

TEATRO DAS EMOÇÕES

Raquel Páscoa da Veiga Frade Santana
Pedro Alexandre Páscoa da Veiga Frade

Universidade São Lucas Ji-Paraná - UNISÃO LUCAS - RO

Área: Ciências Humanas

Introdução: A disciplina de relações interpessoais visa a aplicação de dinâmicas que promovam a compreensão do comportamento humano, assim como o desenvolvimento de habilidades na relação com o outro, sobretudo, a empatia. Entre os vários conteúdos abordados, destaca-se a temática das emoções, sendo que as emoções são naturalmente inerentes a todos os seres humanos. Levanta-se, então, a seguinte problemática: será que existe uma carta-resposta para as emoções? Entender como devo responder à emoção sentida pelo outro pode ser a chave para uma sociedade mais justa e menos conflituosa; contribuindo, assim, para o desenvolvimento da inteligência emocional. **Objetivo(s):** Compreender a carta-resposta das emoções. **Métodos ou Relato de Experiência:** Primeiramente, para alcançar o objetivo proposto, utiliza-se, como método, a revisão bibliográfica, a partir da leitura de livros e artigos sobre as emoções, no âmbito científico da psicologia. Posteriormente, sugere-se a visualização do filme “Divertidamente”. Por fim, aplica-se a dinâmica do teatro das emoções. De que forma? De acordo com a ciência psicológica, tendo em consideração o modelo da Terapia Focada nas Emoções, existem quatro emoções primárias, nomeadamente, a alegria, a tristeza, a raiva e o medo. Assim, para o teatro das emoções, é necessário que quatro acadêmicos representem, cada um, voluntariamente, uma emoção. Juntam-se mais dois acadêmicos voluntários para cada emoção: um, representando a carta-resposta certa, outro, representando a carta-resposta errada. O enredo é criado pelos próprios acadêmicos que irão representar. Qual a carta-resposta certa? Alegria – Partilha, Tristeza – Compaixão, Raiva – Respeito e Medo – Proteção. Após a encenação pede-se ao público, ou seja, aos demais acadêmicos, ainda sem saberem qual a carta-resposta certa, qual o acadêmico que representou a carta-resposta certa, devendo explicar o porquê da sua escolha. Ao final o professor diz quem representou a carta-resposta certa, explicando o porquê e como lidar com cada uma das emoções. **Resultados/Discussão:** Através da aplicação do teatro das emoções é possível dar espaço aos acadêmicos para expressarem e visualizarem o comportamento emotivo, reconhecendo a natureza das emoções e como lidar com elas. O feedback dos acadêmicos tem sido surpreendente. Exaltam-se com as suas próprias emoções e vibram com as emoções dos outros, reconhecendo a importância da vivência das emoções, descobrindo-se como pessoas capazes de criar, interpretar e representar, compreendendo, de forma prática, que cada emoção pede, de nós, uma resposta concreta. **Considerações Finais:** Sabendo que existe uma ciência das emoções, orientam-se atitudes e promove-se o desenvolvimento de habilidades que visam melhorias significativas do comportamento humano, principalmente, no âmbito das relações interpessoais, vitais para todos os seres humanos. Assim, através da compreensão dos princípios básicos das emoções primárias, ou seja, entendendo a carta-resposta das emoções, abre-se a possibilidade, de, aos poucos, melhorar os vínculos entre as pessoas e, conseqüentemente, o mundo.

Palavras-chave: Emoções. Relações interpessoais. Teatro.