



LSPA

INSTITUTO UNIVERSITÁRIO
CIÊNCIAS PSICOLÓGICAS, SOCIAIS E DA VIDA

Significado e Empatia:
efeitos de uma intervenção
baseada em Teatro Playback

Nuno Amarante

Orientador de Dissertação

Prof. Doutor António José Gonzalez

Tese submetida como requisito parcial para obtenção do grau de:

Mestre em Psicologia

Especialidade em Psicologia Clínica

2019

Dissertação de Mestrado realizada sob a orientação do Prof. Doutor António Gonzalez, apresentada no ISPA – Instituto Universitário para obtenção de grau de Mestre na especialidade de Psicologia Clínica.

Resumo

O Teatro Playback (TP) é um tipo de teatro em que são representadas, através do improviso, histórias pessoais partilhadas pela audiência, sendo cocriados, através da escuta empática e da expressão artística, novos significados para as experiências dos narradores. O significado é um dos constituintes do bem-estar e uma variável fundamental para obter uma mensuração compreensiva do bem-estar. Alguma literatura sobre TP parece indicar um método e efeitos cuja descrição é semelhante à descrição de intervenções de promoção do significado, pelo que TP poderá ser enquadrado teoricamente como uma intervenção desse tipo. Contudo, não existe nenhuma investigação empírica sobre esta sua potencial aplicação. Um dos pressupostos centrais do TP é a empatia e, apesar de já existir alguma investigação sobre o impacto do TP na empatia, são estudos de intervenções curtas ou de recolha de dados apenas qualitativos. Assim, investigou-se se uma intervenção de TP com 12 sessões tem efeito na experiência de significado e empatia dos participantes. Utilizou-se um delineamento experimental com medidas de pré-pós-teste e distribuição aleatória dos participantes no grupo experimental ($N = 13$) e controlo ($N = 19$) (ensaio aleatório controlado). Não foi possível concluir, estatisticamente, que a intervenção tenha tido efeito nos participantes. São ainda discutidas limitações metodológicas deste estudo, implicações teóricas sobre a ligação do TP aos constructos empatia e significado e resultados preliminares da análise qualitativa que se encontra em curso.

Palavras-chave: Teatro Playback; Bem-estar; Significado; Empatia

Abstract

Playback Theater (PT) is a type of theater in which personal stories shared by the audience are represented through improvisation, and where new meanings for the narrators' experiences are co-created through empathic listening and artistic expression. Meaning is one of the constituents of well-being and a critical variable for a comprehensive measurement of well-being. Some of the literature on PT seems to indicate a method and effects whose description is similar to the description of meaning promotion interventions, so PT may be theoretically framed as such an intervention. Nevertheless, there is no empirical research on this potential application of PT. Furthermore, one of the central assumptions of PT is empathy and, although there is already some research into the impact of PT on empathy, these studies focus on very short-term interventions or collected only qualitative data. We investigated whether a 12 session PT intervention has an effect on participants' experience of meaning and empathy. An experimental design with pre-post-test measurements and random distribution of participants in the experimental ($N = 13$) and control ($N = 19$) group was used (randomized controlled trial). Statistically it could not be concluded that the intervention had an effect on the participants. Methodological limitations of this study, theoretical implications on the link between PT, meaning and empathy and preliminary results of the qualitative analysis that is underway are discussed.

Key-words: Playback Theatre; Well-being; Meaning; Empathy

Índice

Lista de Tabelas	iv
Lista de Figuras.....	v
1. Introdução	1
Teatro Playback.....	1
Significado.....	4
Empatia	6
2. Método	9
Participantes.....	9
Instrumentos.....	9
Procedimento	10
3. Resultados.....	13
4. Discussão	16
Referências	22
Anexos.....	26

Lista de Tabelas

Tabela 1. Estudos experimentais e quasi-experimentais sobre os efeitos do Teatro Playback. ...2

Tabela 2. Comparação das médias do grupo de controlo com as do grupo experimental, para as duas variáveis dependentes consideradas.13

Lista de Figuras

- Figura 1. Gráfico com a comparação de médias do grupo de controlo e do grupo experimental entre o pré-teste e o pós-teste para a variável Significado (MES).....13
- Figura 2. Gráfico com a comparação de médias do grupo de controlo e do grupo experimental entre o pré-teste e o pós-teste para a variável Empatia (BES).....14

1. Introdução

Teatro Playback

O Teatro Playback (TP) é um tipo de teatro de improviso, sem guião, que consiste numa cocriação entre os atores e a audiência e acontece tipicamente em contextos comunitários com audiências reduzidas (até 50 pessoas), tendo como objetivo a transformação social (Salas, 1993). São solicitadas aos membros da audiência histórias pessoais narradas na primeira pessoa, que são depois devolvidas por uma equipa de atores, em palco, na forma de representação artística com recurso à expressão corporal e vocal, panos, música e luz. Segundo Jonathan Fox (1999), um dos fundadores do TP, este tipo de teatro não tem agenda pré-definida, não se sabendo o que vai acontecer em cada performance, mas é estruturado por rituais bem definidos. J. Fox explicita que o TP existe num lugar particular onde se encontram e interagem as suas três dimensões constituintes: arte (i.e. sentido estético, expressividade), interação social (i.e. gestão de eventos, atmosfera segura, comunidade), ritual (i.e. regras definidas, ter como objetivo a transformação), sendo que é necessário um cuidadoso equilíbrio destes três aspetos. Este tipo de teatro não é terapia mas é terapêutico e pode atingir alguns dos objetivos da psicoterapia (J. Fox, 2013; Nash & Rowe, 2000; Wooster, 2014). Existe, de facto, alguma investigação empírica que parece apontar neste sentido.

De forma a encontrar todas as publicações de estudos experimentais e quasi-experimentais sobre TP, foi feita uma pesquisa nas ferramentas EBSCO, Web of Science, Scopus e Google Scholar pelas palavras chave “*playback theatre*” seguida de uma pesquisa bibliográfica recursiva nas referências dos resultados encontrados. No total foram identificados 49 documentos (artigos e capítulos de livros). Destes 49 apenas seis são estudos empíricos e experimentais ou quasi-experimentais sobre os efeitos do TP publicados em revistas *peer-reviewed*. Estes estudos encontram-se listados na Tabela 1 e os respetivos resultados indicam potenciais efeitos terapêuticos no TP. Destaca-se o número reduzido de estudos, apenas seis, e somente um ter delineamento com grupo de placebo (Bornmann & Crossman, 2011), sendo que, neste estudo, a intervenção de TP tem duração de apenas um dia. Nos restantes cinco artigos, não existe grupo de controlo. Apesar de se especular que o TP tem efeitos terapêuticos sobre a audiência que assiste a performances, destes seis estudos apenas dois procuram avaliar esses efeitos sobre a

audiência (Bornmann & Crossman, 2011; Yotis, Theocharopoulos, Fragiadaki, & Begioglou, 2017), os restantes quatro procuram avaliar quais os efeitos em participantes que recebem treino de ator de TP (Cheung Ng & Graydon, 2016; Chung et al., 2018; Moran & Alon, 2011; Smigelsky et al., 2016). As intervenções em que os participantes recebem treino de TP são de uma natureza diferente, pois passam, necessariamente, pelos participantes estarem em palco a desempenhar o papel de ator, tendo assim um público alvo mais restrito, por requerer disponibilidade para a exposição em palco. O âmbito de investigação do presente estudo é sobre os efeitos que o TP poderá ter sobre os membros da audiência que assistem ao mesmo.

Tabela 1. Estudos experimentais e quasi-experimentais sobre os efeitos do Teatro Playback.

Autor	Local	N	Contexto	População	Delimitação	Intervenção*	Principais resultados
Bornmann et al. (2011)	EUA	24	Escola	Crianças; Adolescentes	Pré e pós teste com grupo placebo	Assistir a 1 sessão de 1 dia	Redução de níveis de tolerância com a agressão; não se alteraram níveis de empatia
Moran et al. (2011)	EUA	19	Instituição de Saúde Mental	Adultos c/ doença mental grave	Qualitativo (entrevistas) e pré e pós teste	Treino de 10 semanas / 90 min.	Aumento de autoestima, autoconhecimento e empatia; TP potencia <i>recovery</i> de pessoas com doença mental grave
Cheung et al. (2016)	Hong Kong	8	Escola Secundária	Adolescentes	Qualitativo (<i>Interpretative Phenomenological Analysis</i>)	Treino de 30 horas	Treino em TP é um meio para atingir, desenvolver e compreender empatia
Smigelsky et al. (2016)	USA	10	Associação de ex-reclusos	Polícias e ex-reclusos	Pré e pós teste sem controlo	Treino de 2 meses / 20 sessões de 2h	Aumento da capacidade de dar significado a eventos stressantes de vida; aumento de atitudes positivas entre os dois grupos (polícias e ex-reclusos)
Yotis et al. (2017)	Grécia	NA	Instituições de Saúde Mental	Adultos	Qualitativo (estudo de caso)	Assistir	TP pode ser usado para reduzir o estigma social e pessoal para com pessoas com perturbações mentais
Chung et al. (2018)	EUA	18	Instituições	Idosos	Pré e pós teste sem controlo	Treino de 6 semanas / 90 min.	Melhoria do bem-estar emocional; sem alterações nas funções cognitivas

*Intervenção: Treino – intervenção consistiu em formação em TP sendo que os participantes dos estudos representaram em palco as histórias uns dos outros e/ou do público; Assistir – intervenção consistiu em ser membro da audiência de TP com uma equipa de atores formados em TP que representaram as histórias dos participantes

Numa performance de TP, não existem adereços (com exceção de panos) nem cenografia, estão apenas sentados quatro atores no fundo do palco, em bancos ou cadeiras. O condutor, que é o mestre das cerimónias e que guia todo o processo (Salas, 1993), fica de pé, mais próximo da audiência. Apenas o condutor dialoga verbalmente com a audiência, os atores não. Também há

músicos que participam na performance, improvisando e contribuindo para a criação coletiva de toda a equipa. É o condutor que introduz a performance e é o canal de comunicação entre a audiência e os atores, tendo a função de pedir aos membros da audiência para partilharem histórias, que podem simplesmente responder à questão “como é que se estão a sentir aqui-e-agora?” ou narrativas mais elaboradas (Chesner, 2002). Após um membro da audiência fazer uma partilha, o condutor, com a afirmação “vamos ver”, inicia o processo de improvisado e de devolução da representação da história em forma dramática. Os atores, espontaneamente e sem discussão, apenas com base na sua expressão vocal e corporal, tentam captar a essência da história e atuá-la em palco simbolicamente. Após a atuação, os atores imobilizam-se no palco e, em silêncio, olham para o narrador (membro da audiência que contou a história) num gesto simbólico e ritualizado de agradecimento pela partilha. Pode ou não ser devolvida a palavra ao narrador, que tem a oportunidade de comentar e, se desejar, de pedir para que seja corrigido algum aspeto da representação da sua narrativa. Após cada história, o condutor questiona a audiência: “quem tem a próxima história”? É da responsabilidade do condutor a criação de um espaço sagrado, de partilha e de confiança (Chesner, 2002; Nash & Rowe, 2000; Salas, 1993). Entre outras indicações, é importante salientar à audiência que todas as histórias são meritórias de serem contadas, de forma a incitar os presentes a ganharem coragem para partilhar de si e verem interpretações das suas histórias materializarem-se em palco (Salas, 1993).

Um exemplo de uma história, narrada e interpretada no contexto do presente estudo, é de um participante do estudo, o Mário, que recorda algo que se passou 30 anos antes com uma criança, o Rui, com quem trabalhou numa instituição de acolhimento. Destacam-se dois aspetos particulares da sua narração para ilustrar como são levadas a palco as histórias: o Mário refere que o trabalho que desenvolvia na instituição incluía uso de marionetas; e através do seu trabalho com o Rui foi revelado algo que não se sabia sobre esta criança e que era causa de comportamentos agressivos e problemáticos que demonstrava. Após o Mário narrar a sua história, o condutor indica com as palavras “vamos ver” que a história passa para o palco, onde os atores estão sentados a escutar com atenção o que estava a ser narrado. Um dos atores, sem ter discutido com os restantes, avança para o palco levando consigo um pano e ilustra simbolicamente o trabalho de Mário com a criança, simulando com o pano que está a manipular marionetas. Outro ator reconhece a proposta e entra em palco assumindo o papel de Rui, a criança, a brincar com as marionetas, mas de uma forma não literal através de som e movimento.

Perto do fim da história, há outro momento ilustrativo do que é habitual no TP: a personagem Rui acaba ele próprio sendo uma marioneta em palco, com as suas mãos amarradas por panos, como se fossem os fios da marioneta, e com outros atores a manipularem os fios. Esta cena serve para representar um dos aspetos chave narrado por Mário: afinal, há algo que não é responsabilidade do Rui, que lhe é externo, que o leva a comportar-se assim, trazendo um novo nível de compreensão sobre esta história que tinha acontecido 30 anos antes.

Significado

Dentro da investigação da psicologia do bem-estar, tem havido um crescente interesse na dimensão significado. O significado é um constituinte do bem-estar e diversos autores argumentam que é uma variável fundamental para conseguir obter uma mensuração compreensiva do bem-estar mental (Huta, 2013). Segundo Huta, dentro do campo teórico do bem-estar, existem quatro categorias dentro das quais se podem considerar os respetivos constructos: orientações (aquilo que se procura na vida), comportamentos (atividades que se escolhe), experiências (emoções e sensações subjetivas) e funcionamento (modo como uma pessoa funciona, quão longe chegou em termos de habilidades, competências e realização). O significado pode ser considerado em qualquer uma das categorias e, no presente estudo, considera-se o significado enquanto experiência (Huta, 2017). O significado é também enquadrado como uma experiência subjetiva e está mais associado à orientação eudemónica (procura de virtude, crescimento pessoal, excelência e autorrealização) do que à hedónica (procura de prazer e conforto) (Huta, 2017; Huta & Waterman, 2014).

O significado pode ser operacionalizado através de três facetas ou constituintes. A primeira é a coerência e consiste em sentir as atividades e experiências de vida como sendo coerentes entre si, seguindo princípios consistentes, e conseguir que sejam partilhadas de forma a que constituam uma narrativa com sentido (Huta, 2017), sendo ainda possível ver onde encaixam em relação a outros aspetos da vida no geral (Martela & Steger, 2016). Ou seja, a coerência poderá ser entendida como um mapa onde é possível observar como as atividades e experiências de vida se posicionam umas em relação às outras. A segunda faceta é a significância e consiste em sentir que as experiências e atividades são preciosas dentro do contexto do quadro de valores pessoais (Huta, 2017) e que valem a pena ser partilhadas (Martela & Steger, 2016). Se a coerência for ilustrada como sendo um mapa, a significância poderá ser o tesouro que esse

mapa permite encontrar, como tal, será aquilo que dá valor ao mapa. Por fim, a terceira faceta é o propósito ou implicações alargadas e consiste em considerar que há ligações, implicações e relevância naquilo que se faz, em relação a outros aspetos da vida ou mesmo do mundo em geral (Huta, 2017). Se a coerência for o mapa, a significância o tesouro, o propósito poderá ser as considerações sobre as consequências alargadas de usar o mapa para encontrar o tesouro: quem e como irá afetar? Onde? Porquê? Para quê, então, procurá-lo?

Alguns autores elaboram sobre formas de promoção do significado, mas é reduzida a investigação empírica especificamente sobre a eficácia de intervenções para promover esta variável. Huta (2015) refere que para promover significado é necessário focar nas experiências pessoais através do uso intencional de metáforas ou narrativas e que, como o significado é baseado em ligações, contrastes e hierarquias, é necessário “tentar de alguma forma ligar os pontos” (p. 168), ou seja, é necessário encontrar ligações entre as diferentes experiências e atividades de vida pessoais. Shin e Steger (2014) descrevem diferentes formas de promover o significado, incluindo uma em particular que intitulam como “criação de narrativas de vida”, na qual se deve ajudar os indivíduos a reavaliar e reintegrar experiências anteriores, da sua vida, no seu contexto e circunstâncias atuais, procurando tecer “uma narrativa de vida coerente com um tema predominante e central” (p. 96).

Jo Salas (1983), outra das fundadoras do TP, ao explicitar o modo de funcionamento do TP, refere que as histórias são fragmentos das vidas dos narradores, caóticos e apenas meio-compreendidos, sendo que a equipa de artistas recebe a narração, condensa alguns aspetos, expande outros e, sem discussão, apresenta uma peça teatral onde é possível “o narrador da história testemunhar a sua experiência de forma mais cristalizada, clara e coerente” (op. cit., p. 19). Rowe (2005) tenta ilustrar o processo do TP referindo que o passado é irrecuperável e apenas lhe pode ser dado “significado (*signified* no original) através da mediação complexa entre memória e representação” (p. 2). Assim, os atores e narradores, ao co-construir a história, são mediadores do passado, i.e., das narrações que emergem, e, por isso, transformam o significado que é atribuído às narrações.

Alguna literatura sobre TP parece indicar um método e efeitos cuja descrição é semelhante à operacionalização do constructo significado e à descrição de intervenções de promoção desta variável, pelo que o TP poderá ser enquadrado teoricamente como uma intervenção desse tipo. Se, por um lado, para promover o significado, é necessário tecer uma narrativa de vida coerente

(Shin & Steger, 2014), por outro o que o TP apresenta em palco são precisamente experiências pessoais de forma mais cristalizada, clara e coerente (Salas, 1983). Além disso, se, para promover o significado, será necessário “ligar os pontos” das experiências pessoais passadas (Huta, 2015), em TP os narradores e atores são co-construtores das histórias que emergem, atribuindo novos significados ao passado que essas histórias representam (Rowe, 2005). Nesta sequência, argumentamos que o TP poderá ser enquadrado teoricamente como uma intervenção de promoção de significado, no entanto, não existe nenhuma investigação empírica sobre esta sua potencial aplicação. Existe uma publicação que liga estes conceitos mas é uma proposta teórica, fundamentada por um estudo de caso, que propõe a integração de TP com Terapia Narrativa de Michael White (Barak, 2013). Barak argumenta que o TP pode ser visto como um processo de reescrever e refinar a história do narrador, no entanto, o autor refere que a sua proposta consiste numa adaptação livre do TP e não é, efetivamente, TP em si.

Empatia

Um dos pressupostos do TP, e parte integrante do treino de ator de TP, é a escuta ativa e empática. Existe já alguma investigação sobre o impacto do TP na empatia, mas apenas dois estudos (Bornmann & Crossman, 2011; Cheung Ng & Graydon, 2016) são experimentais ou quasi-experimentais (conforme indicado na Tabela 1). A empatia é um constructo multidimensional definido como a capacidade de entender e partilhar o estado emocional de outra pessoa (Pechorro, Jesus, Kahn, Gonçalves, & Barroso, 2018), pelo que se trata de uma competência essencial do ator de TP, que necessita de empatizar com o narrador de forma a compreender e representar a sua história. Rogers (1975) refere que empatia é a capacidade de ouvir as palavras de alguém, discernir o padrão de emoções que está por detrás das palavras e depois, de alguma forma, refletir essa compreensão do que estava a ser comunicado, o que nem sempre é feito apenas por palavras, sendo também importante a comunicação não verbal. O TP poderá ser uma forma de reflexão como postulada por Rogers, porque, a partir da escuta ativa e empática da narração, é devolvida uma representação verbal e não verbal através de uma peça teatral daquilo que foi apreendido, sendo que os atores de TP escutam num nível profundo e procuram, precisamente, o subtexto da história (Floodgate, 2010). Schmid (2001) reflete sobre a filosofia e epistemologia da empatia tentando explorar o que foi definido originalmente por Rogers, argumentando que a empatia é uma competência básica do ser humano que consiste em

uma pessoa se colocar a si própria, sem uma intenção específica, no lugar de um Outro, experienciando o quadro de referência subjetivo do Outro “como se” fosse o seu próprio. É crucial o detalhe de ser “como se”, pois é isso mesmo que distingue a empatia de identificação e de interpretação. O extremo da identificação é ignorar as fronteiras entre si e o Outro, envolvendo-se no mundo do Outro sem noção dos limites. O extremo da interpretação é o julgamento, avaliar o que o Outro pensa, sente ou expressa a partir do próprio quadro de referência. Na identificação ignora-se que existe um Outro, na interpretação desconsidera-se a singularidade do Outro. A empatia coloca-se no meio deste espectro entre identificação e interpretação: é conseguir “ressoar com a melodia do Outro (...) e ser tocado pelo mundo dele sem se dissolver completamente no mesmo” (op. cit., p. 55). Schimd conclui que o conceito de empatia pode ser comparado com o ator que temporariamente entra num papel para o desempenhar sem se perder nesse papel, ou seja, precisamente aquilo que acontece no TP.

Na literatura do TP, Hannah Fox (2007), outra das fundadoras deste tipo de teatro, afirma que o TP “cria empatia na audiência” (p. 93) e que “a cura é trazida pela empatia” (p. 99), pois os membros da audiência, ao ouvir a história do narrador e ao vê-la ser interpretada em palco, emocionam-se, porque se lembram de uma parte das suas próprias histórias, “subitamente sentem-se menos isolados e experienciam interligação (*interconnectedness* no original) humana” (op. cit., p. 99). Salas (1993) refere que o próprio ritual e natureza do TP transmite aos membros da audiência que as suas experiências pessoais são importantes, tão importantes que podem ser usadas para produzir arte, que outras pessoas podem achar essas histórias interessantes, podendo aprender com elas, “criando algo de belo e que pode tocar outros corações” (p. 8).

No estudo experimental de Bornmann e Crossman (2011), que procurou avaliar o efeito do TP na empatia de estudantes do 2º e 3º ciclo, é referido que os atores procuram nas suas memórias por identificação e empatia enquanto, ao mesmo tempo, preservam alguma distância para assegurar uma representação ética e estética da história. A audiência observa esta troca empática, entre o condutor e o narrador, entre o condutor e os atores e, finalmente, entre os próprios atores enquanto representam a história, e será através da expressão artística dos atores na representação que é “internalizada empatia pelo narrador” (op. cit., p. 166). Bornmann e Crossman (2011) parecem ir ao encontro do que argumenta Yalom (2002) quando refere que os psicoterapeutas podem ajudar os seus pacientes a desenvolver empatia e especifica a estratégia para o fazer: basta que os pacientes experienciem a empatia com o psicoterapeuta, para

automaticamente extrapolarem para eles próprios e para as suas relações diárias. Além disso, Yalom afirma, ainda, que a mera experiência de ser profundamente compreendido é, por si só, de um enorme proveito para os pacientes. No entanto, no estudo de Bornmann e Crossman (2011), não foram detetadas diferenças entre o pré-teste e o pós-teste na variável empatia, mas a intervenção consistiu numa única sessão de TP. Cheung Ng e Graydon (2016), por outro lado, realizaram um estudo quasi-experimental (sem controlo) com idosos e uma intervenção de 30 horas, mas a intervenção consistiu no treino de ator de TP e a recolha de dados foi apenas qualitativa. Concluem que o treino em TP poderá estar associado ao aumento de empatia nos atores e argumentam que o TP apresenta uma particularidade na sua forma que poderá explicar o aumento da empatia: a comunicação não verbal na representação estética das histórias. Ao ser representada a história, é criada uma atmosfera em palco através da luz, movimento, música (especificamente melodia e ritmo) e subtileza dos movimentos dos atores (concluem que existe uma sintonização entre o corpo dos atores e a qualidade afetiva das histórias contadas) e isso traduz-se numa comunicação empática não verbal, ou empatia cinestésica, que é apreendida por parte dos narradores das histórias.

Como vimos, o TP pode ser enquadrado teoricamente como uma intervenção promotora de significado. Por outro lado, um aspeto central do TP é a empatia. Já existe alguma evidência sobre o impacto do TP na empatia (Cheung Ng & Graydon, 2016), mas, tanto quanto é do nosso conhecimento, nenhuma investigação, até ao momento, procurou analisar o seu efeito no significado. Assim, este ensaio aleatório controlado tem como objetivo estudar se o TP aumenta a experiência de significado e empatia da audiência.

2. Método

Participantes

Participaram no estudo 32 pessoas, 19 no grupo de controlo e 13 no grupo experimental. Em ambos os grupos, 15% dos participantes eram do sexo masculino (3 no grupo de controlo e 2 no grupo experimental). A média de idades no grupo de controlo foi 29.9 ($DP = 9.5$) e no grupo experimental foi 36.5 ($DP = 13.7$). As idades máximas foram 56 e 58 e as mínimas 20 e 19, respetivamente no grupo de controlo e experimental. O grupo de controlo era constituído por 11 participantes empregados (58%), 2 desempregados (11%) e 6 estudantes (32%); o grupo experimental contou com 12 participantes empregados (92%) e apenas 1 estudante (8%). Relativamente às habilitações literárias, o grupo de controlo teve 7 participantes com 12º ano (37%) e 2 com Licenciatura, Mestrado ou superior (63%) e o grupo experimental 2 pessoas com 12º ano (15%) e 11 com Licenciatura, Mestrado ou superior (85%).

Instrumentos

Para medir o significado, foi usada a Escala de Experiência de Significado (*Meaning Experience Scale*, MES) de Huta e Ryan (2010), versão portuguesa em adaptação. Este instrumento de 12 itens pretende medir o significado enquanto uma experiência subjetiva. É pedido aos participantes que avaliem numa escala de sete pontos (1 = Não, de todo; 7 = Sim, muito) como habitualmente se sentem em relação às suas atividades e experiências, com itens direcionados às três facetas do significado (e.g.: “Tem sentido”, “São algo que posso estimar” “Contribuem para a minha comunidade e para o mundo em geral”). Os resultados de cada participante são obtidos através da média das respostas aos itens, tendo a escala demonstrado bons níveis de consistência interna neste estudo no pré ($\alpha = 0.886$) e pós-teste ($\alpha = 0.977$).

Para a empatia, foi usada a Escala de Empatia Básica, versão breve adaptada (*Basic Empathy Scale*, BES-A) de Jolliffe e Farrington (2006; versão portuguesa adaptada para adolescentes de Pechorro, Jesus, Kahn, Gonçalves e Barroso, 2018) com validação para população adulta a aguardar publicação (Carvalho, Gonzalez, Amarante, Basto-Pereira, & Jolliffe, no prelo). Este instrumento mede as duas dimensões da empatia: afetiva (com três itens, e.g. “Depois de falar com um amigo que está triste geralmente também fico triste”) e cognitiva (com quatro itens, e.g. “Geralmente costumo perceber quando as pessoas estão contentes”). É pedido aos participantes

que classifiquem cada item numa escala de concordância de cinco pontos (1 = Discordo totalmente a 5 = Concordo totalmente). Os resultados de cada participante são obtidos através do somatório das respostas aos itens, tendo a escala demonstrado igualmente níveis de consistência adequados no pré ($\alpha = 0.725$) e pós-teste ($\alpha = 0.738$).

Procedimento

Este estudo foi realizado em parceria pelo dISPArTeatro, grupo de teatro universitário do ISPA – Instituto Universitário e pela Clínica do ISPA. O dISPArTeatro desenvolve há três anos um projeto de pesquisa teatral com recurso ao TP, denominado Projecto Eco, que iniciou o seu percurso com um formador acreditado em TP (pelo Centro Internacional de Teatro Playback), com ensaios semanais, conta com atuações mensais públicas e em diferentes eventos (e.g. congressos, jornadas, encontros), bem como colaboração em alguns projetos de intervenção social (e.g. escolas secundárias e associações de intervenção social). A equipa de dez atores-investigadores que participou neste estudo eram todos membros do Projecto Eco com exceção de um ator, Mestre em Teatro Comunitário e também formador acreditado em TP, que foi convidado para reforço da equipa. Dos restantes membros, três eram psicólogos e os restantes estudantes de psicologia. Um dos psicólogos era psicodramatista e um dos estudantes de psicologia sociodramatista (ambos acreditados pela Sociedade Portuguesa de Psicodrama). Esta equipa de dez atores reunia semanalmente para ensaiar especificamente para as sessões de TP deste projeto, além de frequentarem os ensaios semanais regulares do Projecto Eco.

Após obtenção da aprovação pela comissão de ética do ISPA, foi realizada uma sessão de apresentação aberta ao público em geral e divulgada nas redes sociais do dISPArTeatro e dos membros da equipa, com recurso a um folheto informativo que pode ser encontrado no Anexo A. O projeto foi intitulado “Grupo de Desenvolvimento Pessoal através do Teatro Playback”. Era necessária inscrição *online* para a sessão de apresentação e foram obtidas 87 inscrições, das quais compareceram 64 pessoas. A sessão consistiu na apresentação do dISPArTeatro, do Teatro Playback, do Projecto Eco, do “Grupo de Desenvolvimento Pessoal” (natureza do grupo, horário, duração e calendarização das sessões), dos membros equipa e das condições de participação (foi pedido o pagamento simbólico de €5 aos participantes por cada sessão). Os *slides* utilizados encontram-se no Anexo B. Os participantes foram informados que se tratava de um estudo de investigação psicológica, que podiam desistir do estudo a qualquer momento e

que seria garantida a confidencialidade do conteúdo das sessões e dos dados recolhidos. Também foram informados que os interessados seriam sorteados entre um grupo que iria começar na semana seguinte à sessão de apresentação e um segundo grupo (o de controlo) que só iria acontecer após a conclusão do primeiro. Foram distribuídos, em papel, aos participantes o consentimento informado (Anexo C) e o questionário de pré-teste e pedido aos que desejassem participar no estudo que preenchessem ambos os documentos e os entregassem no final da sessão. Por fim, após terem sido dados 30 minutos para a leitura e preenchimento dos documentos distribuídos, foi feita ainda uma breve demonstração de Teatro Playback, de forma aos participantes tomarem conhecimento do que iria acontecer nas sessões e aberto espaço para questões e dúvidas. No final da sessão de apresentação, inscreveram-se no estudo 48 participantes.

Para realizar a distribuição aleatória dos participantes entre o grupo de controlo e o experimental, os dados de contacto dos participantes foram inseridos numa folha de cálculo e numerados, pela ordem em que foram inseridos, de 1 a 48. Foram depois colocados aleatoriamente nas duas condições experimentais, através da sua codificação (1-48), com recurso à ferramenta online *random.org* (procedimento seguido pode ser encontrado no Anexo D), ficando, assim, constituídos o grupo experimental e o grupo de controlo por 24 participantes cada um. Os participantes do grupo experimental foram informados por e-mail que tinham sido seleccionados para este grupo e chamados a participar na primeira sessão que começaria na semana seguinte. Os participantes do grupo de controlo foram informados também por e-mail que ficariam em lista de espera e seriam chamados para o segundo grupo que iria acontecer após o fim do primeiro. Dois dias antes da primeira sessão, foi também enviada uma mensagem de texto por telemóvel aos participantes do grupo experimental para relembrar da data e horário da primeira sessão de TP.

O grupo experimental participou em 12 sessões de TP, com duração de duas horas, uma por semana, ao longo de três meses e em horário pós-laboral. As sessões decorriam à segunda-feira entre as 20:30 e as 22:30 no Ginásio do ISPA. Cada sessão consistiu numa performance típica de TP, apenas com uma distinção: no final da sessão, eram dados 15 minutos para uma partilha livre, sendo todo o grupo convidado a sentar-se em círculo, com os atores incluídos, e era aberto espaço para partilhar sobre qualquer assunto sem orientação por parte da equipa. As performances de TP consistem num aquecimento de cerca de 15 minutos seguidos de 90

minutos de representação de histórias da audiência, narradas na primeira pessoa pelos próprios participantes. O aquecimento consistia em utilização de técnicas sociométricas ou jogos de teatro simples de forma a tornar o grupo disponível para a narração de histórias no momento seguinte. A representação de histórias era conduzida por um dos membros da equipa, que ocupa o lugar de condutor, convidando os participantes a contarem na primeira pessoa histórias que tivessem acontecido consigo. O condutor, se necessário, fazia perguntas ao narrador para esclarecer as histórias. Quando a história terminava de ser narrada, os atores representavam a história em palco. Era o condutor que indicava qual a forma do TP a utilizar na reprodução de cada história e foram utilizadas as formas habitualmente usadas pelo Projecto Eco, conforme definidas pelos formadores acreditados em TP que deram formação ao Projecto Eco: fluídas, pares, transformação, instantâneos, eco, coro, história em três partes e forma longa.

Dos 24 participantes do grupo experimental, apenas 19 efetivamente iniciaram o grupo, i.e. estiveram presentes em pelo menos uma sessão, sendo que os outros 5 não vieram a nenhuma sessão. Dos 19 que iniciaram o grupo, 3 vieram apenas a 1 sessão e 2 desistiram após 2 sessões. Pelo número reduzido de sessões frequentado, não foi feito *follow-up* a estes 10 *drop-outs* e foram excluídos do estudo. Os restantes 14 participantes estiveram presentes no mínimo em 6 sessões, com frequência média de 9 sessões ($DP = 2$), correspondendo a uma taxa de retenção de 58%. Dos 14 participantes, 3 frequentaram 6 a 7 sessões, 5 frequentaram 8 a 9 sessões e 6 frequentaram 10 a 12 sessões.

Após as 12 sessões, foi enviado por e-mail o questionário de pós-teste aos 14 participantes do grupo experimental e aos 24 do grupo de controlo. Ao grupo de controlo, foram enviadas também mensagens de texto por telemóvel, uma vez que o último contacto com estes participantes tinha acontecido três meses antes. Do controlo, apenas 19 preencheram o questionário correspondendo a uma taxa de retenção de 79%. Um dos participantes do grupo experimental, apesar de ter assistido a 6 sessões, não conseguiu preencher o questionário de pós-teste por questões de saúde não relacionadas com a participação no grupo. Assim sendo apenas considerados 13 participantes no grupo experimental, correspondendo a uma taxa de retenção final de 54%.

3. Resultados

Na Tabela 2, é possível encontrar os resultados do pré-teste e do pós-teste da intervenção realizada relativamente às variáveis Significado (MES) e Empatia (BES). Na Figura 1 e na Figura 2, encontra-se um gráfico com a comparação de *scores* entre o pré-teste e o pós-teste para cada uma das variáveis respetivamente. Verificou-se a ocorrência de itens sem resposta (*missing values*) no pré-teste, uma vez que a recolha foi feita em formato de papel. No total, foram três ocorrências de itens sem resposta e apenas na variável Significado no grupo experimental, que foram preenchidas com a média das respostas do mesmo item do mesmo grupo.

Tabela 2. Comparação das médias do grupo de controlo com as do grupo experimental, para as duas variáveis dependentes consideradas.

	Significado (MES)				Empatia (BES)			
	Pré-teste		Pós-teste		Pré-teste		Pós-teste	
	M	DP	M	DP	M	DP	M	DP
grupo de controlo	5.95	0.80	5.54	1.25	27.63	4.35	28.21	4.84
grupo experimental	5.83	0.78	6.03	0.99	27.08	5.25	29.85	2.85

Notas: *score* do Significado é calculado pela média e varia entre 1 e 7; *score* da Empatia é calculado pelo somatório e varia entre 7 e 35.

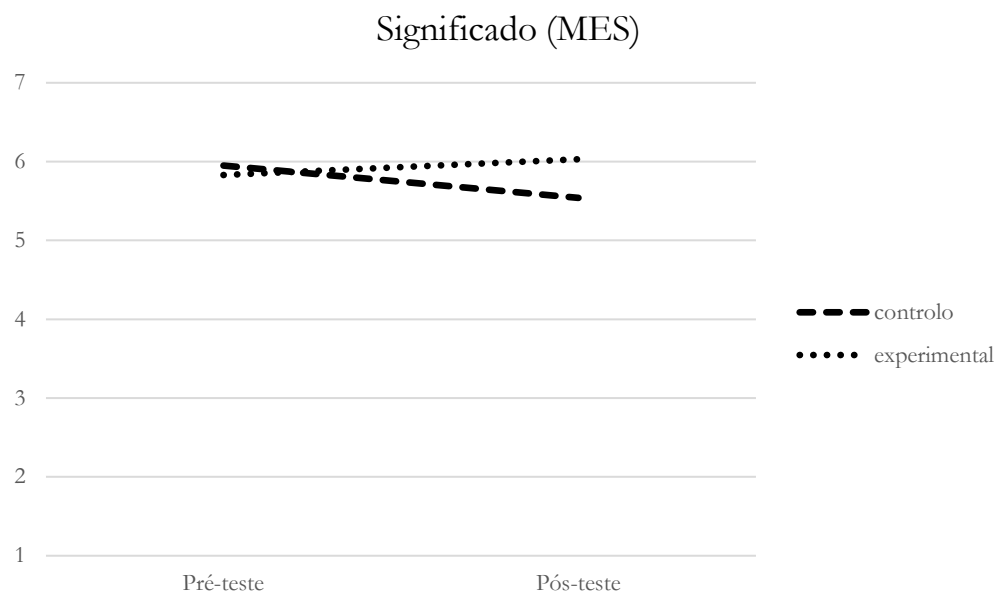


Figura 1. Gráfico com a comparação de médias do grupo de controlo e do grupo experimental entre o pré-teste e o pós-teste para a variável Significado (MES).

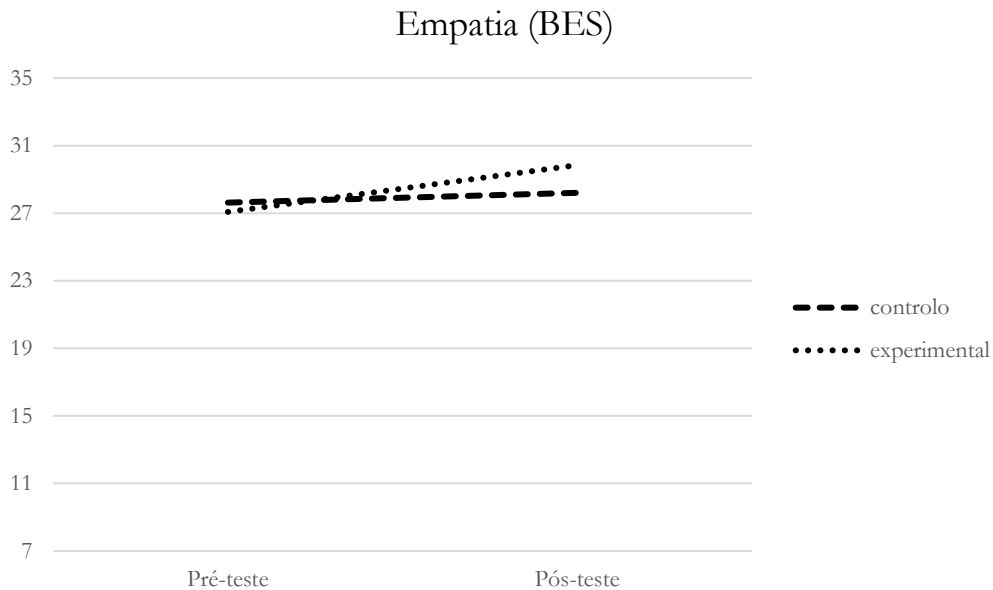


Figura 2. Gráfico com a comparação de médias do grupo de controlo e do grupo experimental entre o pré-teste e o pós-teste para a variável Empatia (BES).

Foi utilizado o SPSS para analisar os resultados da intervenção e começou-se por verificar os pressupostos necessários para aplicação de testes paramétricos: normalidade e homocedasticidade (Marôco, 2007). Foi utilizado teste Shapiro-Wilk para verificar a normalidade da distribuição e o teste de Levene para verificar a homogeneidade das variâncias. A variável Significado, no pré-teste não apresenta distribuição normal no grupo de controlo ($p < 0.001$) mas sim no grupo experimental ($p = 0.772$). No entanto, no pós-teste não segue distribuição normal em nenhum dos grupos ($p < 0.05$). O teste de Levene revela que há homogeneidade de variâncias ($p > 0.05$) em ambos os grupos tanto em pré-teste como em pós-teste. Uma vez que não são verificados os pressupostos para utilização do teste paramétrico, foi realizado o teste não paramétrico para comparação de médias de amostras independentes de Wilcoxon-Mann-Whitney. Este teste indicou não haver diferenças na média da variável Significado no pós-teste ($p = 0.287$). Os *outputs* desta análise encontram-se no Anexo E.

Segundo Marôco (2007), os testes paramétricos são robustos à violação do pressuposto de normalidade desde que as distribuições não sejam extremamente enviesadas ou achatadas, sendo que a violação deste pressuposto tem um efeito reduzido sobre o aumento do erro tipo I (i.e. concluir que há efeitos que de facto não ocorrem na população), mas tem um maior efeito

sobre a potência do teste (i.e. menor probabilidade de concluir que há efeitos significativos na amostra que de facto decorrem na população, ou seja, diminui a sensibilidade do teste). A violação do pressuposto da homogeneidade é mais grave mas, no caso da variável Significado, este pressuposto verifica-se. Assim, foram avaliados os níveis de enviesamento (ou assimetria) e os níveis de achatamento (ou curtose) da variável Significado usando o critério de Kline (2005), citado por Martins, Rosado, Ferreira e Biscaia (2017): módulo da assimetria inferior a 3 e módulo do achatamento inferior a 7. Relativamente à assimetria, verificou-se que é aceitável tanto em pré-teste como em pós-teste para ambos os grupos ($|Sk| < 3$). O achatamento também revelou estar em níveis aceitáveis ($|Ku| < 7$) com exceção do grupo experimental em pré-teste ($Ku = 9.43$). Assim optou-se também por utilizar a ANOVA *two-way* mista sendo o fator intragrupal o tempo (2 níveis: pré e pós-teste) e o fator entre-grupos o tratamento (2 níveis: controlo ou experimental). A interação entre o fator tratamento e o fator tempo não foi significativa, $F(1,29) = 3.502, p = 0.071$. No entanto, uma vez que o valor p é inferior 0.1, optou-se por explorar esta interação em melhor detalhe. Assim sendo, realizou-se uma ANOVA *one-way* em que a variável independente foi o grupo e a covariante o pré-teste. Os resultados revelaram um efeito tendencialmente significativo, com valor p perto de 0.05, com $F(1,29) = 3.261, p = 0.081$. Os *outputs* SPSS desta análise encontram-se no Anexo F.

A variável empatia mostrou seguir distribuição normal em ambos os grupos tanto no pré-teste como no pós-teste ($p > 0.190$) e o teste de Levene indicou haver homogeneidade de variâncias no pré-teste ($p = 0.647$), mas não no pós-teste ($p = 0.025$). Assim, como também não são verificados todos os pressupostos para utilização do teste paramétrico, foi novamente utilizado o teste não paramétrico Wilcoxon-Mann-Whitney que indicou não haver diferenças na média da variável Empatia entre grupos no pós-teste ($p = 0.472$). Os *outputs* utilizados nesta análise encontram-se no Anexo G.

4. Discussão

Apesar do TP poder ser enquadrado teoricamente como uma intervenção promotora de significado e já existir alguma evidência sobre o efeito do TP na empatia, a partir deste ensaio aleatório controlado nada se pode afirmar sobre a potencial utilização do TP enquanto promotor de significado e empatia, uma vez que não se encontraram efeitos significativos da intervenção nas duas escalas utilizadas. Conforme é possível observar na Figura 1 e na Figura 2, ambas as variáveis dependentes em estudo parecem ter um ligeiro aumento do pré-teste para o pós-teste. No entanto, segundo os testes estatísticos, estas diferenças não são significativas, com exceção do significado em que poderá ter um efeito tendencialmente significativo. Assim, a hipótese inicialmente colocada não é confirmada e não se pode afirmar que o TP tem efeito no significado e empatia nos membros da audiência.

Relativamente às limitações metodológicas, considera-se, por um lado, que o tamanho da amostra poderá não ter sido suficiente para conseguir detetar os efeitos de mudança ou, por outro, o número de sessões não tenha sido suficiente para que esses efeitos se fizessem sentir. Outra possibilidade é estarmos perante o efeito de teto, na medida em que os *scores* obtidos para ambas as variáveis em pré-teste são relativamente próximos dos valores máximos das escalas: na escala significado a pontuação máxima é 7 e os valores de pré-teste são $M = 5.95$ (controlo) e $M = 5.83$ (experimental) e, na empatia, a pontuação máxima é 35, sendo os valores de pré-teste $M = 27.63$ (controlo) e $M = 27.08$ (experimental), conforme é possível observar na Tabela 2. Também é possível que o perfil das pessoas que se inscreveram no estudo é de pessoas já por si com inclinação para este tipo de atividades, que poderão ter um elevado nível de experiência de significado e empatia. Assim sendo, será indicado repetir este estudo com uma amostra maior e participantes com perfis mais diversificados, recorrendo a um grupo natural (e.g. grupo de trabalhadores de uma empresa ou uma turma de alunos universitários).

É possível também especular que os resultados deste estudo tenham sido afetados pelos *drop-outs*, em particular pelos 5 participantes que estiveram presentes em pelo menos 1 sessão (2 participantes estiveram em 2 sessões; 3 em apenas 1 sessão). Apesar de ser muito reduzido o número de sessões em que estiveram, assistiram a pelo menos 1 sessão, o que pode ter tido algum impacto na decisão da desistência. Estes *drop-outs* podem ter afetado o balanceamento entre os dois grupos, ou seja, podem ter tornado o grupo experimental e o grupo de controlo menos semelhantes nas características dos participantes, retirando a eficácia da distribuição

aleatória dos mesmos. Além do eventual *follow-up* a estas desistências, existem protocolos estabelecidos para lidar com os participantes ausentes que podiam ter sido incluídos na análise estatística, como a análise *intention-to-treat* em que os *drop-outs* são considerados na análise estatística, apesar de não terem preenchido o formulário pós-teste, através da imputação de valores de substituição (Orkibi & Feniger-Schaal, 2019). Relativamente aos 5 *drop-outs* do grupo experimental: é possível que alguns desses casos tenham sido pessoas interessadas em participar no estudo, mas sem disponibilidade imediata para o primeiro grupo, querendo especificamente ficar na lista de espera, sabendo que o segundo grupo iria decorrer depois do final do primeiro grupo. Levantamos esta hipótese porque na sessão de apresentação foi questionado se, por questões de disponibilidade, era possível escolher o grupo em vez de ser sorteado, ao que receberam uma resposta negativa. Logo de seguida questionaram, uma vez que não tinham disponibilidade para participar no grupo experimental, se era possível, ainda assim, a inscrição no estudo e, depois, caso calhassem no grupo experimental, podiam desistir e não ir às sessões. Isto com o objetivo de “tentarem a sua sorte” para serem colocados no grupo de controlo. Por razões do foro ético, foi necessário à equipa, por um lado, reforçar que podem desistir a qualquer momento do estudo, mas, por outro, também se tentou comunicar que, para a inscrição no estudo, era necessário estar disponível para participar em qualquer um dos grupos: o experimental (que iria tomar início logo na semana seguinte) ou no de controlo (que só iria começar após o fim do primeiro). A solução para este problema passaria por usar um grupo de controlo ativo ou de placebo e não apenas um grupo de controlo de lista de espera. Assim, ambos os grupos poderiam decorrer ao mesmo tempo e a disponibilidade dos participantes não seria um fator. Outra limitação deste estudo que também poderia ser resolvida com um grupo de controlo ativo seria controlar o efeito de expectativa dos participantes, uma vez que ficariam “cegos” relativamente à condição em que foram colocados: tanto os elementos do grupo experimental, como do grupo de controlo teriam igualmente expectativas relativamente ao tratamento recebido.

De notar também que intervenções que promovam dimensões mais associadas à orientação eudemónica, como é o significado, podem não ser detetáveis logo após a intervenção e sim três meses depois em *follow-up*, havendo um “atraso” entre a intervenção e os benefícios (Huta & Ryan, 2010), sendo por isso que se planeia fazer recolha de dados e nova comparação em *follow-up* para o presente estudo. Huta (2013) refere, ainda, que atividades de natureza

eudemónica, como é o caso de atividades que promovam o significado, são por vezes desafiantes e não prazerosas no momento em que decorrem e os eventuais benefícios são apenas sentidos a longo prazo. Por fim, como o grupo de controlo é do tipo lista de espera, irá necessariamente ser feita uma segunda edição desta intervenção para estes participantes poderem ter a oportunidade de usufruir dos potenciais benefícios que esta intervenção possa proporcionar. Na repetição da intervenção, serão incluídos os participantes do grupo de controlo, mas também serão recrutados novos participantes, com o objetivo de alargar a amostra. Será também recrutado um novo grupo de controlo de conveniência (turmas de alunos universitários).

Apesar de não se terem encontrado diferenças nas escalas quantitativas utilizadas, é importante destacar alguns dados qualitativos que também foram recolhidos e estão em análise: 9 entrevistas em profundidade e 1 *focus group* com 10 participantes. Após o fim das sessões, foram convidados pessoalmente todos os 14 participantes para serem entrevistados e participarem no *focus group*. Desses, apenas 10 aceitaram participar e um deles não tinha disponibilidade para o *focus group*. As entrevistas foram realizadas por membros do dISPArTeatro, todos estudantes de psicologia, que não estiveram envolvidos no estudo, seguindo todos um guião uniformizado e tendo um *debriefing* inicial baseado na metodologia de entrevista em profundidade como descrita por Ritchie e Lewis (2003). O *focus group* foi liderado por uma Psicóloga Social com experiência na facilitação de *focus groups*, que também não esteve envolvida no estudo.

Além disso, durante o decorrer das próprias sessões, após cada sessão, foi enviado um questionário baseado no instrumento *Helpful Aspects of Therapy* (Llewelyn, 1988), em que era solicitado a cada participante que respondesse a algumas questões, nomeadamente, como foi para ele/ela a sessão, quais os momentos mais significativos da sessão e, caso tenha narrado uma história, como foi a experiência de a ver representada. No total, foram obtidas 58 respostas de 13 participantes. Com uma breve análise preliminar dos questionários pós-sessão, é já possível encontrar duas unidades temáticas relativas aos constructos psicológicos em estudo. Levantamos a hipótese de que se poderá estar a falar de significado quando os participantes referem no questionário pós-sessão experiências como “a sessão uniu cada pessoa, cada história única numa vivência interligada”; “permitiu-me estabelecer diversas ligações externas e internas”; “encontrei um sentido de continuidade desde a primeira história até à minha”; “ver a minha história representada permitiu-me rever aspetos que não tinha formulado inicialmente”; “as imagens contam mais do que nós conseguimos contar”; “as minhas emoções estavam personificadas, e

consegui vê-las com perspectiva”; “a representação da história amplifica e mostra o movimento do interior” e “dá corpo e movimento ao pensamento interno”. Relativamente à empatia, também parece haver, no questionário de pós-sessão, descrição de experiências relacionadas com este constructo, pois três participantes escreveram diretamente variações da seguinte afirmação: “senti-me reconhecido, compreendido e acolhido”. Outros participantes descrevem ainda: “sinto que as minhas palavras não são mudas, mas sim ouvidas (...) não somos espectadores mas companheiros da mesma viagem”; “as histórias alheias são as nossas histórias também”; “percebemos que temos histórias muito parecidas uns com os outros”; “a emoção do outro é a minha”; “há sempre qualquer coisa que nos une, alguma experiência partilhada que revimos no nosso percurso”; “as histórias de outras pessoas fizeram-me sentir que não estamos sozinhos”; “a representação da história de outra pessoa fez-me viajar no tempo e recordar, sentir, chorar e ‘ver’ a minha história também” e “as histórias dos outros fizeram-me viajar e encontrar a minha história”. No Anexo H, encontra-se a transcrição integral destas respostas seleccionadas. Finalmente, é importante destacar um comentário que foi partilhado oralmente no final da sessão em que foi representada a história de Mário, pelo próprio Mário, relativamente ao seu trabalho com marionetes com crianças e a sua vivência com Rui (descrita na Introdução): “houve compreensão de vários níveis, camadas que a história tem”. Este comentário poderá estar relacionado tanto com significado como com empatia.

Uma das participantes do grupo afirmou, na sua entrevista em profundidade, já ter frequentado psicoterapia psicodramática, mas só com o grupo de TP é que sentiu ter resolvido um tema pessoal: deu um novo significado a um “monstro verde dos ciúmes” que por vezes a assombrava. Colocamos a hipótese de que a razão para a participante ter tido esta experiência subjetiva prende-se com o facto de, em TP, ela ter visto não só o seu “monstro verde” ser representado simbolicamente em palco como outros “monstros verdes” que apareceram, na mesma sessão, noutras histórias. É habitual, em performances, de TP haver um fio condutor que liga, de alguma forma, todas as histórias partilhadas na mesma performance, denominado de *red thread* (Hoesch, 1999), o que pode ter conferido um novo nível de coerência e significância à temática desta participante. Na mesma sessão, surgiu uma história de outro participante que narrou como foi ele próprio infiel e causador do “monstro” e, ainda, outra história sobre poliamor, onde não se concebe a existência do ciúme, o que pode ter trazido novos níveis de compreensão sobre este tema, das suas causas e diferentes perspetivas do mesmo. Este estudo

sugere ser possível atingir novos níveis de significado e empatia através do TP, permitindo entender que não se está sozinho no sofrimento e aceder a aspetos do mundo interior que a palavra e a cognição, por si só, não alcançam.

Uma linha de investigação futura será sobre a ligação entre significado e empatia. Rogers (1971), ao falar do seu trabalho com grupos, refere explicitamente que o foco da sua atenção, o seu modo de fazer escuta ativa, não é sobre os detalhes daquilo que está a ser contado, mas sim no significado que está por detrás do que está a ser dito. Rogers afirma que aquilo a que dá resposta, quando esta é em grupo, é aos significados. Schmid (2001) elabora sobre esta ideia, afirmando que um dos ingredientes essenciais da empatia é a escuta ativa, especificamente prestar atenção ao significado e não apenas ao que é mostrado ou dito. No entanto, ser empático não é imediatamente adivinhar e nomear aquilo que está a ser partilhado, mas sim estar numa procura partilhada pelo significado. Comunicar aquilo que é compreendido é um sinal de compreensão, mas também é um convite para o Outro continuar o seu processo de pesquisa e autoconhecimento. Schmid elabora, ainda, sobre outro ingrediente crítico da empatia, a não-diretividade, afirmando que não há intenção na empatia, apenas se pretende caminhar, em conjunto, em direção ao desconhecido, ao que ainda não se sabe. Nash (2017), numa investigação sobre a segurança da audiência no TP, refere que o TP pode ser caracterizado por acontecer numa modalidade de “incerteza segura”, na medida em que, apesar de não se saber o que é que vai acontecer a cada momento, existe uma segurança criada pelo ritual do TP, precisamente pela intenção dos atores em não serem diretivos. Não são diretivos porque apenas escutam empaticamente e devolvem a história, não como é narrada, mas sim procurando incluir os significados atribuídos pelo narrador à sua própria história. Assim sendo, parece haver uma ligação teórica entre a empatia e o significado que poderá estar presente no TP. O simples atuar em palco aquilo que foi contado é, ao mesmo tempo, uma forma de empatizar (pois não se propõe soluções, apenas se devolve a história) e de encontrar novos significados em conjunto para as histórias, por a representação estética e teatral ser feita com base no significado do que foi contado e trazer consigo novas camadas de compreensão, uma vez que se trata de um mergulho no desconhecido: não se sabia qual era a história, nem se sabia como iria ser representada, mas é assegurado que há uma interligação empática entre todos os envolvidos no processo.

Colocamos a hipótese de que, ao representar no palco as sucessivas histórias do “monstro verde” do ciúme, está a promover-se a empatia por não estarem a ser dadas soluções, mas sim apenas a ser demonstrado verbalmente e não verbalmente o nível profundo de compreensão e valorização dos significados das histórias. E também porque, segundo Yalom (2002), será possível ensinar empatia modelando-a. Por outro lado, ao representar a história de Mário em palco, em que se testemunha a criança com quem Mário trabalhou 30 anos antes simbólica e metaforicamente a ser manipulada como uma marioneta por forças que estão além do seu controlo, está-se a promover o significado, porque, sem recurso à palavra, constroem-se novas imagens e representações do passado. Esta construção é apenas possível por os atores encontrarem o lugar específico que não é nem a identificação nem a interpretação daquilo que foi narrado: empatizam, dispondo-se a caminhar com o narrador, arriscando em direção ao desconhecido, a ressoar com a melodia da história.

Em conclusão, o presente estudo traz contributos teóricos para a utilização do TP como intervenção para a promoção de significado e empatia. Complementar a análise quantitativa com uma análise qualitativa dos resultados da intervenção poderá trazer novas pistas para a utilização do TP como ferramenta de promoção do bem-estar.

Referências

- Barak, A. (2013). Playback theatre and narrative therapy: introducing a new model. *Dramatherapy*, 35(2), 108–119. <https://doi.org/10.1080/02630672.2013.821865>
- Bornmann, B. A., & Crossman, A. M. (2011). Playback Theatre: Effects on students' views of aggression and empathy within a forensic context. *Arts in Psychotherapy*, 38(3), 164–168. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2011.04.004>
- Carvalho, C., Gonzalez, A.-J., Amarante, N., Basto-Pereira, M., & Jolliffe, D. (no prelo). Estudos preliminares das características psicométricas da Escala Básica de Empatia em adultos. *Atas do IX Simpósio Nacional de Investigação em Psicologia. PSICOLOGIA*.
- Chesner, A. (2002). Playback Theater and Group Communication. Em A. Chesner (Ed.), *Creative advances in groupwork* (pp. 40–66). London, England: Jessica Kingsley Publishers.
- Cheung Ng, H., & Graydon, C. (2016). In search of empathy in Playback Theatre: a preliminary study In search of empathy in Playback Theatre: a preliminary study. *Person-Centered & Experiential Psychotherapies*, 15(2), 126–141. <https://doi.org/10.1080/14779757.2016.1172252>
- Chung, K., Lee, E., Tan, J., Teo, D., Lee, C., Ee, S., ... Chee, C. (2018). Effects of Playback Theatre on cognitive function and quality of life in older adults in Singapore: A preliminary study. *Australasian Journal on Ageing*, 37(1), E33–E36. <https://doi.org/10.1111/ajag.12498>
- Floodgate, S. (2010). The Shamanic Actor: Playback Theatre Acting as Shamanism. Obtido de http://www.playbacktheatre.org/wp-content/uploads/2010/04/Floodgate_Shamanism.pdf
- Fox, H. (2007). Playback Theatre: Inciting dialogue and building community through personal story. *The Drama Review: TDR*, 51(4), 89–105. <https://doi.org/10.1162/dram.2007.51.4.89>
- Fox, J. (1999). Introduction. Em J. Fox & H. Dauber (Eds.), *Gathering Voices: Essays on Playback Theatre* (pp. 9–16). New Platz, NY: Tusitala Publishing.
- Fox, J. (2013). The Therapy Question. *Interplay*, 18(2), 29–30. Obtido de https://www.ipn.info/uploads/ipn/201503/20150306_200603_3AG4S7xK1v_f.pdf
- Hoesch, F. (1999). The Red Thread: Storytelling as a Healing Process. Em J. Fox & H. Dauber (Eds.), *Gathering Voices: Essays on Playback Theatre* (pp. 46–66). New Platz, NY: Tusitala Publishing.

- Huta, V. (2013). Pursuing eudaimonia versus hedonia: Distinctions, similarities, and relationships. Em A. S. Waterman (Ed.), *The best within us: Positive psychology perspectives on eudaimonia*. (pp. 139–158). Washington, DC: American Psychological Association.
<https://doi.org/10.1037/14092-008>
- Huta, V. (2015). The Complementary Roles of Eudaimonia and Hedonia and How They Can Be Pursued in Practice. Em Stephen Joseph (Ed.), *Positive Psychology in Practice: Promoting Human Flourishing in Work, Health, Education, and Everyday Life: Second Edition* (pp. 159–182). Hoboken, NJ: Wiley. <https://doi.org/10.1002/9781118996874.ch10>
- Huta, V. (2017). Meaning as a Subjective Experience. *Journal of Constructivist Psychology*, *30*(1), 20–25. <https://doi.org/10.1080/10720537.2015.1119088>
- Huta, V., & Ryan, R. M. (2010). Pursuing Pleasure or Virtue: The Differential and Overlapping Well-Being Benefits of Hedonic and Eudaimonic Motives. *Journal of Happiness Studies*, *11*(6), 735–762. <https://doi.org/10.1007/s10902-009-9171-4>
- Huta, V., & Waterman, A. S. (2014). Eudaimonia and Its Distinction from Hedonia: Developing a Classification and Terminology for Understanding Conceptual and Operational Definitions. *Journal of Happiness Studies*, *15*(6), 1425–1456.
<https://doi.org/10.1007/s10902-013-9485-0>
- Jolliffe, D., & Farrington, D. P. (2006). Development and validation of the Basic Empathy Scale. *Journal of Adolescence*, *29*(4), 589–611.
<https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2005.08.010>
- Llewelyn, S. (1988). Psychological therapy as viewed by clients and therapists. *British Journal of Clinical Psychology*, *27*(3), 223–237. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8260.1988.tb00779.x>
- Marôco, J. (2007). *Análise Estatística com utilização do SPSS*. Lisboa: Edições Sílabo.
- Martela, F., & Steger, M. F. (2016). The three meanings of meaning in life: Distinguishing coherence, purpose, and significance. *Journal of Positive Psychology*, *11*(5), 531–545.
<https://doi.org/10.1080/17439760.2015.1137623>
- Martins, P., Rosado, A., Ferreira, V., & Biscaia, R. (2017). Personal and Social Responsibility among Athletes: The Role of Self-Determination, Achievement Goals and Engagement. *Journal of Human Kinetics*, *57*(1), 39–50. <https://doi.org/10.1515/hukin-2017-0045>
- Moran, G. S., & Alon, U. (2011). Playback theatre and recovery in mental health: Preliminary evidence. *Arts in Psychotherapy*, *38*(5), 318–324. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2011.09.002>

- Nash, S. (2017). Safety, Danger, and Playback Theatre: A survey. Obtido de https://www.iptn.info/uploads/iptn/201710/20171026_023945_vJ3Lx2wSzc_f.pdf
- Nash, S., & Rowe, N. (2000). Safety, Danger and Playback Theatre. *Dramatherapy*, 22(3), 18–20. <https://doi.org/10.1080/02630672.2000.9689558>
- Orkibi, H., & Feniger-Schaal, R. (2019). Integrative systematic review of psychodrama psychotherapy research: Trends and methodological implications. *PLoS ONE*, 14(2), 1–26. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0212575>
- Pechorro, P., Jesus, S., Kahn, R., Gonçalves, R., & Barroso, R. (2018). A Versão Breve da Escala de Empatia Básica numa Amostra Escolar de Jovens Portugueses: Validade, Fiabilidade e Invariância. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, 49(4), 157–169. <https://doi.org/10.21865/RIDEP49.4.13>
- Ritchie, J., & Lewis, J. (2003). *Qualitative research practice: A guide for social students and researchers*. London: Sage.
- Rogers, C. (1971). Carl Rogers Describes His Way of Facilitating Encounter Groups. *The American Journal of Nursing*, 71(2), 275–279. Obtido de <http://www.jstor.org/stable/3421801>
- Rogers, C. (1975). Empathic: An Unappreciated Way of Being by Centre for Studies of the Person. *The Counseling Psychologist*, 5(2), 2–10. <https://doi.org/10.1177/001100007500500202>
- Rowe, N. (2005). *Personal stories in public places: An investigation into Playback Theatre*. (Tese de Doutoramento não publicada). York University, York. Obtido de <http://www.playbacktheatre.org/playbacktheatre/wp-content/uploads/2010/04/Rowe-Personal-Stories-in-Public-Places.pdf>
- Salas, J. (1983). Culture and Community: Playback Theatre. *The Drama Review: TDR*, 27(2), 15–25. <https://doi.org/10.2307/1145490>
- Salas, J. (1993). *Improvising Real Life: Personal Story in Playback Theatre* (20.^a ed.). New York: Tusitala.
- Schmid, P. F. (2001). Comprehension: The art of not knowing. Dialogical and ethical perspectives on empathy as dialogue in personal and person-centred relationships. Em S. H. & T. Merry (Ed.), *Rogers' therapeutic conditions: Evolution, theory and practice. Volume 2: Empathy* (pp. 53–71). Ross-on-Wye, United Kingdom: PCCS Books.

- Shin, J. Y., & Steger, M. (2014). Promoting Meaning and Purpose in Life. Em A. C. Parks & S. M. Schueller (Eds.), *The Wiley Blackwell Handbook of Positive Psychological Interventions* (pp. 90–110). Chichester: Wiley-Blackwell. <https://doi.org/10.1002/9781118315927.ch25>
- Smigelsky, M. A., Neimeyer, R. A., Murphy, V., Brown, D., Brown, V., Berryhill, A., & Knowlton, J. (2016). Performing the Peace: Using Playback Theatre in the Strengthening of Police–Community Relations. *Progress in Community Health Partnerships: Research, Education, and Action*, 10(4), 533–539. <https://doi.org/10.1353/cpr.2016.0061>
- Wooster, R. (2014). Playing at life: The role of play in the prismatic illumination of the self. *Applied Theatre Research*, 2(2), 137–149. https://doi.org/10.1386/atr.2.2.137_1
- Yalom, I. D. (2002). *The gift of therapy: An open letter to a new generation of therapists and their patients*. New York, NY: HarperCollins Publishers.
- Yotis, L., Theocharopoulos, C., Fragiadaki, C., & Begioglou, D. (2017). Using playback theatre to address the stigma of mental disorders. *Arts in Psychotherapy*, 55, 80–84. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2017.04.009>

Anexos

Anexo A – Folheto informativo para divulgação da Sessão de Apresentação	27
Anexo B – <i>Slides</i> utilizados na sessão de apresentação do grupo.....	34
Anexo C – Consentimento informado	39
Anexo D – Procedimento de aleatorização dos participantes.....	41
Anexo E – <i>Outputs</i> do SPSS da análise não paramétrica da variável Significado	42
Anexo F – <i>Outputs</i> do SPSS da análise paramétrica da variável Significado.....	43
Anexo G – <i>Outputs</i> do SPSS da análise da variável Empatia	44
Anexo H – Transcrição das respostas do questionário pós-sessão	45

dISPAR
investigação

CLÍNICA ISPA
PSICOLOGIA

Grupo de Desenvolvimento Pessoal através do Teatro Playback

O que é o dISPAR Teatro?



Grupo de teatro universitário do ISPA - Instituto Universitário com 14 anos de existência



Uma das suas principais vertentes é a pesquisa das ligações entre o teatro e a psicologia



Conta já com dezenas de apresentações em diferentes linguagens e formatos teatrais



O que é o Projecto Eco?

É o projecto de Teatro Playback do dISPAr que conta com...



...dezenas de performances e presença em diferentes eventos

XXIII Encontro da
Adolescência
Núcleo de Estudos do Suicídio

Jornadas da Sociedade
Portuguesa de Psicodrama
Psicanalítico de 2018

VII Seminário Cyberstorm no
Auditório da Casa das
Histórias Paula Rego

[Fotografias](#)



...várias actuações de intervenção social

Liceu Camões

Escola Secundária
Pedro
Alexandrino

CLDS 3G Barreiro
Por Comunidades
Sustentáveis

No Bully Portugal

[Fotografias](#)

[Fotografias](#)



e organização de duas formações em Teatro
Playback (em Coimbra e em Lisboa)

[Fotografias](#)

O que é Teatro Playback?



Consiste na representação improvisada de histórias verdadeiras narradas na primeira pessoa pelo público que assiste à performance



Tem como objectivo último dar voz e expressão a narrativas individuais



O que é o Grupo de Desenvolvimento Pessoal através do Teatro Playback?



Projecto de investigação-ação onde se procura saber quais os efeitos do Teatro Playback



Com sessões semanais que irão decorrer às segundas às 20h30 (2h duração)



Será um grupo fechado de participantes que são convidados a partilhar as suas histórias



Todos os atores e membros da equipa de investigação são psicólogos, educadores ou estudantes de psicologia

O que é preciso para participar?



Estar disponível para participar no grupo semanalmente (podendo desistir a qualquer momento)



Preencher um questionário de avaliação no início e no final e eventualmente ser entrevistado/a



Será pedida uma contribuição de €5 por sessão



Número de vagas é limitado! Os participantes serão sorteados entre os interessados

Quem somos?

Coordenação



António Gonzalez

[DeGóis](#)

Equipa



Andressa Tavares



Beatriz Amaral



Filipa Barroso



Filipa Noronha



Nuno Amarante



Stephanie Macua



Rodrigo Constantino

Consultores científicos



Daniel Sousa

[DeGóis](#)



Hod Orkibi

[LinkedIn](#)



Maria Emilia Marques

[DeGóis](#)



Maria João Gouveia

[DeGóis](#)



Miguel Basto Pereira

[DeGóis](#)



Paulo Martins

[DeGóis](#)



José Marques

[Website](#)



Quando?

Sessão de apresentação 25 de Março

1ª sessão 1 de Abril

2ª sessão 8 de Abril

3ª sessão 15 de Abril

4ª sessão 22 de Abril

5ª sessão 29 de Abril

6ª sessão 6 de Maio

7ª sessão 13 de Maio

8ª sessão 20 de Maio

9ª sessão 27 de Maio

10ª sessão 3 de Junho

11ª sessão 8 de Junho

12ª sessão 17 de Junho

segunda das 20h30 às 22h30

sábado das 10h30 às 12h30

segunda das 20h30 às 22h30

Próximo passo?

Inscreve-te já para a sessão de apresentação!!

Segunda, 25 de Março, às 20h30
no ISPA - Instituto Universitário

Inscrição: www.bit.ly/inscrever-apresentacao

Obrigado!

Contactos

E-mail: dispar.ispa@gmail.com

Facebook: www.m.me/disparteatro



Perguntas Frequentes (1/3)

Se participar no projecto vou ter que fazer teatro?

Não, este projecto não consiste numa formação em Teatro Playback. Os participantes participam partilhando histórias suas na primeira pessoa.

Se for à Sessão de Apresentação tenho que participar no projecto?

Não! A Sessão de Apresentação serve apenas para descobrir mais sobre o projecto antes da decisão de participar. Se tens curiosidade vêm à Sessão de Apresentação, sem qualquer compromisso!

Em que é que vai consistir a Sessão de Apresentação?

Vamos explicar mais a fundo o que vai consistir o projecto, fazer uma demonstração de Teatro Playback.

Perguntas Frequentes (2/3)

Se eu não puder ir à Sessão de Apresentação já não posso participar?

Podes participar sim! Preenche o formulário de inscrição na Sessão de Apresentação, indicando que não podes vir, e depois entramos em contacto contigo.

Em que vão consistir as sessões semanais?

Serão essencialmente performances de playback: partilha de histórias na primeira pessoa e devolução de uma interpretação teatral de cada uma das histórias.

Se faltar a uma sessão não posso participar?

Pedimos a todos os participantes que à partida estejam disponíveis para todas as sessões semanais. No entanto não há problema em faltar. E, claro, podem sair do grupo a qualquer momento.

Perguntas Frequentes (3/3)

O que quer dizer “grupo fechado”?

Quer dizer que ao longo das sessões semanais não irão entrar pessoas novas no grupo, apenas na primeira sessão.

Como vai ser garantida a confidencialidade?

Todos os membros da equipa de investigação estão obrigados à confidencialidade de todos os dados recolhidos e tudo o que for partilhado na sessão.

Onde será a Sessão de Apresentação e as sessões semanais do grupo?

Será tudo no ISPA - Instituto Universitário na Rua Jardim do Tabaco, 34, junto ao Metro de Santa Apolónia.



Grupo de Desenvolvimento Pessoal através do Teatro Playback

O que é o dISPAR Teatro?



Grupo de teatro universitário do ISPA - Instituto Universitário com 14 anos de existência



Uma das suas principais vertentes é a pesquisa das ligações entre o teatro e a psicologia



O que é o Projecto Eco?

É o projecto de Teatro Playback do dISPAr O Teatro Playback...

Consiste na representação improvisada de histórias verdadeiras narradas na primeira pessoa pelo público que assiste à performance

Tem como objectivo último dar voz e expressão a narrativas individuais



Grupo de Desenvolvimento Pessoal através do Teatro Playback

O que é?

Projecto de investigação-ação

Sessões semanais às segundas às 20h30 (2h duração)

É um grupo fechado

Todos somos psicólogos, educadores ou estudantes de psicologia

O que não

é?

Não é uma formação em nenhum tipo de teatro

Os participantes não vão actuar

Não é “aberto ao público”

Não é um grupo de Psicodrama

Quem somos?

Coordenação

António
Conzalez



Equipa

Andressa
Tavares

Beatriz
Amaral

Filipa
Barroso

Filipa
Noronha

Nuno
Amarante

Stephania
Macua

Rodrigo
Constantino

Consultores
científicos

Daniel
Sousa

Hod Orkibi

Maria Emília
Marques

Maria João
Gouveia

Miguel Basto
Pereira

Paulo
Martins

José
Marques

O que é preciso para participar?



Estar disponível para participar no grupo semanalmente (podendo desistir a qualquer momento)



Preencher um conjunto de questionários no início e no final e eventualmente ser entrevistado/a



Ser escolhido através de um sorteio para um dos grupos de intervenção

Quando? (primeiro grupo)

Sessão de apresentação 25 de Março

1ª sessão 1 de Abril

2ª sessão 8 de Abril

3ª sessão 15 de Abril

4ª sessão 22 de Abril

5ª sessão 29 de Abril

6ª sessão 6 de Maio

7ª sessão 13 de Maio

8ª sessão 20 de Maio

9ª sessão 27 de Maio

10ª sessão 3 de Junho

11ª sessão 8 de Junho

12ª sessão 17 de Junho

segunda das 20h30-22h30

sábado das 10h30-12h30

segunda das 20h30-22h30

Quanto?

Será pedida uma contribuição de €5 por sessão



Pago **sessão a sessão: 5 €**



Pago **mês a mês: 15 €** (conjunto de 4 sessões)



Pago no **total: 40€** (12 sessões)

Próximos passos?

**Preencher o conjunto de questionários
que vamos dar de seguida!**

Porquê?

**Sorteio será feito amanhã, terça dia 26,
às 23h59**

Anexo C – Consentimento informado

Estudo dos efeitos de uma intervenção de Teatro Playback

Gostaríamos de o/a convidar a participar numa investigação sobre os efeitos da participação num conjunto de sessões de Teatro Playback. Esta investigação insere-se num conjunto de trabalhos coordenados pelo Prof. Doutor António Gonzalez, numa colaboração com a Clínica ISPA. Por favor leia a seguinte informação e se tiver dúvidas, peça esclarecimentos adicionais.

Objetivo principal do estudo

Acompanhar o percurso de cada participante no grupo de intervenção através do Teatro Playback a partir de um conjunto de instrumentos de avaliação.

O que é que o estudo envolve?

O estudo envolve o preenchimento de um conjunto de questionários antes de se iniciar a participação nas sessões e no seu final, com um tempo expectável para o preenchimento de cerca de 20 minutos. Depois de cada sessão, os participantes receberão via correio electrónico um link para um curto questionário sobre essa sessão (com tempo expectável de preenchimento de 5 minutos). Alguns participantes irão ser convidados para uma entrevista dedicada à forma como está a vivenciar a sua participação. No decorrer de algumas sessões, caso todos os participantes concordem, poderão ser feitas gravações das actuações dos actores, sem que sejam obtidas imagens dos participantes. Os participantes poderão também ser contactados após o fim do conjunto de sessões. Os dados recolhidos poderão ser utilizados em produções científicas (teses, artigos científicos), sendo mantido o anonimato e as condições para que o grupo e as pessoas que nele participam não possam ser identificadas. Os dados serão mantidos confidenciais, através da utilização de códigos em vez de nomes para guardar os questionários. A participação é voluntária e cada participante pode decidir desistir de colaborar no estudo a qualquer altura sem prejuízo dos seus direitos. As sessões terão um custo de 5 euros.

Duração do estudo?

O estudo acompanhará o decorrer da intervenção, que prevê 12 sessões, uma por semana, e contactos ulteriores para avaliação de *follow-up*. É sempre direito do participante terminar a sua colaboração com este projecto em qualquer momento.

Quais as vantagens em aceitar participar no estudo?

Ao participar neste estudo, terá acesso a um conjunto de 12 sessões, num grupo fechado, em que a equipa técnica é formada por um conjunto de pessoas com formação específica na área do Teatro Playback, entre os quais 3 terapeutas inscritos na Ordem dos Psicólogos, dois Sócios da Sociedade Portuguesa de

Psicodrama, um dos quais Didata. Vários estudos sugerem que participar em sessões de Teatro Playback se associa a sentimentos de se sentir escutado e reconhecido, maior bem-estar, entre outras variáveis que se pretende estudar nesta pesquisa.

Existem algumas desvantagens ou riscos em participar do estudo?

Não são expectáveis quaisquer desvantagens nem conhecidos quaisquer riscos associados à participação nesta investigação.

Consentimento Informado

1. Confirmando que li e compreendi a informação acima. Foi-me dada oportunidade de considerar a informação, fazer perguntas e obter respostas satisfatórias.
2. Compreendo que a minha participação é livre e por escolha própria e que poderei abandonar o estudo, sem que os meus direitos sejam afetados.
3. Compreendo que os dados recolhidos neste estudo poderão ser analisados por membros da equipa de investigação e dar origem a produções científicas, nas condições acima descritas. Dou autorização para que os membros da equipa de investigação tenham acesso aos dados.
4. Concordo participar no estudo descrito acima.
5. Concordo que um membro da equipa de investigação me contacte depois de ter terminado a minha participação, para efeitos de seguimento.

Lisboa _____ de _____ de _____

Foi-me entregue uma cópia do Consentimento Informado

Assinatura do participante

Assinatura do membro da equipa de investigação

Anexo D – Procedimento de aleatorização dos participantes

Conforme referido no Procedimento do presente relatório os dados de contacto dos participantes foram inseridos numa folha de cálculo e numerados, pela ordem que foram inseridos na folha, de 1 a 48. Foi utilizada a ferramenta online *random.org* para gerar 24 blocos de 2 números aleatórios inteiros em cada bloco. Os inteiros gerados tinham valor 0 (correspondendo ao grupo de controlo) ou o valor 1 (correspondendo ao grupo experimental). Especificamente a ferramenta utilizada foi o *Random Integer Set Generator* que se encontra no endereço: <https://www.random.org/integer-sets/>. Estas foram as opções seleccionadas:

Step 1: The Sets

Generate set(s) with unique random integer(s) in each.

Each integer should have a value between and (both inclusive; limits $\pm 1,000,000,000$).

The total number of integers must be no greater than 10,000.

Step 2: Display Options

Each set will be printed on a separate line. You can choose from the following extra options:

- Number the sets sequentially
- Use commas to separate the set members
- Sort the members of each set in ascending order

You can select the order in which the sets are printed:

- Print the sets in the order they were generated
- Order the sets by the values that occur in them (in this case, you should also consider sorting the members of each set)

A ferramenta devolveu os 24 blocos com o seguinte formato:

- *Set 1: 0, 1;* - que corresponde a controlo (0) e experimental (1)
- *Set 2: 1, 0;* - que corresponde a experimental (1) e a controlo (0)
- *Set 3: 1, 0;* - que corresponde a controlo (0) e experimental (1)

Os participantes foram depois atribuídos por ordem ao respetivo grupo conforme os números aleatórios gerados pela ferramenta. Neste exemplo, como o primeiro bloco é 0 e 1 (*Set 1: 0, 1*) então o participante 1 fica no grupo de controlo e o participante 2 fica colocado no grupo experimental, da mesma forma, como o segundo bloco é 1 e 0 (*Set 2: 1, 0*) então o participante 3 fica no grupo experimental e o participante 4 no grupo de controlo. Os restantes participantes foram atribuídos assim sucessivamente a cada uma das condições. O website *random.org* não utiliza algoritmos de geração de números que são apenas parcialmente aleatórios (ditos pseudoaleatórios) porque utiliza dados provenientes de ruído atmosférico que permite gerar números verdadeiramente aleatórios.

Anexo E – Outputs do SPSS da análise não paramétrica da variável Significado

Descriptive Statistics

	grupo_cod	Mean	Std. Deviation	N
aM	0	5,9474	,80312	19
	1	5,8284	,77762	13
	Total	5,8990	,78238	32
bM	0	5,5385	1,24643	19
	1	6,0296	,98936	13
	Total	5,7380	1,15803	32

Tests of Normality

	grupo_cod	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
aM	0	,270	19	,001	,724	19	,000
	1	,123	13	,200 [*]	,961	13	,772
bM	0	,193	19	,060	,897	19	,043
	1	,205	13	,141	,792	13	,005

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Test of Homogeneity of Variance

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
aM	Based on Mean	,433	1	30	,515
	Based on Median	,397	1	30	,534
	Based on Median and with adjusted df	,397	1	28,289	,534
	Based on trimmed mean	,465	1	30	,501
bM	Based on Mean	1,477	1	30	,234
	Based on Median	,688	1	30	,413
	Based on Median and with adjusted df	,688	1	27,563	,414
	Based on trimmed mean	1,292	1	30	,265

Hypothesis Test Summary

	Null Hypothesis	Test	Sig.	Decision
1	The distribution of bM is the same across categories of grupo_cod.	Independent-Samples Mann-Whitney U Test	,287 ¹	Retain the null hypothesis.

Asymptotic significances are displayed. The significance level is ,05.

¹Exact significance is displayed for this test.

Anexo F – *Outputs* do SPSS da análise paramétrica da variável Significado

Tests of Within-Subjects Effects

Measure: MEASURE_1

Source		Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	Partial Eta Squared
factor1	Sphericity Assumed	,167	1	,167	,406	,529	,013
	Greenhouse-Geisser	,167	1,000	,167	,406	,529	,013
	Huynh-Feldt	,167	1,000	,167	,406	,529	,013
	Lower-bound	,167	1,000	,167	,406	,529	,013
factor1 * grupo_cod	Sphericity Assumed	1,436	1	1,436	3,502	,071	,105
	Greenhouse-Geisser	1,436	1,000	1,436	3,502	,071	,105
	Huynh-Feldt	1,436	1,000	1,436	3,502	,071	,105
	Lower-bound	1,436	1,000	1,436	3,502	,071	,105
Error(factor1)	Sphericity Assumed	12,305	30	,410			
	Greenhouse-Geisser	12,305	30,000	,410			
	Huynh-Feldt	12,305	30,000	,410			
	Lower-bound	12,305	30,000	,410			

Tests of Between-Subjects Effects

Dependent Variable: bM

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Corrected Model	17,150 ^a	2	8,575	10,182	,000
Intercept	,125	1	,125	,149	,703
aM	15,288	1	15,288	18,153	,000
grupo_cod	2,746	1	2,746	3,261	,081
Error	24,423	29	,842		
Total	1095,154	32			
Corrected Total	41,572	31			

a. R Squared = ,413 (Adjusted R Squared = ,372)

Anexo G – Outputs do SPSS da análise da variável Empatia

Descriptive Statistics

	grupo_cod	Mean	Std. Deviation	N
aB	0	27,6316	4,34883	19
	1	27,0769	5,25137	13
	Total	27,4063	4,66185	32
bB	0	28,2105	4,83711	19
	1	29,8462	2,85325	13
	Total	28,8750	4,17172	32

Tests of Normality

grupo_cod	Statistic	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
aB	0	,120	19	,200*	,949	19	,384
	1	,125	13	,200*	,964	13	,807
bB	0	,152	19	,200*	,932	19	,190
	1	,196	13	,186	,969	13	,888

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Test of Homogeneity of Variance

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
aB	Based on Mean	,214	1	30	,647
	Based on Median	,221	1	30	,641
	Based on Median and with adjusted df	,221	1	27,294	,642
	Based on trimmed mean	,223	1	30	,640
bB	Based on Mean	5,592	1	30	,025
	Based on Median	4,488	1	30	,043
	Based on Median and with adjusted df	4,488	1	28,652	,043
	Based on trimmed mean	5,481	1	30	,026

Hypothesis Test Summary

	Null Hypothesis	Test	Sig.	Decision
1	The distribution of bB is the same across categories of grupo_cod.	Independent-Samples Mann-Whitney U Test	,472 ¹	Retain the null hypothesis.

Asymptotic significances are displayed. The significance level is ,05.

¹Exact significance is displayed for this test.

Anexo H – Transcrição das respostas do questionário pós-sessão

Significado

Foi bastante fluida na forma como os temas foram surgindo, unindo cada pessoa, cada história única, numa vivência interligada.

Permitiu-me estabelecer diversas ligações externas e internas, e recordar várias vivências, através das partilhas efetuadas.

o facto de ter procurado e encontrado um sentido de continuidade desde a primeira história à minha

Foi bom, permitiu-me rever aspectos que não tinha formulado inicialmente.

Vejo palavras transformadas em movimento , e imagens que contam mais do que nos conseguimos contar.

Percebi que estavam em cena as minhas várias emoções personificadas, e consegui vê-las com perspectiva.

A representação amplifica e mostra o movimento do interior

Foi bastante clara e evidente, dando corpo e movimento ao pensamento interno.

Empatia

Senti-me compreendida

fez-me sentir reconhecida e compreendida

Senti-me reconhecida, acolhida

Talves pela primeira vez sinto que tambem as minhas palavras não são mudas, mas sim ouvidas. E a partilha é mesmo uma partilha, não somos espectadores mas companheiros da mesma viagem

As histórias alheias são as nossas histórias também.

As sessões oferecem clareza, desconstrução de ideias concebidas e união entre as pessoas, pois facilmente nos identificamos e percebemos que temos histórias muito parecidas uns com os outros.

A historia de M. - film/abraço- e sua emoção, que é a minha.

há sempre qualquer coisa que nos une, alguma experiência partilhada que revimos no nosso percurso, seja pessoal ou pessoal.

senti-me identificada com as histórias de outras pessoas o que me fez sentir que não estamos sozinhos.

A última história de partida de um ente querido. A sua representação fez-me viajar no tempo e recordar, e sentir, e chorar e "ver" a minha história também. Foi uma catarse e uma "limpeza"

Todas as histórias foram importantes para mim (apesar de não me lembrar do seu conteúdo), pois fizeram me viajar e encontrar com os meus pais e questionar uma serie de coisas que me atormentam! Foi uma enorme catarse toda a sessão e tinha a sensação que naquele dia não ia conseguir parar de chorar, pela emoção de tudo o que estava a viver.
