

Entendendo o Psicodrama.

O Psicodrama é uma linha da Psicologia que usa fundamentos do Teatro do Improviso como método de terapia. [Jacob Levi Moreno](#) , seu criador, o define como a ciência que explora a verdade por meios dramáticos.

Ao contrário das linhas mais comuns, aqui as informações e sentimentos são obtidos através do desempenho de papéis, agindo livremente e comunicando, inclusive, através da expressão corporal. Nas sessões, o paciente liberta sua espontaneidade e expõe seus diálogos de forma leve e orgânica. Jacob acreditava que para um paciente, "seria mais eficiente e mais produtivo se representasse seus sintomas, como um ator numa peça, em vez de reprimi-los ou resolvê-los."

