

Encontro com a juventude: contribuições do Psicodrama na apropriação de histórias de idosos

Encounter with youth: contributions of Psychodrama in the appropriation of stories of the elderly

Encuentro con la juventud: aportes del Psicodrama en la apropiación de historias de ancianos

Taynara Miranda
Amanda Castro
Gabriela Pereira Vidal

RESUMO: O envelhecimento se liga a fatores biológicos, psíquicos e sociais que, no caso das pessoas idosas, acarretam-lhes diversas perdas, lutos, especialmente os ligados às mudanças dos papéis por elas desempenhados na família, no mercado de trabalho, na sociedade. Este estudo teve como objetivo compreender e explicitar em que sentido funcionam algumas intervenções, em que são exemplares as psicodramáticas voltadas à apropriação de histórias de idosos vivenciadores de tais processos de perdas ou luto. Conclui-se que a dramatização de histórias e lembranças propiciam a participantes idosas, sujeitos desta investigação, que resgatem sensações e papéis sociais de modo vitalizante, renovador, ao ressignificarem o momento e seus papéis atuais.

Palavras-chave: Envelhecimento; Idoso; Psicodrama.

ABSTRACT: *Aging is linked to biological, psychological and social factors that, in the case and several losses and mourning occur with it, especially linked to changes in the roles they play in the family, in the labor market, in society. This study aimed to understand and explain in what sense some interventions work, in which the psychodramatics aimed at appropriating the stories of elderly people who experience such processes of loss or grief are exemplary. It is concluded that the dramatization of stories and memories, allow elderly participants, subjects of this investigation, to rescue sensations and social roles in a vitalizing, renewing way, by giving new meaning to the moment and their current roles.*

Keywords: *Aging; Older adults; Psychodrama.*

RESUMEN: *El envejecimiento está vinculado a factores biológicos, psicológicos y sociales que, en el caso de las personas mayores, les provocan diversas pérdidas y duelo, especialmente vinculados a cambios en los roles que desempeñan en la familia, en el mercado laboral, en la sociedad. Este estudio tuvo como objetivo comprender y explicar en qué sentido funcionan algunas intervenciones, en las que son ejemplares las psicodramáticas encaminadas a apropiarse de las historias de personas mayores que viven tales procesos de pérdida o duelo. Se concluye que la dramatización de relatos y recuerdos brinda a los ancianos sujetos de esta investigación, rescatar sensaciones y roles sociales de manera vitalizadora y renovadora, al darle un nuevo significado al momento y sus roles actuales.*

Palabras clave: *Envejecimiento; Personas mayores; Psicodrama.*

Introdução

O envelhecimento da população mundial teve seu ritmo acelerado, e o terá mais nas próximas décadas, principalmente em países em desenvolvimento, como o Brasil, em consequência de fatores como, dentre outros, a redução da natalidade e a extensão da expectativa de vida nos últimos anos (Saad, 2016). Contudo, como destacam Menezes *et al.* (2018), a conscientização dos idosos acerca do processo de envelhecimento, sobre a velhice, pode fazer com que eles se tornem mais ativos diante das perdas que vão acontecendo no decorrer da vida, e busquem um envelhecimento mais saudável.

A grande preocupação em relação à pessoa idosa situa-se especialmente quanto à garantia de seus direitos, de forma que o idoso seja respeitado como ser humano, seja relativamente àquele lúcido e com toda a sua potencialidade, seja com aquele já um tanto fragilizado ou em situação de dependência.

“É mito dizer que a velhice está sempre associada a uma deficiência física e/ou mental” (Costa, 1998, p. 28): os estudos da área do envelhecimento já atestaram que a maior parte dos idosos encontram-se em condições saudáveis e, ao se aposentarem, ainda têm potencialidade para novos projetos de vida. Além disso, o bem-estar da pessoa idosa depende de fatores como: as relações positivas com a sociedade e com o ambiente em que vive, sua autonomia enquanto indivíduo lúcido e com plenos direitos de cidadão, o crescimento pessoal e a compreensão da condição atual para a adaptação às condições futuras (Nogueira, & Azeredo, 2018). Diante disso, o idoso passa por transições e mudanças muito significativas, físicas, psíquicas e sociais, o que faz com que a organização de sua identidade pessoal enfrente conflitos decorrentes da equivocada visão social e às representações negativas referentes a uma pessoa com mais idade e que vive um processo de luto em relação a quem foi, e de compreensão e desenvolvimento dos novos papéis que precisa assumir na sociedade e na vida (Miranda, Castro, & Vidal, 2020). Além disso, Rodrigues, Gomes e Marins (2019, p.134) afirmam que “o entendimento que a sociedade tem da velhice influencia a noção da pessoa que está vivendo seu reconhecimento do eu que envelhece”.

Apesar disso, atualmente os estudos relatam que os idosos ainda jovens, os chamados da terceira idade (60 a aproximadamente 75 anos) mostram-se cada vez mais ativos e participativos na sociedade (Menezes *et al.*, 2018). Hoje, com a compreensão do envelhecimento como um processo com dinâmica multifatorial e que carece de maiores estudos, a apropriação das histórias e dos lutos dos idosos, visam a auxiliar quanto às vivências de perdas, com a meta de uma velhice com maior bem-estar (Aires *et al.*, 2019; Teixeira *et al.*, 2018).

Alguns estudos realizados, utilizando o psicodrama em grupos de idosos, destacam as contribuições deste método de intervenção. Rodrigues, Gomes e Marins (2019) afirmam que os grupos auxiliam os idosos como um espaço para repensarem suas vidas, alterarem sua visão sobre o envelhecimento e a velhice, e trabalharem questões sobre sua existência nesse papel, e na presença de companheiros que vivenciam situações semelhantes. Os autores complementam

que esses espaços podem auxiliar no resgate da saúde do idoso e no fortalecimento de sua cidadania e integração em novos ambientes.

Junior *et al.* (2020), em seu relato, afirmam que as intervenções com o método psicodramático auxiliam na construção pelos idosos de novos modos de existência e de continuação de suas histórias na terceira idade.

De acordo com Silva e Jerônimo (2016), o espaço dos grupos auxilia na expressão, interação social e no contato com a essência própria de cada um, possibilitando a reconfiguração da identidade como pessoa idosa. De fato, tal reconfiguração e valorização identitária (Valença & Reis, 2015), advindas das práticas de contar histórias, conversar, narrar fatos ocorridos na vida pregressa (Valença, & Reis, 2015, p. 274), não prescindem do exercício de memória, da possibilidade de esta vir à tona, a fim de que uma pessoa possa produzir novos sentidos, identificar-se, posicionar-se e relacionar-se dentro de seu ambiente familiar ou social. Além disso, contar as próprias histórias, compartilhando-as com um grupo de pessoas semelhantes, permite também uma reafirmação da identidade pessoal e de todo o grupo.

O psicodrama é exemplar nesse sentido, caracterizando-se como um método de intervenção social, criado por Jacob Levy Moreno, no qual o psicodramatista e pesquisador é um sujeito ativo, auxiliando na solução de problemas da realidade social (Kim, 2009). De acordo com Brito (2006, p. 38), “a teoria moreniana é uma metodologia qualitativa capaz de oferecer múltiplos recursos para a pesquisa com pessoas e grupos”, possibilitando, por meio da intervenção, uma ação psicoterapêutica ou socioeducacional, conforme o objetivo dos grupos e do pesquisador. Diante disso, este estudo teve como objetivo compreender e explicitar as contribuições das intervenções psicodramáticas para a apropriação de histórias de idosos que vivenciam processos de luto ou perdas.

Metodologia

Esta pesquisa caracterizou-se como uma ação exploratória descritiva dentro da abordagem qualitativa. Além disso, é utilizado o método psicodramático como forma de pesquisa-intervenção (Contro, 2009).

Este artigo traz o recorte de uma segunda sessão, de um total de cinco encontros, realizados em um grupo de idosos para trabalhar a temática “luto”. Os participantes têm idade igual ou superior a sessenta anos, residentes em Cocal do Sul, cidade do estado de Santa

Catarina, que estavam vivenciando situações de luto de papéis (não apenas relacionadas à morte, mas a diversos tipos de perdas).

Os critérios de exclusão foram pessoas com idade abaixo dos sessenta anos; as que não tivessem residência em Cocal do Sul, SC; e aquelas que não se identificassem vivenciando situações de luto. Os encontros foram realizados no Centro de Eventos da cidade, espaço cedido no qual já ocorriam encontros desses idosos para a realização de diversas atividades organizadas pela comunidade. As funções do pesquisador envolvido nesse processo foram, dentre outras: identificar o problema do grupo, intervir fazendo uso do método de ação escolhido, e contribuir por meio deste na elaboração de resoluções das situações apresentadas pelo grupo.

O método de ação utilizado foi o Psicodrama. Este método conta com cinco instrumentos, assim denominados pelo seu criador: - o diretor que é o psicoterapeuta ou coordenador do grupo que conduz a ação dramática; - o protagonista, aquele que partilha e trabalha suas cenas visando a que elas contemplem também o grupo, no qual está centrada a ação naquele momento; - o ego-auxiliar, aquele que assume papéis para auxiliar na cena do protagonista podendo ser alguém convidado pelo diretor e capacitado para tal, como também um participante do grupo escolhido no momento; - o cenário, local onde ocorre a ação; e o público, os demais participantes do grupo que podem não estar envolvidos diretamente na ação, mas a que acompanham, e são trabalhados por meio de sua identificação com a mesma (Rojas-Bermúdez, 2016). Além disso, o método psicodramático é conduzido em três etapas: - aquecimento, no qual o diretor realiza a preparação do grupo, voltada neste caso para a temática do luto; - dramatização, a ação propriamente dita, na qual são trabalhadas as cenas que surgem do grupo; - e o compartilhamento, momento no qual o grupo conecta suas percepções e sentimentos com as cenas dramatizadas, relatando como se sentiu com estas e com a intervenção propriamente dita (Cukier, 1992; Rojas-Bermúdez, 2016).

Diante disso, a diretora utilizou-se do psicodrama nesta intervenção para, junto aos idosos, trabalhar as cenas trazidas por eles em relação a seus lutos. Como destaca Contro (2009), ao se considerar a singularidade de cada participante de um grupo, a pesquisa psicodramática mostra suas bases que a fazem apresentar-se como qualitativa, participativa, e transitando entre a pesquisa-intervenção e a pesquisa-ação crítica; desse modo, na mesma medida em que se obtêm as percepções dos idosos, o diretor de psicodrama vale-se delas para qualquer decisão posterior, durante a intervenção.

A utilização dos dados obtidos com as sessões de Psicodrama foi condicionada à assinatura de um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, TCLE. Em conformidade à Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde, a pesquisa foi submetida ao Conselho de Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos (CEPSH) sob o número 3.375.889.

Aquecimento

O aquecimento, uma das etapas do psicodrama, é de extrema importância tanto para o grupo quanto para o próprio diretor que irá conduzi-lo, visto que este necessita estar preparado para as ações a serem empreendidas. O diretor pode ter um plano de ação para conduzir o grupo, com possíveis caminhos de acordo com sua linha de raciocínio, mas precisa estar pronto para mudá-lo e adaptá-lo conforme a necessidade do grupo (Espírito Santo, 2017). O tema inicial dos encontros com o grupo de idosos era o luto em suas diversas formas, porém, por tratar-se de uma pesquisa-intervenção, quando o diretor inicia o encontro e seu plano de ação, podem surgir outras temáticas que o grupo considere mais importantes e este, de acordo com o método psicodramático, deve estar aberto às aspirações dos participantes.

O primeiro encontro do grupo se caracterizou como uma forma de todos reconhecerem seus lutos e perceberem a si mesmos nesse processo, ou seja, como se sentiam nele, entre outros fatores. O segundo encontro, tinha a proposta de iniciar o trabalho psicoterapêutico propriamente dito. Iniciando esse segundo encontro, utilizou-se um jogo dramático como forma de aquecimento inespecífico.

No jogo dramático, os participantes “vinculam fantasia-realidade em cenários lúdicos de dramatização do como se permitindo aos protagonistas a atividade de vivenciar experiências espontâneas de suas idealizações e a expressão de papéis sonhados e desejados” (Carvalho, & Melo, 2017, p. 95). Assim, permite-se que os protagonistas possam vivenciar diversos cenários e papéis, seguindo as consignas, mas também criando, ousando e se arriscando em seu desempenho, possibilitando inclusive ensaios nos papéis (Carvalho, & Melo, 2017). Na intervenção aqui relatada, o jogo escolhido foi o “telefone sem fio”, no qual valendo-se de gestos e expressões corporais os idosos teriam que transmitir alguma mensagem de acordo com o momento daquele jogo.

Para Cukier (1992), jogar significa brincar de acordo com algumas regras. Todo o jogo pressupõe começo, meio e fim, implica em algum tipo de competição com alguém e se utiliza do desprendimento natural das regras habituais que nos ligam à realidade, como tempo, espaço e lógica formal, características consideradas passíveis de serem modificadas, se assim determinar o jogo. O “faz de conta” pode ser utilizado nessas regras, tornando-se realidade vivenciada, permitindo, assim, um livro submergir da fantasia (Cukier, 1992, p.74). O uso da fantasia vai permitir que os idosos tragam conteúdos pessoais para a escuta do grupo, de forma mais descontraída e tranquila, do que se simplesmente falassem sobre determinado assunto.

Assim, a diretora solicitou que todas as participantes - nesse encontro, de apenas mulheres -, formassem uma fila de costas, com apenas a primeira idosa da fila olhando para a diretora. Esta fez um gesto para a primeira participante, gesto que foi passado de pessoa para pessoa, até que a última pessoa repetisse o gesto para todo o grupo. A atividade gerou risos, pois no final o gesto chegou distorcido, diferente do que havia sido feito inicialmente pela diretora. Em círculo, cada uma dizia de sua compreensão sobre o mesmo gesto, mostrando, desse modo, as diferentes formas de compreendermos um mesmo fenômeno, e trazendo, nesse momento, uma percepção das questões relacionadas à vida de cada um. Yozo (1996) esclarece que jogo é aquilo que promove o lúdico, em virtude da aparência de brincadeira que nos aproxima de nossa criança interior, e se torna dramático por trabalhar conflitos que surgem a partir da brincadeira. Através desse jogo, o grupo se prepara e se integra para trabalhar, por meio da dramatização, questões pessoais, sem desconfortos ou inseguranças em compartilhar esse momento com os demais participantes.

Em seguida, com o grupo já aquecido, a diretora conduziu as idosas a uma caminhada silenciosa até uma mesa com diversos objetos, ditos intermediários¹ (flores, linha, máscara, espelho, pente, jogador, carro, caneta, gás, fogão etc.) e utilizados no sentido de criar um momento reflexivo, para reviver lembranças do passado. Cada uma das participantes deveria pensar nas pessoas das quais sentia saudade, e que lhes tivessem sido importantes, mas que já partiram deste mundo.

¹ Conceito utilizado para definir objetos que servem como representantes simbólicos para sentimentos, pessoas, momentos etc.

Quando conseguissem pensar em alguém, deveriam escolher um objeto relacionado a essa pessoa, tomá-lo às mãos, e ir sentar-se no círculo de cadeiras que as rodeava.

Dramatização

Por se tratar de um grupo pequeno, a diretora optou por uma dramatização por meio de vinhetas - cenas curtas que trabalham de forma mais diretiva uma relação ou situação, auxiliando o protagonista a encontrar uma resolução da cena diretamente; então, foi possível entender e conhecer a cena e o objeto selecionado por cada uma das participantes (Fernandes, 2009).

Bustos (2005) é quem nos faz ver as etapas de uma vinheta ou atalho. O primeiro passo para uma ação espontânea, é, sem dúvida, o *aquecimento*. Além do aquecimento, como uma etapa da sessão, quando se monta uma cena ou assume-se um papel, o diretor utiliza-se de técnicas e perguntas para aquecer o desempenho de alguém como protagonista ou ego-auxiliar. No caso das vinhetas, por estas terem, como característica, a agilidade, um bom aquecimento é fundamental. Daí se parte para a montagem da cena, a investigação, a elaboração, e busca-se com o protagonista a resolução dramática (Bustos, 2005). A seguir, a diretora chama uma participante por vez e lhe solicita que mostre o objeto escolhido e apresente a pessoa que lhe viera à mente naquele momento. Desse modo, a diretora pede para escolher uma pessoa do grupo que irá se colocar em seu lugar, um ego-auxiliar que represente aquele papel. A seguir, a explicitação de uma das cenas:

Participante T.M.: *“Eu escolhi o colar de flores”.*

Diretora: *“Gostaria que você olhasse esse objeto e falasse para o grupo em quem você pensou”.*

O objeto intermediário nesse momento foi um recurso aplicável, pois este poderia ser usado como estímulo para evidenciar uma representação da relação ou cena evocada naquele momento (Rojas-Bermúdez, 2016).

Além disso, objetos intermediários também auxiliam no processo de aquecimento durante uma dramatização, já que, no presente caso, quanto mais aquecidas as idosas estivessem, mais o objeto as faria evocar uma determinada pessoa ou cena, podendo inclusive o diretor dar voz a um desses objetos, por exemplo (Carvalho, & Melo, 2017):

Participante T.M.: *“Minha mãe!”*.

Diretora: *“Olhe para suas colegas e escolha alguém para representar sua mãe, um pouquinho”*.

Ego Auxiliar no lugar da Mãe: *“Eu escolhi esse colar cheio de flores, porque é minha cara, eu me considero uma pessoa feliz com o que tenho”*.

Participante T.M.: *“Minha mãe adorava festar, sempre ia nas festas juninas e gostava de dançar quadrilha. Ela sempre era o homem”*.

Ego Auxiliar: *“Eu adorava essa época do ano para ir na festa junina, adorava dançar a quadrilha, e gostava de ser homem, para me sentir diferente”*.

Diretora (duplo): *“É, filha! Esse colar é minha cara mesmo, eu via a vida como uma festa, né? E eu continuo feliz aqui onde estou”*.

Participante T.M.: *Pede para dar um abraço na Mãe”*.

Participante T.M e Ego Auxiliar: Se abraçam.

Na cena acima descrita, a diretora utiliza-se da técnica do duplo (Moreno, 1974), na qual o diretor, com base em informações trazidas em momentos prévios pelo participante ou mesmo em elementos visuais como a postura ou movimentos faciais, tenta expressar aquilo que não está sendo enunciado pelo protagonista. Assim, a diretora utiliza-se da informação de que a mãe era sempre uma pessoa feliz, algo que a participante trouxe em outros termos, e isso a faz perceber a necessidade do abraço. A participante poderia inclusive rejeitar o duplo, caso este não fizesse sentido para ela.

A vinheta aqui exposta remete à importância de se evocar um grau de flexibilidade no sujeito, para que ele possa enfrentar as situações diárias de luzes e sombras, satisfações e frustrações, dispondo, assim, de um estado espontâneo de prontidão para responder aos conflitos adequadamente, mais livre da interferência das conservas culturais (Moreno, 1992) ou

de transferências advindas do luto. Nessa cena, lembrar-se da mãe como uma pessoa feliz, de alguma maneira auxilia no processo de luto em relação a sua perda, possibilitando que possa explorar essa saudade, abraçar a mãe no “como se”, no contexto dramático. Essas histórias e lembranças trazidas na cena auxiliam no processo de luto e despedida.

É importante vivenciar um processo de luto quando há uma perda significativa, ou seja, dizer e fazer agora o que antes não foi dito ou feito, visando ao fluir de ações espontâneas. A cena é um momento simbólico, no qual, por meio do aquecimento, o protagonista pode imaginar-se realmente abraçando a mãe ou fazendo aquilo de que necessitava, sendo possível sentir um conjunto de emoções, sentimentos e sensações corporais. No processo de luto, pode ser elaborada uma cena de despedida para expor palavras e sentimentos que até então estavam reprimidos e, dessa forma, trazer um novo significado a papéis perdidos (Strauch, 2017). E por meio de uma realidade suplementar - conceito que se refere a uma realidade que possibilita reproduzir e/ou criar algo, a partir de vivências e do imaginário, de alguma maneira suplementando o que faltou ou se tornou necessário realizar (Moreno, 2001; Perazzo, 2010) -, o sentimento do protagonista é o de que realmente realizou aquela cena, mesmo que, de forma consciente, saiba que não o fez.

Na sequência, em outra cena:

Participante M.F.: *“Eu escolhi o carro”*. **Diretora:**

“E de quem o carro te fez lembrar?”

Participante M.F.: *“Meu filho”*.

Diretora: *“Então, escolha alguém do grupo para representar um pouquinho seu filho”*.

Diretora: *“Conta um pouquinho do seu filho para a gente conhecer”*.

Participante M.F.: *“Escolhi o carro, porque meu filho amava carros; ele vivia limpando o carro; gostava de festas e era bem namorador; ia buscar as meninas em casa”*.

Ego Auxiliar no papel de filho: *“É, mãe, eu amava carros, lembra? Por mim eu limpava ele todos os dias, porque me fazia bem, e eu também precisava do carro limpo para ir na festa e dar carona para as meninas até em casa.”*

Participante M.F.: *“Ele também era um cozinheiro de mão cheia. Mas o engraçado disso tudo é que ele morreu dentro de um carro, e carro sempre foi a paixão dele”.*

Diretora (duplo): *“Pois é, mãe, tudo aconteceu no meu lugar favorito, eu estava o tempo todo dentro do carro. Sei que a senhora sofre com isso, mas minha vida era o carro”.*

Participante M.F.: Dá um abraço apertado no filho (ego-auxiliar).

Conforme Strauch (2017), o psicodrama pode trabalhar o processo de luto, propondo algumas fases: acolher o protagonista e seus sentimentos em relação ao luto; fortalecer o mesmo de forma a ele perceber que esse sentimento é natural; revisitar os momentos e lembranças dos quais ele sente saudade; realizar simbolicamente aquilo que considerar faltante; e ressignificar aquilo que o protagonista sentir que não faz mais sentido. Desse modo, a diretora propicia, por meio dessa vinheta, uma possibilidade de revisitar e suprir um pouco da saudade, além de realizar simbolicamente um momento bom, o abraço do filho; proporcionar, assim, o acolhimento dos sentimentos e fortalecimento no processo de luto. Lembrando que esta cena poderia ser aprofundada em outro momento, caso a idosa participante necessitasse.

Seguem outras cenas advindas do aquecimento:

Participante A.F.: *“Eu me lembrei da minha irmã mais velha; por isso, escolhi a linha de costura; ela era uma costureira de mão cheia”.*

Diretora: *“Escolha alguém para ser sua irmã, um pouquinho”.*

Ego Auxiliar no papel de irmã: *“A linha me representa porque eu era costureira, amava costurar”.*

Participante A.F.: *“Ela que fez meu vestido de casamento. A gente sempre fazia tudo junto, sinto muita falta de você”.*

Ego Auxiliar: *“Eu que fiz o vestido de casamento da minha irmã, a gente pensou no modelo, no tecido, tudo juntas, na verdade a gente fazia tudo juntas”.*

Participante A.F: “Ela era a irmã mais velha e desde cedo ajudava em casa; nossa família era do Paraná e, por causa dela, a gente veio para cá, gostamos e estamos morando aqui até hoje. Lembro que ela tinha um jeito tímido, mas gostava de fazer amizades, do jeitinho dela”.

Ego Auxiliar no papel de irmã: “Eu era a mais velha; então, sempre ajudei em casa, a gente morava longe, mas eu conheci Cocal, gostei e acabei trazendo toda a minha família para conhecer, e eles também gostaram”. **Diretora (duplo):** “É, irmã, eu tinha esse jeitinho tímido, às vezes, mas com um coração enorme, sempre pensando no melhor para vocês”.

No decorrer das situações, sempre que ocorria a inserção de um ego-auxiliar para representar um personagem da cena, a diretora solicitava primeiro uma descrição de como era o personagem e colocava as próprias participantes para representá-los em alguns momentos, possibilitando que o ego-auxiliar tivesse informações de como era o personagem para que pudesse desempenhá-lo. Assim, as próprias protagonistas é que davam a conotação da cena, trazendo, como no caso acima, como era a irmã, para que depois o ego-auxiliar representasse tal irmã.

Além disso, na cena acima, é possível perceber uma relação de *cluster* três, que se caracteriza por relações simétricas, e é onde se desenvolve grande parte dos papéis da idade adulta (Drummond, Boucinhas, & Bidart-Novae, 2016).

De acordo com Bustos (1990), ao longo do desenvolvimento dos papéis, quando crianças, formamos *clusters* ou cachos de papéis, que, de alguma maneira, nos ensinam de forma emocional como desempenhar funções correspondentes a três grupos: o *cluster* um, que se refere às relações assimétricas de carinho, acolhimento e atenção; o *cluster* dois, também de relações assimétricas, liga-se ao aprendizado da autonomia, limites e controle; e o *cluster* três, das relações entre “iguais” ou simétricas, nas quais se aprende a compartilhar, dividir e competir por exemplo (Bustos, 1990).

Esses modelos relacionais aprendidos na infância são levados a outras relações: assim, quando se trabalham cenas como a acima de *cluster* três, relacionada a uma relação simétrica, também são trabalhadas outras relações nas quais a idosa desempenhe um papel simétrico. Reconhecer o direito da irmã de ser tímida é também reconhecer o direito de outras idosas serem como são, o que gera a aceitação do outro para o desenvolvimento de novos vínculos.

Outra vinheta trabalhada segue abaixo:

Participante S.A.: *“Escolhi o apito, meu marido adorava jogar”.*

Diretora: *“Escolha alguém para ser o seu marido”.*

Diretora: *“Fale um pouquinho mais dele”.*

Participante S.A.: *“Eu lembro que ele adorava jogar e era muito atencioso comigo e com nossos filhos; sinto muita falta dele, era minha companhia”.*

Ego Auxiliar no papel de marido: *“Eu adorava jogar, me sentia bem jogando. Mas era tão bom chegar em casa encontrar minha esposa e meus filhos”.*

Participante S.A.: *“Eu sempre esperava ele em casa; costumava esperar ele chegar do trabalho e do jogo; depois a gente conversava”.*

Ego Auxiliar no Papel do Marido: *“Era tão bom chegar do trabalho ou do jogo e encontrar minha família em casa, conversar, rir e matar a saudade”.*

Diretora (duplo): *“Isso era tão bom que me deixa muita saudade. Esses momentos estão vivos dentro de mim”.*

O Psicodrama possibilita, na ação, a vivência daquilo que, muitas vezes, não pode ser vivido no mundo real (Moreno, 1974). Assim, a dramatização das cenas, além de possibilitar que as idosas possam reviver e revisitar momentos de sua história, permite também que expressem sentimentos que em outros espaços não conseguem, ou mesmo por não haver espaço. Neste grupo, muitas idosas trouxeram dizeres sobre a dificuldade de falar com os filhos e cuidadores sobre a perda; porém, no grupo com outras idosas em processo de luto, conseguiram não só expressar verbalmente, mas também compartilhar as próprias cenas.

Outra vinheta trabalhada se segue:

Participante C.F: *Escolhi o jogador porque me lembrei do meu irmão; ele sempre jogava era sempre o goleiro, sempre estava rodeado de amigos; sinto muita falta dele”.*

Diretora: *“Chame alguém para ser ele um pouquinho”.*

Ego Auxiliar no Papel de Irmão: *“Eu sempre jogava futebol, era o escolhido para ser o goleiro do time. Não posso reclamar! Eu tinha muitos amigos”.*

Participante C.F.: *“Ele sempre ia à minha casa, a gente ficava conversando; tenho outros irmãos, mas com ele era diferente. Era uma pessoa brincalhona; e trabalhador...”.*

Ego Auxiliar no Papel de Irmão: *“Eu sempre ia à casa da minha irmã, a gente ficava conversando sobre tudo, gostava de fazer brincadeiras e ela sempre ria”.*

Diretora (no papel do irmão): *“Eu fui feliz, você viu?”*

Participante C.F. e Ego Auxiliar no Papel de Irmão: *Se abraçaram.*

Aqui o ego auxiliar, no papel de irmão, torna-se essencial para que a protagonista reconheça que também há novos vínculos. Os egos-auxiliares ou egos-terapêuticos são pessoas que atuam com orientação do diretor e devem ser instruídas em relação ao exercício de sua função; o ego auxiliar é considerado uma extensão dupla: do diretor e do sujeito (Rojas-Bermúdez, 2016). Além disso, o diretor, posiciona-se, nessa cena, ao lado do ego-auxiliar e complementa sua fala, possibilitando que a idosa protagonista da cena se emocione e se entregue ao abraço que deseja.

No processo de perdas, é importante salientar que não é apenas de pessoas, mas também perdas de *status* sociais e laborais, que incluem convivência com pessoas e atividades no trabalho envolvendo poder de decisão, autonomia e produtividade (Zimmerman, 2000). Dessa forma, a rede de elementos sociais pode ser fundamental para o enfrentamento dessas situações, buscando um bem-estar relacionado à saúde mental (Ahn, Kim, & Zhang, 2017):

Participante T.C.: *“Escolhi a boneca porque representa minha mãe. Ela casou com dezesseis anos e teve dezesseis filhos; precisava dar conta de tudo e nem tinha tempo para ela”.*

Diretora: *“Escolhe alguém para ser sua mãe”.*

Ego Auxiliar no Papel de Mãe: *“Eu casei cedo, mesmo assim conseguia da conta de tudo”.*

Participante T.C.: *“Lembro que ela amava crianças e sempre fazia o melhor que podia”.*

Diretora: *“Eu amava crianças; por isso tive dezesseis filhos”.*

Ego Auxiliar no Papel de Mãe: *“Eu não tinha muito tempo, mas o tempo que eu tinha fazia o que podia para os meus filhos”.*

Participante T.C. e Ego Auxiliar no Papel de Mãe: *Se abraçaram.*

O grupo já aprendeu a ser *ego*, facilitando, desse modo, o trabalho psicoterapêutico. Então, neste momento, a diretora passou a se valer de *objetos intermediários* para demonstrar a quantidade de papéis que a mulher exerce socialmente e o que acontece quando se perde um deles, mostrando o vazio, e motivando o grupo a pensar em formas de lidar com a situação quando isso ocorre.

Zimmerman (2000) descreve que o envelhecimento social da população modifica o *status* do idoso e sua forma de se relacionar socialmente. Estas modificações ocorrem em função de uma:

- Crise de identidade – Compreendida por perda da autoestima, elaborada pela ausência de um determinado papel social;
- Mudanças de papéis – adequação a novos papéis (perda ou ganho de papéis sociais). Essas mudanças ocorrem no trabalho, na família e na sociedade;
- Aposentadoria – Os idosos devem estar preparados para não se sentirem isolados, deprimidos ou sem rumo;
- Perdas diversas – Aqui se classificam perdas na autonomia, na independência, no poder de decisão, e na perda de parentes e amigos; e diminuição dos contatos sociais – que ocorre por sua redução de possibilidades.

Assim, todos os participantes entraram em acordo que, quando se perde um papel, é necessário preencher com outro papel. Zimmerman (2000) diz que, ao envelhecer, é necessário aprender um novo estilo de vida, com o objetivo de minimizar as perdas que os idosos têm na sociedade. Dessa forma, “[...] consciente do seu espaço na esfera social, a pessoa idosa sintetiza uma nova imagem de si mesmo, conceituando-se como alguém ativo, útil e competente para contribuir com o cenário social em que se encontra inserido.” (Martins, Santos, & Carolino, 2015, p. 6).

A vida de um idoso está relacionada a vários acontecimentos que vão lhe ocorrendo, bem como à prática de exercícios físicos, e aos efeitos das interações sociais por meio de grupos. Os bons relacionamentos interpessoais construídos ao longo da vida são essenciais para ajudar no equilíbrio emocional e gerar a esse idoso bem-estar (Braga, *et al.*, 2015).

Além de as histórias e lembranças trazidas nas cenas de um psicodrama também contribuiriam para a sensação de bem-estar.

Todas as participantes trouxeram, aos encontros, o problema de quando chegaram na aposentadoria, ao lhes ficar um espaço vazio, com a quebra da rotina de trabalho e elas não saberem mais o que fazer, até que começaram a participar de grupo de idosos, clube de mães e inventarem outras atividades, a fim de preencherem o tempo vazio e solitário. Para Moreno (1953), desde cedo as pessoas desenvolvem um grande número de papéis que desempenham ao longo da vida. Papéis esses que são construídos com base na cultura, na qual a pessoa está inserida, nas atividades das quais participa, das relações que estabelece, dentre outros. Uma pessoa idosa que conviveu com um determinado papel durante boa parte da vida, constitui-se e é por ele constituída. Assim, quando o perde, sente perder também uma parte de si (Vidal, & Castro, 2020).

Na perspectiva de Almeida, Mourão e Coelho (2018), idosos que, ao longo da vida, se mantêm ativos apresentam ganhos para a própria saúde, beneficiando-se com melhoras no campo do bem-estar psicológico e também da qualidade de vida. Assim, nas práticas aqui expostas, surgiram comentários como: “agora estou feliz”, “procuro fazer coisas que eu gosto”, “eu ainda sinto que preciso fazer mais coisas”. Também se falou sobre o comportamento dos netos, diferenças nas brincadeiras, uso excessivo da tecnologia e histórias de atividades que faziam antigamente e hoje não o fazem mais.

Estas falas complementam a ideia de que, na sua velhice, o idoso passa por perda ou luto quanto a papéis antes exercidos na família, no trabalho e na sociedade, dado que muitos desses papéis sofrem mudanças ou mesmo deixam de existir (Miranda, Castro, & Vidal, 2020; Strauch, 2017). Tais momentos são exemplificados na seguinte fala:

Participante S.A.: *“Sinto falta de ir pegar água no poço, com balde, e trazer para casa; hoje tenho água encanada na torneira, mas gostava daquela época. Mas hoje sei que não conseguiria fazer isso sozinha, ia precisar de alguém para ajudar”.*

Dessa forma, a diretora do grupo organizou a elaboração de uma cena junto com todos os participantes, utilizando o relato da participante que dizia que, sozinha, não iria conseguir realizar algo que antes lhe era rotineiro. Tal cena parece ser uma metáfora sobre a necessidade do grupo.

A ideia de desdobrar a cena ocorreu diante da necessidade de essa idosa reproduzir seu desejo para além das palavras. Então, a diretora utilizou todo o grupo como ego auxiliar, assim conseguindo reproduzir a cena descrita. A dramatização da cena gerou ainda mais empatia entre os participantes.

Estudos psicodramáticos têm demonstrado que usar a dramatização, para ressignificar o envelhecimento e seus lutos, torna-se uma proposta de efetiva resolução terapêutica. Assim, a dramatização propicia essa ressignificação de antigos papéis para o reconhecimento de novos (Colombo, 2020; Costa *et al.*, 2019; Miranda, Castro, & Vidal, 2020; Rodrigues, Gomes, & Marins, 2019; Silva, & Jerônimo, 2016). Através do trabalho psicodramático com os lutos, a pessoa idosa tem a possibilidade de ressignificar suas perdas para criar ou dar mais atenção às novas perspectivas e papéis, o que propicia novos caminhos e, assim, mais qualidade de vida.

Ter qualidade de vida na velhice é fator essencial, o que pode ser compreendido como um acúmulo de várias situações que envolvem tanto o lado físico e emocional quanto o social; sendo assim, a rede de elementos sociais é extremamente essencial na vida de um idoso (Andréa, Inácio, & Cardoso, 2019).

As redes de apoio são necessárias para a manutenção da saúde emocional de uma pessoa idosa, pois algumas das mais importantes funções dessas redes de apoio social, relativamente aos idosos, é a possibilidade de criar novos contatos sociais; fornecer e receber apoio emocional; obter garantia de que são respeitados e valorizados; manter sentimento de pertencimento a uma rede de relações comuns; e oferecer suporte para aqueles idosos que sofreram perdas físicas e sociais (Guedes, Lima, & Veras, 2017; Maia, Castro, Fonseca, & Fernández, 2016; Wanderley, 2015).

O processo de envelhecimento traz um conjunto de alterações às quais é necessária a adaptação, e nem sempre isso é obtido. Daí que a rede de elementos se mostra de grande importância nesse momento de transição e entendimento sobre a nova fase da velhice (Rodrigues, Gomes, & Marins, 2019).

Dentro dessa rede de relacionamentos está, por exemplo, o grupo no qual foi realizada a pesquisa, um grupo formado pelas idosas da comunidade, com o apoio de alguns órgãos públicos e voluntários, que servem no desenvolvimento de novos papéis e também de novos vínculos.

Passos e Feitosa (2018) afirmam que algumas vivências destacam a importância dos vínculos com familiares, amigos e vizinhos para alcançar relações saudáveis. É possível citar algumas situações como: a morte de pessoas próximas, os filhos construindo as próprias famílias - o que podemos chamar de movimento migratório, com a chegada de netos/bisnetos e aposentadoria.

De acordo com Strauch (2017), o referido conjunto de intervenções da abordagem psicodramática tem o objetivo de focar na *realidade suplementar*, gerar espontaneidade a partir de novos olhares e trazer um novo sentido à representação de papéis no desenvolvimento de relações mais saudáveis com as pessoas e com o próprio papel de idoso. Assim, “a ação psicodramática nos conduz à própria realidade, sendo mais intensa e profunda que as palavras, contribuindo para maior conscientização e mobilização afetiva do sujeito, criando um clima de compromisso com a mudança” (Strauch, 2017, p. 52). Na dramatização aqui relatada, o trabalho das cenas, por meio de vinhetas, possibilitou que todas as idosas do grupo trouxessem suas próprias cenas e as dramatizassem com o apoio do grupo, trabalhando os respectivos lutos e perdas, mas também se identificando ali, consigo mesmas e com os demais, ao acolherem os lutos trazidos pelas companheiras de grupo.

Compartilhamento

Esta é a etapa da participação terapêutica do grupo. Após a dramatização, os participantes, egos-auxiliares e diretor são estimulados a se manifestar, falarem sobre a experiência vivida, emoções e reflexões das vivências na intervenção (Contro, 2020). Esse momento, para as respectivas idosas, é o de falar sobre como se sentiram, mas também de acolher as companheiras de grupo e partilhar de sentimentos relacionados ao luto que tiverem em comum.

No final, a diretora sentiu necessidade de finalizar com a cena da água, descrita por uma das participantes durante o compartilhamento; então, todo o grupo se mobilizou a ir até o poço com os baldes e pegar água, assim refazendo toda a caminhada de volta para casa, simbolicamente uma ajudando a outra a carregar os baldes que estavam pesados. A cena foi significativa para o grupo, porque representou união, solidariedade entre os membros.

Como revelaram algumas das participantes, para elas, estar no papel de idosa é por vezes solitário; e essa caminhada simbólica, na qual uma auxiliou a outra, é o movimento que realmente fazem como grupo, de acolher e acompanhar uma à outra na percepção e no trabalho dos lutos e perdas. Esse sentimento de pertença e compartilhamento foi descrito por algumas das participantes:

Participante T.M.: *“Sinto-me bem aqui, porque a gente realmente entende as pessoas”.*

Participante C.F.: *“Antes a gente conhecia as pessoas de apenas “bom dia”, “tudo bem”, mas agora aqui a gente consegue conhecer as pessoas de verdade”.*

A compreensão do outro e de si mesmo se dá por meio da investigação de laços e forças que interagem no contexto grupal (Bustos, 1990):

Participante T.C.: *“A gente vai sentir falta quando acabar!”*

Como destacam Junior, *et al.* (2019, p. 76), a utilização do psicodrama com grupos de idosos pode promover a capacidade de reagir de forma diferente a situações antigas, resgatando nestas pessoas a criatividade e a espontaneidade, fortalecendo a possibilidade de lidar com o diferente, ou seja, possibilitando que estas pessoas possam redesenhar seus papéis nos diversos contextos e “construir novos modos de existir e continuar suas histórias”.

Os papéis sociais são relacionados aos determinantes culturais, ou seja, o que se espera de uma determinada função social, aos estereótipos vinculados àquele papel, como o profissional, por exemplo (Bustos, 2005).

Rojas-Bermúdez (2016) complementa que os papéis sociais são assumidos por meio dos grupos, aos quais os indivíduos vão pertencendo ao longo da vida. Nesse sentido, o Psicodrama surgiu como espaço para a vivência e a consolidação de novas relações, o surgimento por meio do grupo de uma vivência ativa do que é ser idoso.

Considerações Finais

Por meio da ação psicodramática, foi possível conhecer e analisar todas as histórias e lutos desses idosos, reconhecendo, por essa via, o quanto é importante ouvi-los e compreender a situação de cada um. Com o desdobramento das cenas, o grupo se permitiu vivenciar

sentimentos que, por muitos anos, ficaram aprisionados dentro de si. Assim, a cada sentimento e palavra dita, eles permitiram visualizar sua vida e seus papéis por meio de uma nova perspectiva, apropriando-se das histórias e dos papéis que desempenharam e aos quais ora vivenciam e os desvelam aos demais participantes.

A psicoterapia psicodramática de grupo representa uma importante contribuição no trabalho com idosos, e suas histórias, visto que estes puderam ressignificar as perdas e, de alguma forma, criar novos papéis ou novas formas de desempenhá-los em sociedade. O resgate da espontaneidade e da criatividade descritas pelo criador do psicodrama, Moreno, e o contexto grupal propiciaram os bons resultados.

Ressalta-se a necessidade de novos estudos acerca das contribuições de metodologias grupais no trabalho com idosos, visto que este é um segmento populacional em expansão e os estudiosos e profissionais do campo do envelhecimento devem estar preparados para auxiliar nos diversos lutos vivenciados na velhice.

Referências

Ahn, S., Kim, S., & Zhang, H. (2017). Changes in depressive symptoms among older adults with multiple chronic conditions: Role of positive and negative social support. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(1), 16. Recuperado em 30 março, 2020, de: DOI: <https://www.doi.org/10.3390/ijerph14010016>.

Aires, I. O., Sousa, L. L. C., de Sousa, D. J. M., de Araújo, D. S. C., Oliveira, I. K. F., & Alencar, M. D. S. S. (2019). Consumo alimentar, estilo de vida e sua influência no processo de envelhecimento. *Research, Society and Development*, 8(11), 01-11. Recuperado em 30 março, 2020, de: <https://www.redalyc.org/jatsRepo/5606/560662202009/560662202009.pdf>.

Almeida, E., Mourão, I., & Coelho, E. (2018). Saúde mental em idosos brasileiros: Efeito de diferentes programas de atividade física. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 19(2), 390-404. Recuperado em 30 março, 2020, de: <http://dx.doi.org/10.15309/18psd190218>.

Andréa, A. L., Inácio, M., & Cardoso, V. S. (2019). A Importância da Socialização na Terceira Idade. *Psicologado*. Recuperado em 12 junho, 2020, de: <https://psicologado.com.br/psicologiageral/desenvolvimento-humano/a-importancia-da-socializacao-na-terceira-idade>.

Braga, I. B., Braga, E. B., de Araújo Oliveira, M. C., & Guedes, J. D. (2015). A percepção do Idoso sobre a Saúde e Qualidade de Vida na Terceira Idade. *ID on line revista multidisciplinar e de psicologia*, 9(26), 211-222. Recuperado em 12 junho, 2020, de: DOI: <https://doi.org/10.14295/idonline.v9i26.338>.

Bustos, D. M. (1990). *Perigo amor à vista: drama e psicodrama dos casais*. (2ª ed.). São Paulo, SP: Aleph.

Bustos, D. M. (2005). *O psicodrama*. São Paulo, SP: Ágora.

Carvalho, M. D. S., & Melo, M. de F. A. de Q. (2017). O eu em cena: o jogo no psicodrama e os jogos eletrônicos. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 25(1), 94-100. Recuperado em 12 junho, 2020, de: DOI: <https://dx.doi.org/10.15329/2318-0498.20170011>.

Colombo, M. (2020). The use of the tatadrama as a possibility for transformation in preparation for retirement. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 28(1), 16-24. Recuperado em 12 junho, 2020, de: <http://revbraspsicodrama.org.br/rbp/article/view/407>.

Contro, L. (2009). Veredas da pesquisa psicodramática: entre a pesquisa-ação crítica e a pesquisa-intervenção. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 17(2), 13-24. Recuperado em 12 junho, 2020, de: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010453932009000200002.

Contro, L. (2020). *Nós e nossos personagens: histórias terapêuticas*. São Paulo, SP: Ágora.

Costa, E. M. S. (1998). *Gerontodrama: a velhice em cena: estudos clínicos e psicodramáticos sobre a terceira idade*. São Paulo, SP: Ágora.

Costa, A. R. S., Mendes, A. T., Beretta, R. C. de S., Figueiredo, G. L. A., & Antoniassi Junior, G. (2019). Promovendo Saúde através do Psicodrama com idosos. *Psicologia e Saúde em Debate*, 5(Suppl.1), 2-3. Recuperado em 12 junho, 2020, de: <http://psicodebate.dpgpsifpm.com.br/index.php/periodico/article/view/480>.

Cukier, R. (1992). *Psicodrama Bipessoal: Sua técnica, seu terapeuta e seu paciente*. São Paulo, SP: Ágora.

Drummond, J., Boucinhas, M., & Bidart-Novaes, M. (2016) *Coaching com Psicodrama: potencializando indivíduos e organizações*. (2ª ed.). Rio de Janeiro, RJ: Wak Editora.

Espírito Santo, C. L. (2017). Aquecimento do diretor de psicodrama para o trabalho com grandes grupos. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 25(1), 07-17. Recuperado em 12 junho, 2020, de: <https://dx.doi.org/10.15329/2318-0498.20170002>.

Fernandes, E. (2009). Atalho e vinheta – uma proposta de entendimento. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 17(1), 117-135. Recuperado em 12 junho, 2020, de: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/psicodrama/v17n1/a09.pdf>.

Guedes, M. B. O. G., Lima, K. C., Caldas, C. P., & Veras, R. P. (2017). Apoio social e o cuidado integral à saúde do idoso. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, 27, 1185-1204. Recuperado em 12 junho, 2020, de: DOI: <https://doi.org/10.1590/S0103-73312017000400017>.

- Maia, C. M. L., Castro, F. V., da Fonseca, A. M. G., & Fernández, M. I. R. (2016). Redes de apoio social e de suporte social e envelhecimento ativo. *Revista INFAD de Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 293-306. Recuperado em 12 junho, 2020, de: <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349851776033.pdf>.
- Martins, K. D., dos Santos, E. F., & Carolino, L. N. (2015). Integração Social da Pessoa Idosa: Políticas Públicas Relacionadas e Atuação do CRAS de Redenção-PA na Inserção do Idoso em Programas de Proteção Social. *Libertas*, 15(1). Recuperado em 12 junho, 2020, de: DOI: <https://doi.org/10.34019/1980-8518.2015.v15.18316>.
- Menezes, J. N. R., Costa, M. D. P. M., Iwata, A. C. D. N. S., de Araujo, P. M., Oliveira, L. G., de Souza, C. G. D., & Fernandes, P. H. P. D. (2018). A visão do idoso sobre o seu processo de envelhecimento. *Revista Contexto & Saúde*, 18(35), 8-12. Recuperado em 12 junho, 2020, de: <https://www.revistas.unijui.edu.br/index.php/contextoesaude/article/view/7620>.
- Miranda, T., Vidal, G. P., & Castro, A. (2020). E quando um papel morre? Contribuições do psicodrama para a ressignificação do luto de papéis por idosos. *Revista Psicologia & Saberes*, 9(18), 45-60. Recuperado em 12 junho, 2020, de: <https://www.semanticscholar.org/paper/Quando-um-papel-morre-Contribui%C3%A7%C3%B5es-do-psicodrama-MirandaVidal/0cf53334a8740f8d07901ec451f8ed5bcb2093ff.J>.
- Moreno, J. L. (1953/1992). *Quem Sobreviverá? Fundamentos da Sociometria, Psicoterapia de Grupo e Sociodrama*. Goiânia, GO: Dimensão.
- Moreno, J. L. (1974). *Psicoterapia de grupo e psicodrama*. São Paulo, SP: Editora Mestre Jou.
- Moreno, Z. T. (1975). *Psicodrama para Crianças*. Petrópolis, RJ: Vozes.
- Moreno, J. L. (1992). *As palavras do pai*. Campinas, SP: Editorial Psy. (1971, primeira ed.).
- Moreno, Z. T., Rutzel, T., Blomkvist, L. D. (2001). *A Realidade Suplementar e a Arte de Curar*. São Paulo, SP: Ágora.
- Nogueira, A., & Azeredo, Z. (2018). O que falta atualmente aos idosos para o seu bem-estar? *Journal of Aging & Innovation*, 7(3), 91-101. Recuperado em 12 junho, 2020, de: <https://pdfslide.tips/documents/o-que-falta-atualmente-aos-idosos-para-o-seu-bem-estar-foiainda-referida-a.html>.
- Passos, E. T., & Feitosa, J. S. (2018). *Laços de amizade: habilidades sociais na terceira idade. Um olhar da psicologia para a terceira idade*. Porto Alegre, RS: Secco Editora.
- Perazzo, S. (2010). *Psicodrama: o forro e o avesso*. São Paulo, SP: Ágora.
- Rodrigues, A., Gomes, D. D. P., & Marins, Â. (2019). A importância dos grupos na reeducação da velhice. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 27(1), 132-137. Recuperado em 12 junho, 2020, de: DOI: 10.15329/2318-0498.20190014.

Rojas-Bermúdez, J. G. (2016). *Introdução ao Psicodrama*. São Paulo, SP: Ágora.

Saad, P. M. (2016). Envelhecimento populacional: demandas e possibilidades na área de saúde. *Séries Demográficas*, 3, 153-166. Recuperado em 12 junho, 2020, de: [file:///C:/Users/Dados/Downloads/71-207-1-PB%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Dados/Downloads/71-207-1-PB%20(1).pdf).

Silva, F. R., & Jerônimo, R. N. T. (2016). Atividades recreativas e espontaneidade em um serviço para idosos. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 24(2), 108-115. Recuperado em 12 junho, 2020, de: DOI: <https://dx.doi.org/10.15329/2318-0498.20160025>.

Strauch, V. R. F. (2017). Ressignificação da morte na abordagem psicodramática: perdas e ganhos no luto. *Revista Brasileira de Psicodrama*, 25(1), 59-67. Recuperado em 12 junho, 2020, de: DOI: <https://dx.doi.org/15329/2318-0498.20170006>.

Teixeira, F. A. B., Carvalho, J. O., Costa, N. S., Brito, N. O. R., Ramos, P. H. R., & Oliveira, J. M. R. (2018). Avaliação dos fatores extrínsecos e intrínsecos e o processo de aceitação do envelhecimento. *CIPEEX*, 2, 1110-1118. Recuperado em 12 junho, 2020, de: <http://anais.unievangelica.edu.br/index.php/CIPEEX/article/view/2872>.

Valença, T. D. C., & dos Reis, L. A. (2015). Memória e história de vida: dando voz às pessoas idosas. *Revista Kairós-Gerontologia*, 18(2), 265-281.

Vidal, G. P., & Castro, A. (2020). Covid-19 e o luto de papéis: O encontro com o papel de sobrevivente. In: Tomasi, C. D., Soratto, J., & Ceretta, L. B. (Orgs.). *Interfaces da Covid-19: Impressões multifacetadas do período de pandemia* (pp. 30-31). Recuperado em 12 junho, 2020, de: UNESCO. <http://doi.org/10.18616/intcov077>.

Wanderley, E. M. T. (2015) *Idosas que moram sozinhas: a construção da rede de relacionamento, apoio e cuidado*. Dissertação de mestrado. Universidade Católica de Pernambuco, Recife, PE, Brasil. Recuperado em 12 junho, 2020, de: http://tede2.unicap.br:8080/bitstream/tede/252/1/erica_maria_tenorio_wanderley.pdf.

Yozo, R. Y. K. (1996). *100 jogos para grupos: Uma abordagem psicodramática para empresas, escolas e clínicas*. (16ª ed.). São Paulo, SP: Ágora.

Zimmerman, G. I. (2000) *Velhice: aspectos biopsicossociais*. Porto Alegre, RS: Artes Médicas Sul.

Recebido em 12/06/2020

Aceito em 30/10/2020

Taynara Miranda - Especialização em Psicodrama, Viver Psicologia Psicodrama e Psicóloga (ESUCRI).

ORCID iD: <http://orcid.org/0000-0002-7365-2507>

E-mail: naarah-miranda_@hotmail.com

Amanda Castro - Doutora em Psicologia (UFSC). Especialista em Desenvolvimento (UNIARA). Psicodramatista Didata Supervisora, Viver Psicologia Psicodrama/Universidade Estácio de Sá. Professora de Psicologia, Universidade do Extremo Sul Catarinense (UNESC).

ORCID iD: <http://orcid.org/0000-0002-8666-4494>

E-mail: amandacastrops@gmail.com

Gabriela Pereira Vidal - Mestranda em Psicologia (UFSC), Psicodramatista Didata em formação (Viver Mais Psicologia), Especialista em Psicodrama (UNIFIA) e Psicóloga (UNIBAVE).

ORCID iD: <http://orcid.org/0000-0003-4382-0845>

Instituição/Afiliação Viver Psicologia Psicodrama

E-mail: gabrielavidaal@gmail.com