


TEATRO DO OPRIMIDO: UM ENSAIO TEÓRICO-REFLEXIVO CONTRIBUINDO PARA A PRÁTICA EM SAÚDE MENTAL

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.5171125050311>

Data de aceite: 21/07/2025

Andréia Jorge da Costa

<http://lattes.cnpq.br/0558281285196141>

André Jorge da Costa

<http://lattes.cnpq.br/3444909103540417>

Janaína Loureiro da Costa

<http://lattes.cnpq.br/0271042027176982>

Inez Silva de Almeida

<http://lattes.cnpq.br/3292430837672130>

Vinicius Rodrigues de Souza

<http://lattes.cnpq.br/1881334741183215>

Giuliana de Almeida Napoletano

RESUMO: O Teatro do Oprimido, criado pelo dramaturgo brasileiro Augusto Boal nos anos 1970, utiliza o teatro como uma ferramenta de diálogo, empoderamento e transformação social. É uma metodologia que está atrelada ao pensar de Paulo Freire, à medida que sugere transformações para a vida em sociedade que proporcionem quebrar barreiras sociais. O Teatro do Oprimido se relaciona ainda com as experiências freireanas, a partir de suas práticas libertadoras, pois possui a intenção da libertação do opressor, através do

processo dialógico e da Pedagogia do Oprimido. O Teatro do Oprimido prevê o uso de técnicas teatrais que favoreçam que a imaginação e criatividade, elementos fortes da ação teatral, possibilitem aos participantes a integração de uma abordagem humanista e coletiva no apoio à saúde mental. O objetivo deste artigo foi discutir as potencialidades do Teatro do Oprimido na área de saúde mental como ferramenta de apoio emocional e transformação social. Metodologia: Trata-se de um estudo teórico-reflexivo sobre o Teatro do Oprimido e suas contribuições na saúde mental, pautado nas discussões de Augusto Boal e embasado nas proposições do teórico Paulo Freire. Concepções Teóricas: O Teatro do Oprimido e suas técnicas proporcionam não apenas uma experiência estética e criativa, mas também uma oportunidade de transformação pessoal e social; A Conexão entre Teatro do Oprimido e Saúde Mental oferece uma abordagem única e eficaz para o cuidado, combinando expressão artística, autoconhecimento e apoio social em um processo transformador; O Teatro do Oprimido como espaço de acolhimento contribui para uma sensação de pertencimento e solidariedade, aspectos fundamentais para o bem-estar emocional

e a superação de dificuldades; O Teatro do Oprimido e a Ressignificação de Experiências Dolorosas e Traumáticas é outro benefício dessa prática terapêutica. Considerações Finais: o Teatro do Oprimido reafirma-se como uma prática promissora e relevante para a saúde mental, com o potencial de promover transformações pessoais e sociais significativas, contribuindo para a construção de uma sociedade mais empática e consciente.

DESCRIPTORES: Saúde mental; Terapias complementares; Arte.

THEATRE OF THE OPPRESSED: A THEORETICAL-REFLEXIVE ESSAY CONTRIBUTING TO MENTAL HEALTH PRACTICE

ABSTRACT: The Theater of the Oppressed, created by Brazilian playwright Augusto Boal in the 1970s, uses theater as a tool for dialogue, empowerment, and social transformation. It is a methodology that is linked to the thinking of Paulo Freire, as it suggests transformations for life in society that help break down social barriers. The Theater of the Oppressed is also related to Freire's experiences, based on its liberating practices, as it aims to liberate the oppressor through the dialogic process and the Pedagogy of the Oppressed. The Theater of the Oppressed foresees the use of theatrical techniques that favor imagination and creativity, strong elements of theatrical action, enabling participants to integrate a humanistic and collective approach in supporting mental health. The objective of this article was to discuss the potential of the Theater of the Oppressed in the area of mental health as a tool for emotional support and social transformation. Methodology: This is a theoretical-reflective study on the Theater of the Oppressed and its contributions to mental health, based on the discussions of Augusto Boal and the propositions of theorist Paulo Freire. Theoretical Concepts: The Theater of the Oppressed and its techniques provide not only an aesthetic and creative experience, but also an opportunity for personal and social transformation; The Connection between Theater of the Oppressed and Mental Health offers a unique and effective approach to care, combining artistic expression, self-knowledge and social support in a transformative process; The Theater of the Oppressed as a welcoming space contributes to a sense of belonging and solidarity, fundamental aspects for emotional well-being and overcoming difficulties; The Theater of the Oppressed and the Resignification of Experiences of painful and traumatic experiences is another benefit of this therapeutic practice. Final Considerations: The Theater of the Oppressed reaffirms itself as a promising and relevant practice for mental health, with the potential to promote significant personal and social transformations, contributing to the construction of a more empathetic and conscious society.

DESCRIPTORS: Mental Health; Complementary Therapies; Art.

INTRODUÇÃO

O Teatro do Oprimido, criado pelo dramaturgo brasileiro Augusto Boal nos anos 1970, é uma metodologia que utiliza o teatro como uma ferramenta de diálogo, empoderamento e transformação social. Com raízes em práticas teatrais voltadas para a intervenção social e inspiradas nos ideais do Teatro Épico de Bertolt Brecht, esse movimento buscou transformar os espectadores em protagonistas de suas próprias histórias, promovendo a autonomia e a consciência crítica (Barbosa, 2017).

As técnicas como o Teatro-Fórum, Teatro-Imagem e Teatro-Jornal, o Teatro do Oprimido, permitem que indivíduos explorem e questionem situações de opressão, com o intuito de criar espaços de reflexão e mudança (Boal, 2009). Na área de saúde mental, essa prática se destaca como um método inovador de apoio terapêutico, permitindo que os participantes expressem emoções e ressignifiquem experiências dolorosas ou desafiadoras em um ambiente de colaboração e acolhimento. Ao fomentar a participação ativa, o Teatro do Oprimido se apresenta como um recurso poderoso para o desenvolvimento do bem-estar pessoal, oferecendo um espaço no qual os indivíduos podem explorar seus sentimentos e vivências de maneira coletiva (Crusoé, Brito; 2018).

É uma metodologia que está atrelada ao pensar de Paulo Freire, à medida que sugere transformações para a vida em sociedade que proporcionem quebrar barreiras sociais. O Teatro do Oprimido se relaciona ainda com as teorias freireanas, a partir de suas práticas libertadoras, pois possui a intenção da libertação do opressor, através do processo dialógico e da Pedagogia do Oprimido (Canda, 2012). Essa pedagogia é uma abordagem atual que transcende o tempo, possuindo originalidade, singularidade e permanente capacidade de transformação, reconhecendo que o ato de conhecer e de pensar está diretamente ligado à relação com o outro (Muhl, 2021). A metodologia do Teatro do Oprimido prevê o uso de técnicas teatrais que favoreçam que a imaginação e criatividade, elementos fortes da ação teatral, possibilitem aos participantes a integração de uma abordagem humanista e coletiva no apoio à saúde mental (Crusoé, Brito; 2018).

O conceito de saúde mental é amplamente compreendido como um estado de bem-estar emocional, psicológico e social, que influencia a forma como uma pessoa lida com o estresse da sua rotina, se relaciona com outras pessoas e faz suas escolhas. A Organização Mundial da Saúde (OMS) define saúde mental como um estado em que o indivíduo percebe suas próprias habilidades, consegue lidar com os conflitos normais do cotidiano, trabalha produtivamente e contribui para a sua comunidade (Joca; Nobre; Silva, 2019). Esse estado de bem-estar vai além da ausência de transtornos mentais, englobando aspectos de equilíbrio emocional, resiliência e satisfação com a vida. No entanto, desafios emocionais e psicológicos, como ansiedade, depressão, e traumas, são cada vez mais comuns na sociedade e a busca por abordagens que promovam a qualidade de vida no campo da saúde mental tem se intensificado (Amorim; Lima, 2021).

A importância do Teatro do Oprimido para a saúde mental está em sua capacidade de atuar como uma via de expressão e reflexão para aqueles que vivenciam o sofrimento psíquico, frequentemente enfrentando desafios relacionados à estigmatização e ao isolamento. O envolvimento em práticas teatrais permite que as pessoas desenvolvam autoestima e confiança, além de estabelecerem um espaço de segurança para a autoexpressão e fortalecimento pessoal. Também conhecidas como terapias criativas, essas práticas envolvem o uso de atividades artísticas como música, dança, artes visuais

e teatro, a fim de ajudar os indivíduos a explorarem emoções que podem ser difíceis de acessar e comunicar verbalmente (Paro; Silva, 2018).

Seguindo nesta linha, um questionamento básico emerge ao refletir sobre a temática: como o Teatro do Oprimido pode contribuir no campo da saúde mental brasileira? Na tentativa de desenvolver a reflexão acerca dessa temática, o objetivo deste artigo foi discutir as potencialidades do Teatro do Oprimido na área de saúde mental como ferramenta de apoio emocional e transformação social.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo teórico-reflexivo sobre o Teatro do Oprimido e suas contribuições na saúde mental, pautado nas discussões de Augusto Boal e embasado nas proposições do teórico Paulo Freire.

CONCEPÇÕES TEÓRICAS

O Teatro do Oprimido e suas técnicas

O Teatro do Oprimido surgiu em um contexto de resistência e busca pela transformação social. Em meio à repressão política e social da época, especialmente nos países da América Latina, Boal viu no teatro uma ferramenta capaz de promover a conscientização e o empoderamento das comunidades oprimidas (Santos; Schutz, 2019).

Ele propôs uma abordagem teatral que não apenas representasse a realidade, mas que também possibilitasse uma intervenção ativa nela. Inspirado pelo Teatro Épico de Bertolt Brecht e pelas teorias pedagógicas de Paulo Freire, Boal desenvolveu uma metodologia que buscava mobilizar os espectadores para que assumissem o papel de protagonistas de suas próprias histórias, transformando-os em “espect-atores”, uma combinação de espectador e ator, onde o público é convidado a atuar nas cenas e a propor alternativas para os problemas apresentados (Amorim; Lima, 2021).

O Teatro Épico de Brecht influenciou Boal, principalmente na forma de encarar o teatro como um espaço de questionamento e crítica social. Brecht defendia que o teatro deveria fazer com que o público pensasse sobre a realidade e sobre as relações de poder ao seu redor, uma perspectiva que Boal adotou e adaptou em sua metodologia. Já Paulo Freire, pedagogo brasileiro que defendia a educação como um processo de conscientização e emancipação, inspirou Boal com a ideia de que as pessoas podem e devem questionar e modificar o seu próprio contexto social. Assim, Boal transformou o teatro em um espaço onde o público, muitas vezes composto por comunidades marginalizadas, poderia expressar suas angústias, discutir suas opressões e ensaiar soluções para suas problemáticas (Santos, 2016).

Boal desenvolveu várias técnicas dentro do Teatro do Oprimido, cada uma delas com objetivos específicos, mas todas voltadas para a construção da consciência crítica e o fortalecimento individual e coletivo. Uma das técnicas mais conhecidas é o Teatro-Fórum, que consiste na encenação de uma situação de opressão, seguida pela abertura para que o

público intervenha (Santos; Schutz, 2019). Neste modelo, os espectadores são convidados a sugerir alternativas, interromper a peça e substituir os personagens para experimentar as ações sugeridas. Isso permite que a plateia teste diferentes abordagens para resolver a situação de opressão, criando um espaço de reflexão e experimentação coletiva (Carvalho; Gallo, 2021). O Teatro-Fórum é uma prática de democratização do teatro, em que todos podem vivenciar e modificar as histórias encenadas, desenvolvendo, assim, habilidades críticas e reflexivas. Habilidades, essas, também propostas por Freire (Amorim; Lima, 2021).

Outra técnica central no Teatro do Oprimido é o Teatro-Imagem, que explora a comunicação não verbal para expressar sentimentos, pensamentos e situações de opressão. No Teatro-Imagem, os participantes usam o corpo para criar representações visuais de situações ou emoções, formando “imagens” que traduzem simbolicamente suas experiências ou vivências (Amorim; Lima, 2021). Essa técnica é especialmente poderosa para pessoas ou grupos que encontram dificuldades em expressar verbalmente seus sentimentos, pois oportuniza a comunicação de ideias e emoções complexas por meio do movimento corporal e da expressão física. Boal considerava o Teatro-Imagem como uma atividade fundamental para que os indivíduos aprendam a reconhecer e interpretar seus próprios sentimentos, além de criar um espaço onde é possível observar e questionar essas emoções em um ambiente seguro e colaborativo (Paro; Silva, 2018).

O Teatro-Jornal é outra técnica significativa dentro do Teatro do Oprimido. Essa prática envolve a transformação de notícias e eventos do cotidiano em peças teatrais. A ideia é trazer temas da realidade como injustiças sociais, corrupção, ou desigualdades para o palco, traduzindo-os em cenas que incentivem a reflexão crítica e a discussão. O Teatro-Jornal é um método de conscientização que aproxima o teatro dos espectadores, usando temas familiares para promover a empatia e a reflexão crítica. Essa técnica ajuda o público a compreender questões complexas que muitas vezes passam despercebidas ou são ignoradas pela sociedade, permitindo que eles vejam esses temas sob uma nova perspectiva (Amorim; Lima, 2021).

Para Boal, o Teatro do Oprimido não era apenas uma forma de arte, mas uma “arma” para que os oprimidos pudessem lutar contra suas opressões. Ele acreditava que o teatro poderia capacitar as pessoas a identificarem as causas de suas dificuldades e explorarem alternativas para superá-las. Ao longo das décadas, o Teatro do Oprimido tem sido amplamente utilizado em diversos contextos sociais e políticos, desde movimentos comunitários em favelas até intervenções em ambientes educacionais e de saúde mental. A metodologia se expandiu e se consolidou internacionalmente como uma prática transformadora, sendo adaptada para diferentes culturas e situações (Santos, 2016).

Assim, as técnicas do Teatro do Oprimido proporcionam não apenas uma experiência estética e criativa, mas também uma oportunidade de transformação pessoal e social. Elas oferecem um espaço onde as pessoas podem experimentar formas alternativas de lidar com suas questões e desenvolver uma visão crítica sobre suas próprias vidas e o mundo ao seu

redor (Santos, 2019). O Teatro do Oprimido, com suas raízes de resistência e libertação, consoante aos princípios de Paulo Freire, continua sendo uma poderosa ferramenta de expressão e mudança, incentivando as pessoas a não apenas assistir ao teatro, mas a participar ativamente dele e, por extensão, de suas próprias histórias (Paro; Silva, 2018).

Conexão entre Teatro do Oprimido e Saúde Mental

O Teatro do Oprimido, enquanto metodologia que alia expressão artística e transformação social, apresenta-se como uma prática valiosa no campo da saúde mental, proporcionando um ambiente terapêutico e colaborativo onde os participantes podem abordar e ressignificar suas experiências emocionais. Ao oferecer um espaço de acolhimento e escuta, o Teatro do Oprimido facilita a expressão de emoções e a construção de uma visão crítica sobre situações opressivas que podem influenciar a saúde mental das pessoas. Por meio de técnicas como o Teatro-Fórum e o Teatro-Imagem, essa metodologia incentiva a autonomia e a exploração de novas perspectivas, promovendo o desenvolvimento da autoestima e a compreensão das próprias vivências (Santos; Schutz, 2019).

No contexto terapêutico, o Teatro do Oprimido é fundamentado em princípios que promovem a inclusão e o respeito à subjetividade de cada participante (Joca; Nobre; Silva, 2019). O Teatro-Fórum, uma de suas técnicas mais aplicadas, permite que os indivíduos encenem e modifiquem histórias que refletem opressões reais ou simbólicas, transformando a platéia em agentes ativos que propõem soluções alternativas e assumem o papel dos personagens (Santos, 2016).

Esse processo não apenas fortalece a confiança dos participantes ao permitir que eles ensaiem diferentes respostas a situações desafiadoras, mas também oferece uma oportunidade de observação e reflexão crítica sobre as próprias reações emocionais. Estudos apontam que a prática de Teatro-Fórum em grupos terapêuticos pode resultar em significativas reduções nos níveis de ansiedade e estresse, promovendo uma visão mais equilibrada dos próprios problemas e melhorando a capacidade de resolução de problemas (Paro, Silva 2018).

De acordo com Santos (2016), a técnica do Teatro-Imagem, que explora a comunicação não verbal por meio da criação de imagens corporais, é outra abordagem valiosa para a saúde mental. Essa prática permite que os participantes expressem sentimentos e situações de maneira simbólica, sem a necessidade de verbalização imediata, o que é particularmente útil para aqueles que encontram dificuldades em falar abertamente sobre suas emoções. A construção de imagens facilita o acesso a conteúdo inconscientes e ajuda os indivíduos a visualizarem suas emoções e a interpretá-las em um espaço seguro.

Ao serem confrontados com imagens que representam seus próprios conflitos, os participantes conseguem identificar e elaborar sentimentos, promovendo o autoconhecimento e o reconhecimento de padrões de comportamento. Pesquisas demonstram que o Teatro-

Imagem é uma ferramenta poderosa para trabalhar traumas e dificuldades emocionais, pois permite que o indivíduo processe experiências dolorosas por meio da observação e do contato com imagens simbólicas, o que facilita a ressignificação dessas experiências (Amorim; Lima, 2021).

Outro aspecto importante do Teatro do Oprimido é seu papel na construção de redes de apoio social e comunitário. Ao ser praticado em grupo, o Teatro do Oprimido fomenta o sentimento de pertencimento e solidariedade entre os participantes, fortalecendo laços de confiança e compreensão mútua. As atividades coletivas de expressão ajudam a reduzir o isolamento e promovem uma rede em que se sentem valorizados e compreendidos (Joca; Nobre; Silva, 2019).

Esse processo, que é fundamental para a saúde mental, contribui para a redução de sentimentos de solidão e marginalização. Teorias como a de Yalom, que destacam a importância do apoio grupal e da troca no contexto terapêutico, reforçam a eficácia do Teatro do Oprimido para fortalecer a resiliência emocional e a capacidade de enfrentamento (Paro; Silva, 2018).

Pesquisas contemporâneas que analisam o impacto do Teatro do Oprimido na saúde mental apontam para diversos benefícios dessa metodologia em contextos de saúde emocional. Um estudo realizado com grupos terapêuticos em comunidades vulneráveis demonstrou que os participantes que praticaram técnicas de Teatro do Oprimido relataram aumento na autoestima, melhora na expressão emocional e maior capacidade de empatia com os outros (Santos; Schutz, 2019).

Além disso, observaram-se reduções nos níveis de estresse e sintomas de depressão, principalmente naqueles que se sentiam isolados ou enfrentavam dificuldades em interações sociais. Esses resultados refletem a importância das intervenções integrativas e comunitárias, que promovem um olhar holístico sobre a saúde mental e reconhecem o valor do ambiente social para o bem-estar psicológico (Paro; Silva, 2018).

O Teatro do Oprimido também é reconhecido como uma prática que contribui para a transformação pessoal e coletiva, ao possibilitar que os participantes reflitam criticamente sobre suas vivências e explorem novos modos de agir e interpretar o mundo. Essa transformação é impulsionada pelo fato de que, ao encenar situações de opressão e propor alternativas, os participantes desenvolvem habilidades de enfrentamento e de resolução de problemas, o que é essencial para a saúde mental. A prática do Teatro do Oprimido permite que as pessoas se reconectem com seu potencial de ação e transformação, promovendo a autonomia e a sensação de controle sobre suas próprias vidas. Essa abordagem é amplamente compatível com as teorias de Paulo Freire, que defendem a importância da autonomia e da capacidade de decisão para a promoção do bem-estar emocional (Amorim; Lima, 2021).

Em conclusão, o Teatro do Oprimido oferece uma abordagem única e eficaz para o cuidado em saúde mental, combinando expressão artística, autoconhecimento e

apoio social. A criação de um ambiente seguro onde os indivíduos podem externalizar emoções, interagir com os outros e explorar novas formas de enfrentar desafios contribui significativamente para o fortalecimento emocional e social.

O Teatro do Oprimido como espaço de acolhimento

O impacto emocional proporcionado pelo Teatro do Oprimido é uma das contribuições mais significativas dessa prática para a saúde mental. Durante as atividades teatrais, os participantes encontram um espaço de acolhimento onde podem explorar suas emoções de maneira segura e simbólica. Técnicas como o Teatro-Fórum e o Teatro-Imagem facilitam a expressão de sentimentos complexos e, muitas vezes, reprimidos, promovendo uma liberação emocional importante para o bem-estar. Ao encenarem situações de conflito e opressão, os participantes conseguem identificar e processar emoções como a raiva, a frustração e a tristeza, o que contribui para o alívio emocional. A expressão de emoções ajuda a reduzir sintomas de ansiedade e estresse, permitindo que adquiram uma visão mais clara e equilibrada de suas emoções, ao seguir o pensamento freiriano da escuta e do saber ouvir, partindo das percepções individuais (Bispo *et al.*, 2021)

Esses achados corroboram como o estudo de Gueiros (2023) ao apontar que, o uso de atividades expressivas no teatro, contribui para a diminuição de sintomas relacionados ao estresse emocional. Uma vez que o teatro oferece um espaço de autoexpressão, favorece que os indivíduos explorem suas experiências, compartilhem suas histórias e desenvolvam superação, mediante a opressão e exclusão experienciada. O impacto emocional positivo observado nas atividades do Teatro do Oprimido reforça a importância de práticas terapêuticas que visam a exteriorização de sentimentos e a construção de narrativas emocionais mais saudáveis.

As técnicas do Teatro do Oprimido incentivam os indivíduos a assumirem papéis ativos nas cenas e a explorarem alternativas para os conflitos representados, o que fortalece a autoconfiança e o senso de agência dos participantes. Ao serem incentivados a encontrar soluções e atuar como protagonistas, passam a desenvolver uma maior consciência de sua capacidade de ação e transformação, experimentando sentimentos de conquista e valorização pessoal.

Esse pensamento é corroborado por autores como Santos e Freire (2021) que destacam que as atividades do Teatro do Oprimido promovem uma reconstrução da identidade dos participantes, que passam a se enxergar como agentes ativos de suas próprias histórias. O Teatro do Oprimido, de Boal, relaciona-se intrinsecamente com a Pedagogia do Oprimido de Freire, pois apresenta o teatro como uma ferramenta poderosa para a transformação social, a fim de desconstruir a condição de dependência emocional que se insere a pessoa em um conjunto de incapacidades e limitações nas quais se é ensinado a acreditar (Gonçalves; Dal-Farra, 2018).

É uma técnica que promove a empatia e o entendimento mútuo, pois os participantes passam a se conectar com as experiências dos outros e a reconhecer semelhanças entre suas próprias vivências e as histórias encenadas. Esse processo é essencial para reduzir o sentimento de isolamento e solidão, que comumente afeta a saúde mental (Joca; Nobre; Silva, 2019).

A troca que emerge das atividades teatrais apontam que o compartilhamento em grupo é um fator fundamental para a saúde mental. Além disso, o público participa e propõe alternativas para os conflitos representados, intensificam o senso de coletividade, promovendo o fortalecimento das relações sociais. A construção de um espaço seguro, onde os indivíduos podem expressar seus sentimentos e apoiar uns aos outros, contribui para uma sensação de pertencimento e solidariedade, aspectos fundamentais para o bem-estar emocional e a superação de dificuldades (Amorim; Lima, 2021).

O Teatro do Oprimido e a Ressignificação de Experiências

A resignificação de experiências dolorosas e traumáticas é outro benefício terapêutico do Teatro do Oprimido. A técnica do Teatro-Imagem, por exemplo, permite que os participantes visualizem suas experiências de maneira simbólica, facilitando a externalização de memórias difíceis e promovendo uma nova compreensão sobre esses eventos. Essa prática, ao representar simbolicamente vivências traumáticas ou dolorosas, possibilita que o indivíduo as observe e interprete sob uma nova perspectiva, pois toma decisões, reinventa seu futuro, caminhando para o processo de cura emocional (Leão; Renó, 2021)

Esse efeito é reforçado por estudos como o de Garcia (2018), que sugere que as atividades expressivas do teatro são eficazes para auxiliar na elaboração e resignificação de memórias difíceis, promovendo a construção de uma narrativa de vida mais equilibrada e fortalecedora. A resignificação de experiências é um processo essencial para a saúde mental, pois permite que os indivíduos integrem memórias difíceis de forma construtiva, abrindo caminho para uma maior resiliência emocional.

O Teatro do Oprimido desempenha um papel relevante como prática terapêutica na saúde mental, promovendo uma gama de benefícios emocionais, sociais e psicológicos. A análise demonstra que o Teatro do Oprimido oferece um espaço no qual os indivíduos podem desenvolver autoconfiança e fortalecer suas relações sociais, o que é essencial. Além disso, o Teatro do Oprimido destaca-se por seu caráter inclusivo e acessível, permitindo que pessoas de diferentes contextos e realidades possam se beneficiar de suas práticas. O participante pode compreender e recriar o mundo se apropriando como sujeito autônomo e social, intelectualmente preparado para novas vivências em um espaço autêntico e dinâmico (Debus; Balça, 2022).

A técnica inspirada nas concepções teóricas de Paulo Freire, analisa as consequências sociais das diferentes formas de relações humanas, concebendo um método humano e

libertador, em que os oprimidos revelam sua opressão por meio da transformação de seu contexto e, em um segundo momento, transformam a realidade opressora. O Teatro do Oprimido, ao incorporar o pensar freireano, defende o diálogo e a cooperação na busca de problematizar, compreender e dar voz, bem como conscientizar qualquer pessoa ou grupo que esteja vivenciando o processo de opressão (Alencastro *et al.*, 2020).

Nesse sentido, pode-se perceber que tal reflexão confere à saúde mental um papel mais amplo que o simples tratamento de doenças, pois se refere ao processo de conscientização e de libertação dos sujeitos possibilitando a ampliação da experiência humana para conscientizar-se da necessidade de transformá-la (Silva, 2023).

A partir da associação da obra de Freire e de Boal, é possível entender que a conscientização não é transferida, nem é um simples estado de consciência, mas implica na assunção crítica da tomada de consciência, em consonância com a diversidade de cada pessoa ou grupo. Quanto mais consciência de mundo, mais o sujeito vai compreendendo o seu meio e a sua libertação vai se tornando mais presente.

No entanto, é importante reconhecer que o Teatro do Oprimido, enquanto prática terapêutica, apresenta desafios e limitações. Além disso, o contexto cultural dos participantes pode influenciar a receptividade e a eficácia da metodologia, sendo necessário adaptar as atividades para atender as especificidades de cada grupo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo atingiu o objetivo discutir as potencialidades do Teatro do Oprimido na área de saúde mental como ferramenta de suporte emocional e transformação social.

Ao longo da análise, verificou-se que essa metodologia, desenvolvida por Augusto Boal e embasada pelos preceitos de Paulo Freire, cria um ambiente seguro e colaborativo permitindo que a sociedade rompa a cultura do silêncio, e conquiste o direito a palavra.

O Teatro do Oprimido se mostra eficaz para promover o bem-estar mental, ao criar um espaço de autoconhecimento e apoio social. Essa prática terapêutica contribui para a construção de uma narrativa pessoal positiva e para o desenvolvimento de estratégias emocionais saudáveis, consolidando-se como um recurso valioso no campo da saúde mental.

Este estudo confirma a relevância do Teatro do Oprimido como uma prática acessível e inclusiva, que pode ser aplicada em diversos contextos para atender a diferentes necessidades terapêuticas e sociais. A aplicação do Teatro do Oprimido em diferentes contextos culturais pode fornecer insights importantes para a adaptação da metodologia a diversas realidades, ampliando seu potencial terapêutico. Em síntese, o Teatro do Oprimido reafirma-se como uma prática promissora e relevante para a saúde mental, com o potencial de promover transformações pessoais e sociais significativas, contribuindo para a construção de uma sociedade mais empática e consciente.

REFERÊNCIAS

ALENCASTRO, L. C. S. *et al.*. Theater of the Oppressed and bullying: nursing performance in school adolescent health. **Rev Bras Enferm.** RJ, v.1, n.73, p. 1-7, 2020.

AMORIM, V.; LIMA, M. L. C.. Práticas teatrais na saúde mental: novas possibilidades de cuidado por meio do Teatro do Oprimido. **Saúde em Redes**, [S. l.], v. 7, n. 3, p. 285–297, 2021. DOI: 10.18310/2446-4813.2021v7n3p285-297. Disponível em: <https://revista.redeunida.org.br/index.php/rede-unida/article/view/3385>. Acesso em: 7 jun. 2025.

BARBOSA, I.; FERREIRA, F. I.. Teatro do Oprimido e projeto emancipatório: mutações, fragilidades e combates. **Sociedade e Estado**, v. 32, n. 2, p. 439–463, maio 2017.

BISPO, E. B. S. *et al.*. Teatro do oprimido como estratégia pedagógica para o ensino em saúde: um relato de experiência. **Debates em Educação**, [S. l.], v. 13, n. 31, p. 514–526, 2021. DOI: 10.28998/2175-6600.2021, v. 13, n. 31, p. 514-526. Disponível em: <https://www.seer.ufal.br/index.php/debateseducacao/article/view/10519>. Acesso em: 7 jun. 2025.

BOAL, Augusto. **A estética do oprimido**. Rio de Janeiro: Garamond, 2009.

CANDA, C. N.. PAULO FREIRE E AUGUSTO BOAL: DIÁLOGOS ENTRE EDUCAÇÃO E TEATRO. **HOLOS**, [S. l.], v. 4, p. 188–198, 2012. DOI: 10.15628/holos.2012.742. Disponível em: <https://www2.ifrn.edu.br/ojs/index.php/HOLOS/article/view/742>. Acesso em: 15 jun. 2025.

CARVALHO, A. F.; GALLO, S.. Paulo Freire e a Educação: cem anos de dialogação, problematização e transformação. **Pro-Posições**, v. 32, p. e2021ED02, 2021.

CRUSOÉ, N. M. C.; BRITO, J. O. S.. Paulo Freire e o Teatro do Oprimido: experiências formativas de Jovens do interior da Bahia. v. 16 n. 4, dez. 2018. **Revistae-Curriculum**. Available from: <https://doi.org/10.23925/1809-3876.2018v16i4p1252-1267>.

DEBUS, J. C. S.; BALÇA, A.. O teatro do oprimido: mediação e construção da autonomia. **Educar em Revista**, v. 38, p. e82174, 2022.

GONÇALVES, F. C. L.; DAL-FARRA, R. A.. A educação libertadora de Paulo Freire e o teatro na educação em saúde: experiências em uma escola pública no Brasil. **Pro-Posições**, v. 29, n. 3, p. 401–422, set. 2018.

GUEIROS, A.. GERMINAR: OFICINA DE TEATRO DO OPRIMIDO PARA A COMUNIDADE LGBTQIA+. **CADERNOS CÊNICOS**, [S. l.], v. 5, n. 7, 2023. Disponível em: <https://www.seer.ufal.br/index.php/CadCenicos/article/view/16023>. Acesso em: 7 jun. 2025.

JOCA, E. C.; NOBRE, M. T.; SILVA, M. R. F.. Poéticas do Teatro do Oprimido na Saúde Mental. **Estud. psicol. (Natal)**, Natal, v. 24, n. 4, p. 414-425, dez. 2019. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-294X2019000400008&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 07 jun. 2025. <https://doi.org/10.22491/1678-4669.20190041>.

LEÃO, A.; RENÓ, S. R.. O Teatro do Oprimido é uma estratégia potente para quê? Uma experiência do Programa de Educação pelo Trabalho para a Saúde no Centro de Atenção Psicossocial Álcool e outras Drogas. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**, v. 29, p. e2088, 2021.

MÜHL, E. H. Ainda Paulo Freire: um ensaio sobre a atualidade da Pedagogia do Oprimido. **Olhar de Professor**, [S. l.], v. 24, p. 1–23, 2021. DOI: 10.5212/OlharProfr.v.24.116749.015. Disponível em: <https://revistas.uepg.br/index.php/olhardeprofessor/article/view/16749>. Acesso em: 25 mai. 2025.

PARO, C. A.; SILVA, N. E. K. E .. TEATRO DO OPRIMIDO E PROMOÇÃO DA SAÚDE: TECENDO DIÁLOGOS. **Trabalho, Educação e Saúde**, v. 16, n. 2, p. 471–493, maio 2018.

SANTOS, B.. **Teatro das oprimidas**: estéticas feministas para poéticas políticas. Rio de Janeiro: Editora Metanoia, 2016.

SANTOS, B.; SCHULTZ, G.. **Estética do oprimido**: uma poética de resistência. Rio de Janeiro: Editora Metanoia, 2019.

SILVA, R. R. Conscientização: teoria e prática da libertação: uma introdução ao pensamento de Paulo Freire. **Educação: Teoria e Prática**, [S. l.], v. 33, n. 66, p. e26[2023], 2023. DOI: 10.18675/1981-8106.cv33.cn.66.s17187. Disponível em: <https://www.periodicos.rc.biblioteca.unesp.br/index.php/educacao/article/view/17187>. Acesso em: 7 jun. 2025.