



RPG EM PSICOTERAPIA HUMANISTA EXISTENCIAL COM ADOLESCENTE: RELATO DE CASO

RPG IN EXISTENTIAL HUMANISTIC PSYCHOTHERAPY WITH ADOLESCENT: CASE REPORT

  Sarah Yasmin Augusta da Silveira, FAE Centro Universitário, Curitiba-PR, Brasil.

RPG EM PSICOTERAPIA HUMANISTA EXISTENCIAL COM ADOLESCENTE: RELATO DE CASO

RPG IN EXISTENTIAL HUMANISTIC PSYCHOTHERAPY WITH ADOLESCENT: CASE REPORT

Sarah Yasmin Augusta da Silveira¹

Resumo: Este artigo relata uma experiência de psicoterapia humanista existencial com adolescente de quinze anos utilizando o RPG (Role Playing Game) como ferramenta terapêutica. O objetivo do texto é investigar fenomenologicamente o trabalho realizado. A escolha pelo RPG deu-se tanto por suas potencialidades lúdicas e adaptativas quanto pelo interesse pessoal da paciente, favorecendo a adesão e o vínculo terapêutico. A campanha foi conduzida em oito sessões, nas quais temas como expressão emocional, autonomia e identidade foram trabalhados por meio da vivência simbólica no jogo. A análise dos resultados baseou-se nas estruturas existenciais propostas por Binswanger: temporalidade, espacialidade, intersubjetividade e corporeidade. Observou-se que o RPG possibilitou o exercício de novas perspectivas de futuro (protensão), a exploração do espaço simbólico como extensão do mundo vivido, a expressão da corporeidade ligada à identidade e a ressignificação das relações interpessoais. Conclui-se que o RPG pode ser um recurso eficaz na atualização de vivências e no fortalecimento da abertura do paciente para o mundo, sendo especialmente valioso na psicoterapia com adolescentes. A abordagem fenomenológica mostrou-se coerente com o uso do RPG, promovendo um campo fértil para a construção de sentido e apropriação existencial.

Palavras-chave: Psicoterapia Humanista Existencial; RPG Terapêutico; Adolescência; Fenomenologia; Identidade.

Abstract: This article reports an experience of existential humanistic psychotherapy with a fifteen-year-old adolescent using RPG (Role Playing Game) as a therapeutic tool. The text aims to analyse phenomenologically the work done. The choice of RPG was based on both its playful and adaptive potential and the patient's personal interest, which strengthened therapeutic engagement. The campaign was conducted over eight sessions and addressed themes such as emotional expression, autonomy and identity through symbolic experiences in the game. The analysis focused on the existential structures proposed by Binswanger: temporality, spatiality, intersubjectivity and corporeality. RPG enabled the patient to explore future possibilities, symbolic spaces as extensions of her lived world, bodily expression linked to identity, and the re-signification of interpersonal relationships. It is concluded that RPG can be an effective tool in updating past experiences and fostering openness to the world, especially valuable in psychotherapy with adolescents. The phenomenological approach proved coherent with the use of RPG, offering a fertile ground for meaning-making and existential appropriation.

Keywords: Existential Humanistic Psychotherapy; Therapeutic RPG; Adolescence; Phenomenology; Identity.

¹ Psicóloga clínica pela FAE Centro Universitário. Desenvolve pesquisa com foco em fenomenologia e psicologia clínica. E-mail: psi.sarahsilveira@gmail.com

INTRODUÇÃO

O presente artigo é um relato de experiência que visa a apresentar o trabalho realizado em psicoterapia de abordagem humanista existencial com uma adolescente, doravante denominada Alice (nome fictício), de aproximadamente quinze anos, utilizando o recurso terapêutico RPG (*Role Playing Game*).

O Role-Playing Game (RPG) “é um tipo de jogo de interpretação de personagens no qual os jogadores se imaginam em cenários e ambientações de sua própria criação” (Quinhones *et. al.*; 2023). Apresenta funcionamento semelhante a uma peça teatral, com o adicional da improvisação, cabendo aos jogadores a construção não somente de seu personagem, mas também do roteiro (Limberger *et al.*, 2014). A escolha por essa forma de jogo se deu tanto por suas possibilidades (principalmente no que tange à necessidade de improvisação e adaptação) quanto pelo gosto pessoal da paciente, o que colaborou para sua adesão às atividades e para o fortalecimento do vínculo e da relação terapêutica.

A perspectiva fenomenológica adotada neste estudo refere-se à fenomenologia como abordagem filosófica e metodológica, voltada à descrição rigorosa da experiência vivida, conforme desenvolvida por Edmund Husserl. Não se trata, portanto, de uma abordagem psicoterapêutica *per se*, mas de um referencial teórico que fundamenta a compreensão dos fenômenos emergentes no campo clínico.

As principais temáticas trabalhadas por meio do RPG foram: expressão emocional; autonomia e exploração da identidade própria. A presente exposição destina-se principalmente a inspirar outros(as) profissionais que se deparam com temáticas similares em sua atuação, fornecendo *insights* valiosos e possíveis ferramentas terapêuticas, sempre com vistas ao avanço da ciência psicológica e ao desenvolvimento dos(as) pacientes. Considera-se demonstrada, nesse sentido, a importância e validade do relato.

PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Inicialmente, cabe esclarecer que este trabalho consiste em um relato de caso clínico com finalidade exclusivamente acadêmica. Foram observados os princípios

éticos fundamentais relacionados à proteção da dignidade, privacidade e bem-estar da paciente, conforme preconizado pela Declaração de Helsinque da Associação Médica Mundial (1964, com revisões posteriores) e pela Resolução nº 196/96 do Conselho Nacional de Saúde, no que lhes for aplicável. O caso é apresentado de forma anonimizada, garantindo o sigilo das informações, e a participação da paciente foi autorizada por meio de consentimento livre e esclarecido, obtido tanto da própria adolescente quanto de sua responsável legal.

Em relação à operacionalização da ideia inicial de jogar com a paciente, para definir a campanha (como é chamada a sequência de sessões de RPG), a psicóloga mapeou os temas centrais que vinham emergindo das vivências relatadas por Alice e, de posse desses dados, utilizou-se do auxílio de ferramenta de inteligência artificial para estruturar o jogo. É importante mencionar que a opção pela utilização da inteligência artificial como apoio nesse processo se deu apenas como forma de criar o cenário, os NPCs (*Non-Playable Characters* - personagens auxiliares) e as situações iniciais em cada sessão, sendo todo o restante desenvolvido em conjunto com a paciente. Da mesma forma, importa ressaltar que não houve menção a nenhum dado pessoal de Alice durante o uso da ferramenta de IA.

A execução da campanha em si se deu em oito sessões presenciais com duração aproximada de 50 minutos cada. Na primeira sessão, foram apresentados à paciente a ideia geral do jogo, os NPCs e o ambiente. Definiu-se também quem seria o personagem principal, por meio do qual a paciente se movimentaria no jogo, estabelecendo-se que a profissional seria a “mestre” (narradora, que apresenta as situações). Para tanto, foi utilizada como base uma Ficha de Personagem, que norteou a escolha das forças e fraquezas do personagem principal, bem como de suas motivações, traços de personalidade e história pregressa. A partir da segunda sessão, seguiu-se a seguinte estrutura: retomada da sessão anterior (por meio da análise de uma atividade que a paciente havia realizado em casa); jogo em si; atividades relacionadas ao jogo e discussão.

RESULTADOS

A partir das oito sessões de RPG realizadas no contexto psicoterapêutico, observa-se que foi possível à paciente engajar-se de maneira significativa com a proposta e os temas trabalhados, o que favoreceu a emergência e elaboração simbólica de conteúdos ligados à expressão emocional (sentimentos de raiva, por exemplo), identidade (como personalidade e sexualidade) e relações interpessoais (amizades e relações familiares).

Uma análise fenomenológica indica movimentações importantes nas dimensões existenciais da temporalidade (ampliação da perspectiva de futuro), espacialidade (exploração simbólica do mundo vivido), corporeidade (reflexões sobre gênero e vivência do corpo) e intersubjetividade (ressignificação/atualização de vínculos). Tal análise será explicitada mais a fundo no item a seguir.

DISCUSSÃO

Como o trabalho foi realizado a partir da abordagem humanista existencial, a seguir descrever-se-á como foram abordadas as cinco dimensões fundamentais (estruturas existenciais/condições de possibilidade/determinantes básicos) pensadas por Binswanger: temporalidade, espacialidade, intersubjetividade e corporeidade (Messas; Tamelini, 2022).

Relativamente à temporalidade, foi possível trabalhar, entre outros aspectos, a protensão (expectativa de um futuro próximo, do que está por vir) (De Andrade, 2021). Segundo Thomé (2012, p. 499, *apud* De Andrade, 2021), “a protensão é um tipo de intencionalidade que visa a antecipar vividos futuros com base nas vivências atuais”. É importante refletir sobre esta última parte: “com base em vivências atuais”: a psicoterapia abriga em si a possibilidade de atualização de vivências já cristalizadas, a perspectiva de cenários diferentes; e, com isso, carrega consigo a oportunidade de mudança na abertura do indivíduo para com seu mundo (para Heidegger, o ser-no-mundo é abertura) (Guedes, 2020).

Assim, atuando por meio de seu personagem, Alice pôde, de forma lúdica, refletir e exercitar diferentes possibilidades para seu futuro. Essa questão também era trabalhada quando a profissional pontuava o retorno à realidade (com falas como, por

exemplo: “agora vamos sair um pouco do jogo e voltar à vida real da Alice. Como isso se aplica a você? Como você enxerga isso em sua vida?”). Esse exercício permitiu à psicóloga entender questões importantes a serem trabalhadas mais a fundo em psicoterapia, e também pareceu proporcionar a aproximação da paciente de possibilidades que antes pareciam distantes.

A corporeidade, por sua vez, pode ser entendida como o meio de contato humano com o mundo, “expressão e comunicação corpórea, pois é pelo corpo que se caminha em direção ao mundo (Merleau-Ponty, 2011 *apud* Baptista, 2022). Nesse quesito, a ludicidade e teatralidade proporcionadas pelo RPG favoreceram a elaboração de questões correlatas à sexualidade de Alice, principalmente em relação à identificação (ou falta dela) com seu gênero. Por meio de seu personagem, foi possível a ela se movimentar na ficção desempenhada no espaço terapêutico por meio de um “alter-ego” (como ela mesma mencionou), por meio do qual pôde explorar possibilidades diversas, que talvez não pudesse experienciar em seu dia-a-dia.

Passa-se agora à espacialidade. A partir de uma perspectiva fenomenológica, o espaço não é uma ordem previamente dada, mas construído na coexistência - o sujeito tece redes que o aproximam ou afastam, organizando seu mundo (Augras, 2013). Alice vive o que se pode interpretar como um empobrecimento espacial, do que decorre um empobrecimento de seu próprio mundo. Tal panorama é consequência da cristalização de algumas vivências tidas como traumáticas para a paciente, e o *setting* terapêutico - já como instância de enriquecimento dessa espacialidade - foi utilizado, também por meio do jogo, como forma simbólica de exploração, desbravamento de espaços.

Em um primeiro momento, o personagem escolhido por Alice se movimentava em seu universo simbólico; e, em um segundo, psicóloga e paciente retornavam ao presente e investigavam os sentidos emaranhados nas redes construídas por Alice. O exame desse feixe de significados permitiu, por meio do diálogo socrático, os primeiros passos em relação à atualização dessas vivências, o que poderá contribuir para uma melhor exploração da espacialidade por parte de Alice.

A intersubjetividade, último quesito a ser analisado, consiste na interligação infinita do horizonte de significados, compartilhado na comunidade total (Husserl,

2017/1935, p. 377 *apud* Bezerra, 2021). O RPG favoreceu a investigação e elaboração, sempre de forma lúdica, das relações importantes na vida de Alice, e dos significados construídos por meio de tais relações.

Importa também lembrar que todas as questões descritas são perpassadas por marcos do desenvolvimento que ocorrem na adolescência - tempo em que não se é adulto, mas também não se é criança. Os papéis desempenhados por Alice em tal contexto, sempre perpassados pela presença e expectativa do outro, puderam ser elaborados de forma lúdica e leve, de forma que o jogo se mostrou um excelente recurso também no que tange a essa questão.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Por meio da retomada da campanha de RPG desempenhada com Alice em psicoterapia, conclui-se que a opção pelo jogo foi proveitosa e ofereceu um campo de elaboração, atualização de vivências e estreitamento do vínculo terapêutico que já produz bons frutos (e demonstra potencial para bons resultados a longo prazo).

Considera-se que a fenomenologia oferece aporte teórico coerente e relevante para este tipo de prática, e a autora considera que, em conclusão, o *Role Playing Game* oferta uma gama de vantagens e oportunidades de exploração dos sentidos e significados construídos pelo(a) paciente, bem como de abertura e apropriação de sua situação existencial.

REFERÊNCIAS

AUGRAS, M. **O ser da compreensão**: fenomenologia da situação de psicodiagnóstico. 16ª ed. Petrópolis: Vozes, 2013.

BAPTISTA, T. J. R. Corporeidade e epistemologia. **Filosofia e Educação**, Campinas, SP, v.14, n.1, p. 112 - 135, jan./abr. 2022. Disponível em: <https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/rfe/article/view/8668684/29312>. Acesso em: 20 abr. 2025.

BERARDO BUENO, M. G.; RIBEIRO, R. D. P.; ALVES, J. C.; CHRISTINO, D. GAMES, Comunicação e imersão: uma análise da construção do espaço e da atmosfera dos jogos de rpg de horror. **Revista Panorama - Revista de Comunicação Social**, Goiânia, Brasil, v. 9, n. 2, p. 2–7, 2020. Disponível em: <https://seer.pucgoias.edu.br/index.php/panorama/article/view/7962>. Acesso em: 26 mar. 2025.

BEZERRA, M. C. S. **A experiência intersubjetiva na ludoterapia humanista: uma perspectiva fenomenológica**. Tese (pós-graduação em Psicologia) - Pontifícia Universidade Católica De Campinas, Campinas, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/v345Y493TmPn9qZ9Nkv8sYc/>. Acesso em: 20 abr. 2025.

DE ANDRADE, D. H. L. **Um estudo sobre a temporalidade na fenomenologia de Edmund Husserl**. Dissertação (mestrado em Filosofia) - Instituto De Ciências Humanas Comunicação e Artes, Universidade Federal de Alagoas, 2021. Disponível em: <https://www.repositorio.ufal.br/bitstream/123456789/8742/1/Um%20estudo%20sobre%20a%20temporalidade%20na%20fenomenologia%20de%20Edmund%20Husserl.pdf>. Acesso em: 19 abr. 2025.

GUEDES, A. Temporalidade, sentido autêntico da existência e a questão da ontologia fundamental em Heidegger. **Natureza Humana**, São Paulo, v. 22, n. 2, jul./dez. 2020. Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-24302020000200015. Acesso em: 19 abr. 2025.

LIMBERGER, L. S.; PELLANDA, N. M. C.; DA SILVA, L. E. C. Role Playing Games (RPGs) como uma ferramenta Autopoiética: um estudo de caso. **XIII SBGames**, Porto Alegre, RS, Brasil, p. 12-14 de novembro, 2014. Disponível em: https://www.sbgames.org/sbgames2014/papers/culture/short/Cult_Short_RPG%20como%20uma%20ferramenta.pdf. Acesso em: 16 abr. 2025.

MESSAS, G.; TAMELINI, M. Os fundamentos de uma clínica fenomenológica. In: MESSAS, G.; TAMELINI, M. (org.). **Fundamentos de clínica fenomenológica**. 1. ed. Santana de Parnaíba, SP: Manole, 2022. p. 2-5.

QUINHONES, D. G.; CARNEIRO, J. P. R.; MOREIRA, L. C.. Role-Playing Game: Uma Investigação Fenomenológica do Jogo. **Phenomenology, Humanities and Sciences**, Curitiba, v. 3, n. 3, p. 179–190, 2023. Disponível em: <https://phenomenology.com.br/index.php/phe/article/view/164>. Acesso em: 26 mar. 2025.