estou dizendo que o teatro pode ser usado como terapia, ou que pode ser um substituto para esta. Mas estou dizendo, sim, que se reconheça que sua prática, associada à função terapêutica pode vir a ser positiva para os sujeitos que fazem uso dela. Assim como Boal já o fez no seu método de teatro e terapia.

Agora, levando em conta tudo que foi dito e relatado pelos entrevistados, juntamente com a minha experiência em teatro e comparando com o que diz Boal no *Arco-íris do Desejo*, respondo à questão norteadora deste trabalho afirmativamente. Ou seja, à questão “o trabalho com as emoções pessoais no fazer teatral pode ter efeito terapêutico?” eu respondo que sim. Sim, porque, se houver entrega por parte do participante, o teatro é uma prática com potencial de despertar emoções e fazer expressa-las. No teatro é possível se trabalhar com situações referentes à própria vida do participante, sem que este tenha intenção terapêutica, mas fazendo a pessoa expressar o que não havia conseguido na vida real. O teatro pode ser terapêutico porque desenvolve a auto-observação, ou seja, a pessoa se vê agindo em cena, percebe novas possibilidades para situações existentes. Respondo afirmativamente, portanto, porque o teatro é capaz de transformar os sujeitos envolvidos. Assim, se há entrega para o que se está fazendo na prática teatral, há expressão, há percepção e há transformação. Portanto, sim, o teatro pode ter efeito terapêutico.

Com isso, finalmente me despeço. Coloco o ponto final. E fecho as cortinas deste palco que serviu para dar luz a diversas emoções. Assim sendo, ao final do arco-íris vemos transformação, vemos um mundo novo, com novas possibilidades e mudanças, novas cores e novos sonhos, pronto para começar a colorir tudo de novo.

.

# 7. BIBLIOGRAFIA:

AZEVEDO, Elisa de Mello Kerr. *Concepção de Carl Rogers sobre aprendizagem.* 2005. Disponível em: <https://elisakerr.wordpress.com/concepcao-de-aprendizagem-de-carl-rogers/>, acessado em: 17/11/2015 às 14h.

BAUER, M. W. & GASKELL, G. *Pesquisa qualitativa com texto, imagem e som*. Petrópolis, RJ: Vozes, 2002.

BOAL, Augusto. *O Arco-íris do Desejo: Método Boal de Teatro e Terapia.* Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1996.

BOAL, Augusto. *Teatro do Oprimido*. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1980.

CAMPS, Christiane. *A Hora do Beijo: Teatro Espontâneo com Adolescentes.* São Paulo: Casa do Psicólogo, 2004.

DEMO, Pedro. *Avaliação qualitativa- Col. Polêmicas do Nosso Tempo*, V.25. São Paulo: Cortez, 1997

EVANS, Richard I. *Carl Rogers: o homem e suas idéias*. São Paulo: Martins Fontes, 1979.

FOLHA DE SÃO PAULO, *Do Rio a Calcutá*, 1998, disponível em: <http://institutoaugustoboal.org/2013/11/12/entrevista-concedida-por-boal-ao-jornal-folha-de-sao-paulo-em-setembro-de-1998/>, acesso em 10 out. 2015.

FOLHA DE SÃO PAULO, *Oprimido, invisível e terapêutico,* 1998, disponível em: http://www1.folha.uol.com.br/fsp/mais/fs06099805.htm>. Acesso em: 10 out. 2015.

GERHARDT, Tatiana Engel & SILVEIRA, Denise Tolfo. *Métodos de Pesquisa*. Porto Alegre: UFRGS, 2009.

JONAS, A. L.; MARQUEZ, A. M.; TORREZAN, E. *Conceito de saúde e saúde psicológica na perspectiva de psicólogos, médicos e leigos. Estudos de Psicologia*, v.10, n.1, jan/abr. 1993.

KUHN, Mara Lúcia Welter. *Boal e o Teatro do Oprimido: o espect-ator em cena na educação popular.* Ijuí: UNIJUÍ, 2011.

LOMÔNACO, J. F. B. *Aprendizagem de conceitos*. WITTER, G. P. & LOMÔNACO, J. F. B. *Psicologia da aprendizagem*. São Paulo: E.P.U. 1984.

LOPES, Rosimeri Bruno. *As Emoções*. Retirado de: <https://psicologado.com/psicologia-geral/introducao/as-emocoes> acessado em: 17/11/2015 às 13h.

MANZINI, José Eduardo. *Entrevista semi-estruturada: análise de objetivos e de roteiros*. São Paulo: Depto. de Educação Especial, Programa de Pós-graduação em Educação, UNESP, s/d.

MONTEIRO, Regina Fourneaut. *Técnicas Fundamentais do Psicodrama*. São Paulo: Ágora, 1998.

MAY, Rollo. *O homem à procura de si mesmo*. Petrópolis: Vozes, 2001.

MORENO, J. L. – *Fundamentos do Psicodrama*. São Paulo: Summus, 1983.

MORIN, Edgar. *Os sete saberes necessários à educação do futuro.* s/d.

OLIVEIRA, Érica Cecília Soares & ARAÚJO, Maria de Fátima. *Aproximação do Teatro do Oprimido com a Psicologia e o Psicodrama*: Psicologia: Ciência e Profissão, 2012.

REZENDE, Joffre, Marcondes de. *Terapia, Terapêutica, Tratamento:* Revista de Patologia Tropical.

SOLIANI, Maria L. C.. *Realização simbólica e realidade suplementar*. IN: MONTEIRO, Regina (org.). *Técnicas fundamentais do psicodrama*. São Paulo: Ágora, 1998.

STANISLAVSKY, Constantin. *A Preparação do Ator.* Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1982.

VILLA, Sandra Maria Miranda. *Teatro ou terapia? A poética do oprimido e a catarse do espectador.* Salvador: Escola de Teatro: UFBA, 2011.

ZAMPAULO, Jamil Rodriguez. *Considerações introdutórias sobre o conceito de*

*metodologia em seu significado acadêmico*. Escola de Negócios, s/d.