



Experiências Transformadoras

Teatro e Saúde Mental: Experiência de Usuários em Hospital-Dia

Theatre and Mental Health: experiences of Day Hospital users

Edilaine C. Silva Gherardi-Donato¹
Clarissa Mendonça Corradi-Webster²
Gabriela Correa Bragagnollo³
Carlos Renato Pinto Ferreira⁴
Matheus Gherardi-Donato⁵

1 Professora Doutora, Universidade de São Paulo

2 Professora Doutora, Universidade de São Paulo

3 Acadêmica de Enfermagem, Universidade de São Paulo

4 Fisioterapeuta Mestrando, Universidade de São Paulo

5 Ator e Diretor Teatral, Fundação Teatro Pedro II, Prefeitura Municipal de Ribeirão Preto (SP)

RESUMO - Objetivou-se neste manuscrito descrever a experiência de Grupo de Teatro (GT) em um serviço de saúde mental na perspectiva dos usuários participantes. Foi norteado através de uma abordagem qualitativa com usuários de um serviço de semi-internação psiquiátrica, os quais participaram semanalmente de atividade grupal alicerçada em jogos teatrais de improvisação. Esta atividade mostrou sua riqueza ao permitir o desenvolvimento de repertórios latentes e saudáveis que usualmente estão por trás de descrições e comportamentos patológicos. Também criou um espaço para a potencialização e desenvolvimento dos recursos individuais e relacionais, permitindo que usuários de um hospital-dia fossem tratados considerando as pluralidades do ser humano.

Palavras-Chave: saúde mental; teatro; jogos teatrais.

ABSTRACT - The objective of this article is to describe the experience of a Theatre Group (TG) in a mental health service from the perspective of the participants. The study used a qualitative approach with semi-hospitalized psychiatric patients who participated in a weekly group based on improvisational theater games. This activity was valuable in enabling the development of healthy repertoires that are usually behind pathological descriptions and behavior. It also created a space for the empowerment and development of individual and relational resources, allowing users from a day hospital to be treated considering the plurality of human beings.

Keywords: mental health; theater; theater games.

1. INTRODUÇÃO

Ainda nos dias de hoje, a doença mental não é totalmente esclarecida perante a sociedade, e isso faz com que ela se torne um estigma. Quando um indivíduo apresenta uma alteração psíquica com o aparecimento de comportamentos distintos do esperado, surge a incompreensão frente a um olhar pautado em parâmetros definidos pela cultura e pelos valores impostos socialmente. Neste caminhar, ocorre a exclusão social, já que o doente mental não se enquadra no que se considera padrão de comportamento habitual¹.

As formas de tratamento da doença mental, assim como o asilamento do paciente psiquiátrico, sofreram profundas transformações ao longo da história. E foi a partir da Segunda Guerra Mundial que surgiu o processo de desospitalização na assistência psiquiátrica, levando em conta os fatores sociais e

econômicos que contribuíram para preparar o terreno e desencadear, em vários países, um processo de construção de uma nova política de saúde mental².

Com esse processo, iniciado na década de 90, no Brasil, que buscou a diminuição do número de leitos disponíveis para internação integral, ocorreu uma estruturação na rede de serviços extra-hospitalares. Entre esses serviços, pontua-se o Hospital-Dia (HD),

Autor correspondente

Edilaine Cristina da Silva Gherardi-Donato

Departamento de Enfermagem Psiquiátrica e Ciências Humanas

Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto

Universidade de São Paulo

Avenida dos Ba

ndeirantes, 3900

Campus Universitário - Bairro Monte Alegre

Ribeirão Preto (SP) - CEP: 14040-902

E-mail: nane@eerp.usp.br

Artigo encaminhado 13/12/2010

Aceito para publicação em 01/04/2011

serviço de hospitalização parcial que apresenta como um de seus objetivos a reabilitação psicossocial³.

Dentre as atividades realizadas no HD, estão as oficinas com atividades artísticas, as quais procuram estabelecer laços de cuidado consigo mesmo, de trabalho e de afetividade com os outros, associando-se à clínica. Essas atividades tendem a estimular o processo construtivo e criativo, através de experiências, ações e objetos, que as tornam enriquecedoras⁴.

Diante da busca pela reinserção social e reabilitação psicossocial de indivíduos em tratamento para diferentes diagnósticos de transtornos mentais (esquizofrenia, depressão, transtornos de personalidade, entre outros), depara-se com a necessidade de agregar às propostas terapêuticas em saúde mental, ações que resgatem e desenvolvam as habilidades e potencialidades dos sujeitos. Assim, considera-se a importância de proporcionar a esses indivíduos experiências que estimulem atitudes criativas, críticas e transformadoras. Neste sentido, acreditamos que o teatro possa ser utilizado para atingir tais experiências, por sua capacidade de questionar, buscar respostas, descobrir caminhos e, principalmente, recriar as relações, favorecendo o crescimento pessoal e o desenvolvimento cultural.

Frequentemente, têm sido utilizados jogos teatrais no contexto da educação, a fim de atuar na aprendizagem cognitiva, afetiva e psicomotora para o desenvolvimento intelectual, além da formação de atores. Porém, no contexto da promoção de saúde e da qualidade de vida, não está sendo abordado da forma como poderia, ou seja, atuando nos aspectos psicológicos envolvidos, principalmente, na auto-regulação do self, tais como auto-conceito, auto-eficácia e senso de controle⁵.

Esses jogos podem ser apresentados de várias maneiras, tais como: dramáticos, improvisacionais, de exercícios, de regras, simbólicos, entre outros. Cada tipo de jogo pode apresentar características distintas, e assim, conduzir a um resultado diferenciado, como alongamento muscular, estímulo da coordenação motora, do equilíbrio, da memória, ou apenas de momentos de descontração, onde o rir e o viver sejam o foco principal⁵.

A inserção da atividade teatral na rotina de assistência de pacientes psiquiátricos não está focada apenas no tratamento da doença mental, objetiva criar espaços de comunicação aberta para o livre exercício das habilidades físicas e mentais permeados pelo lúdico.

O acometimento por um transtorno mental pode fazer com que a realidade do sujeito seja resumida à doença. Por acreditar que existam inúmeras outras possibilidades para aqueles que vivenciam este sofrimento emocional, é que apostamos no desenvolvimento de atividades teatrais, onde a doença mental possa ser questionada, discutida, encenada e re-significada.

Diante do exposto, objetivou-se neste manuscrito descrever a experiência do Grupo de Teatro (GT) em um serviço de saúde mental na perspectiva dos usuários participantes.

2 METODOLOGIA

2.1 Tipo de Estudo

Dado o objeto e objetivo do estudo nos apoiamos na abordagem de pesquisa qualitativa, visto que a experiência humana, referida pelos seus próprios sujeitos, é capaz de fundamentar o conhecimento sobre os indivíduos⁶. Estudos qualitativos contribuem para uma visão mais contextualizada, revelando nuances que se perdem em métodos de enfoque numérico. Para a presente estudo, o método qualitativo apresentou-se adequado, pois a proposta foi apreender como os participantes, em um setting ou processo específico, perfazem e significam a experiência. Assim, fez-se necessária uma metodologia que permitisse descobrir e justificar as percepções e a complexidade das interpretações dos sujeitos participantes⁷.

2.2 O Grupo de Teatro

O GT tem sido realizado no Hospital-Dia do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo desde janeiro de 2010. A atividade é semanal e compõe o quadro de oficinas oferecidas aos usuários em seguimento no serviço.

Durante os encontros semanais do GT são desenvolvidas atividades de vivência dramática a partir de jogos de improvisação teatral, conduzidas por profissionais de saúde e das artes cênicas, além da presença de estagiários de curso da saúde. Cada encontro tem duração de uma hora, sendo os 20 minutos finais destinados discussão sobre as vivências do dia.

A base metodológica para o desenvolvimento das atividades está alicerçada nos jogos teatrais de Viola

Spolin, especificamente retirados de seu fichário de exercícios⁸.

Inicialmente, os jogos teatrais foram criados para aprimorar as capacidades e competências do ator. O chamado “teatro improvisacional” surgiu com o objetivo de despertar a espontaneidade utilizando-se de jogos. Estes desenvolvem as técnicas e habilidades pessoais necessárias para o jogo em si, através do próprio ato de jogar⁽⁹⁾. Posteriormente, os jogos teatrais foram utilizados em diferentes contextos e possuem merecido destaque entre as experiências pedagógicas.

O Fichário de Spolin, utilizado para o desenvolvimento das atividades do GT, traz uma organização de fácil entendimento e aplicação para profissionais da área artística e também para leigos na temática. Os jogos são estruturados em fichas contendo as etapas do trabalho (preparação, foco, descrição, instrução e avaliação) e indicações sobre as áreas de experiência envolvidas em cada jogo.

2.3 Os dados

Foram considerados os dados provenientes de 16 encontros do GT, em que participaram no total 47 usuários, e dois encontros de discussão aprofundada em que participaram 6 usuários do total. Focou-se no discurso dos participantes oriundo das discussões finais de cada encontro e das discussões aprofundadas. As discussões foram gravadas por escritos e em áudio. Foram considerados para o estudo apenas os usuários maiores de idade. Todos os usuários que participaram das atividades do GT concordaram com a inclusão no estudo.

2.4 Aspectos Éticos

Os usuários foram convidados a participar do estudo, sendo que a participação implicou em autorizar a utilização de registros como material de análise pelo pesquisador, já que a realização da pesquisa não altera em nada o processo terapêutico que vem sendo desenvolvido com esses usuários.

A aquiescência do participante foi manifestada por meio da assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

O presente estudo foi considerado aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo.

2.5 Procedimento de análise da experiência

Os fragmentos de discursos, trechos de entrevistas, expressões recorrentes e significativas, são registros de práticas e indicadores de sistemas classificatórios, os quais constituem elementos para construção de hipóteses e reflexões, levantamento de dúvidas ou reafirmação de convicções. É nesta etapa que o pesquisador necessita ter olhar e sensibilidade¹⁰.

Assim, todo o material de registro das discussões foi transcrito em um único documento e foram realizadas repetidas leituras para classificação e organização desse material. A partir disto, foram tecidas reflexões, relações e interpretações visando apreender a experiência dos usuários no GT. Foram consideradas, além da descrição da experiência dos sujeitos na realização do processo, a relação entre a vivência artística e o desenvolvimento das habilidades pessoais.

A partir desse processo emergiram dois núcleos de análise. O primeiro trata dos aspectos relacionados à experiência vivida dentro do grupo de teatro e o segundo dos reflexos desta experiência para a vida dos sujeitos.

3 RESULTADOS

3.1 A Experiência no Grupo de Teatro

Quando discorriam sobre a atividade, os participantes evidenciavam as possibilidades dos jogos teatrais em proporcionar uma experiência significativa. A liberdade, o auto-conhecimento e a confiança foram pontos comuns ressaltados nos discursos dos usuários.

Os relatos revelaram que o GT permitiu aos sujeitos se libertarem do julgamento de aprovação e desaprovação social.

(...) a gente fazia coisas que não temos coragem de fazer na sociedade, porque a sociedade condena. Então a gente faz aqui. Assim a gente acaba se realizando.

O bom do teatro é quando você começa a entender que não é só uma brincadeira, aos poucos vai se soltando por não sofrer crítica e nem julgamentos.

Os jogos de improvisação, segundo Spolin, criam condições para experimentar a liberdade, a fim de que os indivíduos possam acessar a autoconsciência e ter um contato direto com o ambiente e o mundo real⁹.

A gente tinha confiança total neles, então a gente conseguia se soltar e isso ajudou a nos conhecer melhor.

Os participantes têm a oportunidade de explorarem outros selves e conhecerem outras inteligibilidades, podendo deixar para trás estigmas, preconceitos, medos, e viverem e expressarem-se a sua maneira, estando abertos para novos conceitos e crenças, ideias e sentimentos⁵. Este aspecto tem grande relevância no contexto da doença mental, já que os indivíduos em sofrimento psíquico, entre outras complicações, tendem a se fechar para ambiente, temendo não serem aprovados pela sociedade.

Essa liberdade pessoal desperta como um todo o físico, o intelectual e o intuitivo, estimulando a penetração no ambiente para explorar, aventurar e enfrentar sem medo os riscos impostos⁹.

O curso e as características da doença mental, assim como sua repercussão social, também podem ser enfocadas na experiência teatral, como enfatizam os relatos a seguir.

O teatro me ajudou a me organizar e ao mesmo tempo usar o raciocínio rápido e lógico, ficou mais fácil de trabalhar esse lado, que é um lado que é afetado muito pelo meu transtorno.

A fala deste participante evidenciou que a atividade melhorou a sua condição em relação às alterações das funções mentais causadas pelo transtorno psiquiátrico.

Isso ocorre porque os jogos teatrais trabalham com a espontaneidade, proporcionando o exercício do raciocínio imediato e intuitivo, pois são baseados em problemas a serem solucionados no ato⁵. A espontaneidade nos liberta de momentos estáticos, nos colocando de frente com a realidade para agir coerente com ela⁹.

Sabe-se que concentração, memória, atenção, linguagem e orientação são funções mentais, normalmente alteradas, pelos transtornos mentais¹¹ e/ou pelos medicamentos utilizados no tratamento, alterações estas que foram trabalhadas no GT como relataram os participantes.

(...) foi um trabalho que me ensinou a trabalhar com a concentração e o pensamento (...).

Eu preciso exercitar a concentração, memória e a atenção... então está me ajudando.

Eu acho que precisamos de exercícios de concentração, memória. Então eu gostei de hoje.

(...) não sei se por causa do remédio a gente trava, e com esses exercícios nos soltamos um pouco, ou tentamos nos soltar.

(...) no começo do tratamento eu disse que todos diziam que eu falava “pra dentro”, e esses exercícios estão me ajudando.

No começo, senti um pouco de medo, mas senti que ela confiou em mim, aí eu confiei nela. Foi diferente, gostei.

(...) foi muito importante aprender a usar a voz.

É interessante colocar a voz em prática.

Outros relatos indicam, de forma mais direta, que o teatro trabalha com o que a pessoa tem de “saudável”, não a deixando perder essas características e incentivando-a a colocá-las em prática. Conforme vemos nas falas dos participantes, eles têm necessidade de trabalhar esses aspectos para se sentirem sujeitos.

O grupo de teatro foi o que eu me senti mais “normal”. Uma parte porque eu não tive nenhuma crise durante o grupo, e por outra, sem dúvida, era a única atividade que, teoricamente, não tinha nada a ver com a doença.

Eu acho que a atividade ativa o lado da gente que esta mais saudável, talvez o lado criança da gente, com as brincadeiras, então a gente consegue se manter concentrado, porque é o nosso lado saudável que está atuando no momento. Parece que a atividade resgata esse potencial que está esquecido no tempo.

(...) mesmo com a vergonha, os medos e com o pé atrás que eu tinha, o teatro me deu bons momentos, e eu esquecia de tudo isso.

Entendemos que o sofrimento psíquico interfere nas habilidades pessoais dos indivíduos e em alguns momentos pode dificultar seu convívio com outros¹². Mas isto não significa que elas se tornem incapazes de trabalhar essas habilidades para que não as percam no percurso da doença. Por isso, é importante que os pacientes sintam que estão resgatando algo que estava sendo deixando para trás. Neste sentido, a característica grupal da atividade teatral se mostrou

ainda mais pertinente considerando-se os seguintes relatos.

O grupo fica mais entrosado até nas outras atividades. A gente fala que a atividade de teatro é atividade de recreação, mas não é, é de reaproximação.

A gente começa a enxergar no grupo possibilidades, em algo que alguém fala ou em algum gesto novo (...).

(...) eu percebi cada vez mais a participação quando me interagia com os colegas. Vendo a confiança dos colegas, dava para notar um amadurecimento nas atividades que eram feitas. Isso fez muita diferença. Ver o resultado faz muita diferença.

(...) o grupo ajuda. Quando a gente fechava os olhos, o grupo fechava os olhos. Ou você confiava nos outros, ou não confiava. Então você aprende a confiar, aprende a guiar.

Para quem inicia as atividades teatrais, é importante trabalhar em grupo, pois assim eles se sentem mais seguros, experimentam vivências juntos e se descobrem dentro do jogo⁽⁹⁾. Além disso, o trabalho em grupo é de extrema importância, principalmente para esse tipo de participante, já que são indivíduos em processo de reabilitação psicossocial, e desse modo, incentivamos a inter-relação social.

3.2 Reflexos da experiência teatral para a vida

Os reflexos do GT, em primeira instância, foram percebidos pelos usuários dentro do próprio serviço, à medida que favoreceu a compreensão dos participantes sobre a realidade que estavam vivenciando, permitindo uma melhor apropriação do momento terapêutico que congrega outras atividades do serviço.

Outra coisa que eu estava lembrando é que depois de toda atividade a gente sentava para conversar. Quando isso acontece, parece que organiza tudo que foi feito durante a atividade e aí você começa a entender melhor. É nesse ponto que a gente começa a pensar em tudo que estamos fazendo aqui no HD, cada oficina.

As experiências vividas no grupo começaram a ser vistas como referência para as situações reais do cotidiano.

Ajudou na questão de confiar mais, me abrir mais, se eu me exponho no grupo fica mais fácil de me expor em casa ou com um amigo mais chegado... claro que com bom senso.

Os exercícios de confiança nós vimos refletir num passeio, quando uma das pacientes que tinha um extremo medo de água e ela ficou no colo de um dos pacientes e andou pela piscina inteira, confiando. Antes já havia sido tentado, mas não conseguiu. Depois dessas atividades, foi possível. É difícil não associar uma situação dessas com o trabalho que nós conseguimos aqui.

(...) As atividades estão me ajudando a “enxergar” algumas coisas da vida e esse ponto é difícil para a gente, quando a gente se depara com situações de fragilidade.

(...) o exercício de respiração, eu uso até hoje, eu paro para respirar e aprendi isso no grupo, inclusive para não “bater boca”, o que só causa confusão, problema.

Neste ponto vale ressaltar que se tomou o cuidado em ter participantes não pacientes, a fim de atingir o propósito essencial dos jogos teatrais, que é criar situações e vivê-las intensamente⁹.

A possibilidade de lidar com a própria ansiedade, sentimentos e sensações, como foi relatado, é uma habilidade bastante trabalhada no teatro e para portadores de um transtorno mental, desenvolver esta habilidade pode proporcionar uma melhora significativa para o convívio em ambientes sociais, os quais muitas vezes os excluem. Neste sentido, as atividades proporcionam uma espécie de treinamento para as situações reais da vida.

Eu aprendi a ter controle e a usar esse controle em outros momentos. Aprendi a conversar com as pessoas olhando nos olhos, porque eu acho isso importante pra passar confiança e, antes, eu sempre ficava ansiosa, com vergonha, nervosa antes de conversar com alguém, agora consigo me controlar um pouco.

De repente é uma outra situação que eu preciso conversar com alguém, então eu me recordo de situações vividas aqui e fica muito mais fácil de estar resolvendo as coisas lá fora.

Interessante notar que o trabalho do GT vem sendo desenvolvido de forma consciente, onde os participantes são capazes de perceber que essa incorporação do que é vivenciado no grupo leva um

certo tempo e ocorre gradualmente ao longo das atividades.

Algumas vezes fico frustrado, porque durante a atividade eu estava tão bem, agora acabou e eu tenho que voltar para a minha realidade. Mas foi só isso, uma frustração porque eu queria que continuasse aquela sensação boa, sentimento bom. Com o tempo eu comecei a trabalhar isso e comecei a guardar as coisas boas.

Aos poucos eu descobri o que estava acontecendo comigo, é como se fosse um insight nessas atividades de mentalização.

A transposição do processo de aprendizagem para a vida é considerada possível a partir do momento em que o jogo teatral desperta o equipamento sensorial, a consciência e a criatividade num contexto de espontaneidade. Tais características ao serem trabalhadas tornam-se naturais quando em contato com o mundo exterior⁸.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O desenvolvimento do GT, especificamente baseado em jogos de improvisação, junto a portadores de transtornos mentais, é uma ação sustentada por uma perspectiva ampliada de saúde mental. Acredita-se na existência de um repertório latente e saudável por trás de uma densa cortina de comportamentos patológicos. Assim, esta atividade cria um espaço para a potencialização e desenvolvimento dos recursos individuais e relacionais, além de permitir que usuários de um HD sejam tratados considerando as pluralidades do ser humano.

Ao relatarem suas vivências na atividade de teatro, os participantes demonstraram momentos de liberdade de expressão, sendo desprendidos de julgamentos e preconceitos. Além disso, nos revelam as possibilidades que tiveram de viver situações que ajudam a melhorar seu cotidiano.

Conforme os relatos, os próprios participantes percebiam as habilidades que estavam sendo trabalhadas e as relacionavam com as que eles acreditavam ter necessidade de estimular, como concentração, memória, atenção, confiança e linguagem.

Diante dessas primeiras observações que retratam um trabalho ainda embrião, considera-se pertinente a continuidade e a ampliação do teatro nas ações de promoção a saúde mental, bem como a realização de

estudos controlados que enriqueçam a compreensão dos profissionais para uma assistência transformadora.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Spadini, L.S.; Souza, M.C.B.M. A doença mental sob o olhar de pacientes e familiares. Rev. Escola de Enfermagem USP [online]. São Paulo; 2006,40(1).
2. Machado, V.; Manço, A.R.X.; Santos, M.A. A recusa à desospitalização psiquiátrica: um estudo qualitativo. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, 2005.
3. Junqueira, S.A.E. Perfil sócio-demográfico e clínico de pacientes psiquiátricos tratados em Hospital Dia. 2009. Dissertação (Mestrado) – Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 2009.
4. Mendonca, T.C.P. As oficinas na saúde mental: relato de uma experiência na internação. Psicol. Cienc. Prof. Brasília, 2005,25(4).
5. Brandão, P.S. As oficinas de jogos teatrais de Viola Spolin como reencantamento possível emergido no imaginário de um grupo de idosos. Dissertação (Mestrado) – Gerontologia, Universidade Católica de Brasília, Brasília, 2006.
6. Polit, D.F.; Hungler, B.P. Fundamentos da pesquisa em enfermagem. Tradução Regina Machado Garcez. 3ª ed. Porto Alegre: Artes Médicas, 1995.
7. Morse, J.M.; Richards, L. Readme First for a user's guide to qualitative methods. Califórnia: Sage, 2002.
8. Spolin, V. O fichário de Viola Spolin. São Paulo: Perspectiva, 2001.
9. Spolin, V. Improvisação para o Teatro. Cap. 1: 3-15. Editora Perspectiva. São Paulo, 2006.
10. Duarte, Rosália. Pesquisa qualitativa: reflexões sobre o trabalho de campo. Cad. Pesqui, São Paulo, 2002; n. 115.
11. Zuardi, A.W.; Loureiro, S.R. Semiologia psiquiátrica. Medicina, Ribeirão Preto, 1996; 44-53.
12. Souza, P. C.Z. Trabalhando com Saúde: Trabalho e Transtornos Mentais Graves. Rev. Psicologia em Estudo, Maringá, 2006; 11(1): 175-83.