

## **ENCENANDO O CANSAÇO: RELATO DA EXPERIÊNCIA NA DIREÇÃO DE UMA SESSÃO DE PSICODRAMA COMO DISPOSITIVO DE RESISTÊNCIA NA SOCIEDADE DO DESEMPENHO**

MANOELA MOREDA NEVES VERGARA<sup>1</sup>; EDIO RANIERE DA SILVA<sup>2</sup>.

<sup>1</sup>Universidade Federal de Pelotas – [moredamanoela@gmail.com](mailto:moredamanoela@gmail.com)

<sup>2</sup>Universidade Federal de Pelotas – [edioraniere@gmail.co](mailto:edioraniere@gmail.co)

### **1. INTRODUÇÃO**

Este trabalho relata a experiência vivenciada durante a condução de uma sessão de psicodrama centrada na temática da “Sociedade do Cansaço”, conceito cunhado por Byung Chul Han (2017), inserida no contexto dos estágios específicos I e II com enfoque em Saúde Mental do curso de Psicologia da Universidade Federal de Pelotas. O psicodrama, método terapêutico criado por Moreno (1974), se demonstra como uma ferramenta potente para dramatizar e criticar as lógicas de subjetivação através da autoexploração, desempenho e exaustão contemporâneas. Dessa maneira, a ação dramática se torna um espaço de criação de resistência e ressignificação diante de um imperativo social de produtividade.

Para isso, usa-se da fundamentação teórica dialogada com a filosofia da diferença, através de Gilles Deleuze e Félix Guattari (1995), no que tange à produção de subjetividade e Spinoza (2009) na ética dos afetos e na potência de existir. Além disso, usa-se da crítica de Claire Fontaine (2021) a respeito da performatividade e da potência da busca por outras formas de devir não alienadas. O objetivo, desta forma, é descrever e refletir sobre a experiência de direção desta sessão, que foi realizada, após um conciso treinamento de direção através do Laboratório de Arte e Psicologia Social, para um grupo de cerca de 30 estudantes do curso de Psicologia da Universidade Federal de Pelotas.

### **2. METODOLOGIA**

A atividade foi desenvolvida no âmbito dos estágios específicos I e II através do grupo do Laboratório de Arte e Psicologia Social, no qual incluíram capacitação teórico-prática em psicodrama, com base nos princípios morenianos. Após a capacitação para direção de sessões de psicodrama, cada estagiário aplicou uma sessão de psicodrama com uma temática diferente e ofertada para uma parcela da comunidade. A sessão em questão neste trabalho focou na temática da “Sociedade do Cansaço”, utilizando técnicas de dramatização para explorar corporal e simbolicamente as pressões por desempenho, a aceleração do tempo e cada exaustão subjetiva. O grupo para qual foi ofertada a atividade se compôs por cerca de 30 alunos do curso de Psicologia da Universidade Federal de Pelotas, que vivenciaram um momento de aquecimento, dramatização, no qual foram protagonistas de suas próprias cenas, e compartilhamento final, no qual discutimos os afetos dos quais foram emergidos a partir das cenas.

A articulação do material obtido nesta direção se deu por meio da reflexão crítica junto ao Laboratório de Arte e Psicologia Social, além dos registros e feedbacks dos participantes. Ademais, a fundamentação metodológica apoia-se em Moreno (1974) e na perspectiva Spinoziana de potência de ação, a fim de objetivar uma experiência de potência para os participantes.

### **3. RELATOS E IMPACTOS GERADOS**

Os resultados preliminares indicam que a encenação permitiu a externalização de afetos e a criação de novas narrativas corporais e relacionais. O impacto social refere-se à criação de um espaço de compartilhamento e escuta sensível sobre sofrimentos interseccionados por questões de classe, raça, gênero e sexualidade, em suas mais diversas realidades afetadas pela lógica da produção. Academicamente, a experiência contribuiu significativamente para o desenvolvimento de competências clínicas e críticas dos estudantes, articulando a teoria e prática de forma transformadora e permitindo a vivência direta dos conceitos teóricos estudados.

### **4. CONSIDERAÇÕES**

Considera-se, portanto, que a experiência de dramatizar o cansaço com um grupo de 30 estudantes, inspirada na obra de Byung Chul Han (2017), permitiu não apenas a problematização de um mal-estar contemporâneo, mas também a abertura de possibilidades éticas e estéticas da existência. A articulação entre psicodrama, filosofia e crítica social, mostrou-se potente tanto na formação acadêmica, quanto na intervenção comunitária, reforçando a importância de práticas extensionistas que contestem a lógica performática da sociedade do cansaço.

### **5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

BYUNG-CHUL, H. Sociedade do cansaço. Petrópolis: Vozes, 2017.

DELEUZE, G.; GUATTARI, F. Mil platôs: capitalismo e esquizofrenia. 1. São Paulo: Editora 34, 1995.

FONTAINE, Claire. Greve humana. Tradução: Ronaldo Bretas. Belo Horizonte: Chão da Feira, 2021.

MORENO, J. L. Psicodrama. São Paulo: Cultrix, 1974.

SPINOZA, Benedictus de. Ética. Tradução: Tomaz Tadeu. Belo Horizonte: Autêntica, 2009.