

# Mais laços e menos nós

Intervenção Artística em contexto de casa abrigo

Relatório de Projeto  
Ana Catarina Ferreira Oliveira Guedes

Trabalho realizado sob a orientação de

Prof. Dra. Maria de São Pedro Lopes  
Prof. Dr. Rui Santos

Leiria, setembro de 2018

Mestrado em Intervenção e Animação Artísticas

ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO E CIÊNCIAS SOCIAIS

INSTITUTO POLITÉCNICO DE LEIRIA

# Mais laços e menos nós

Intervenção Artística em contexto de casa abrigo

Relatório de projeto

Ana Catarina Ferreira Oliveira Guedes

Trabalho realizado sob a orientação de

Prof. Dra. Maria de São Pedro Lopes  
Prof. Dr. Rui Santos

Leiria, setembro de 2018

Mestrado em Intervenção e Animação Artísticas

ESCOLA SUPERIOR DE EDUCAÇÃO E CIÊNCIAS SOCIAIS

INSTITUTO POLITÉCNICO DE LEIRIA

# Agradecimento

Este foi um longo caminho que, apesar de ser um processo solitário a que qualquer investigador está destinado, inclui uma trajetória permeada por inúmeros desafios, tristezas, incertezas, alegrias e muitos percalços pelo caminho. Apesar de todos os obstáculos ultrapassados, estes nunca foram ultrapassados sozinha, mas sim com o contributo de inúmeras pessoas que estiveram presentes na minha vida e que sempre contribuíram para eu encontrar o melhor rumo em cada momento da caminhada. Percorrer este caminho só foi possível com o apoio incansável, a energia inesgotável e a força desmedida das pessoas mais especiais, a quem dedico particularmente este projeto de vida:

- Aos meus pais, pelas palavras, pelo apoio incondicional, pelo carinho, pelo amor, pela partilha, pelo companheirismo, pela força e coragem desmedida ao longo de todos estes anos.

- Ao meu namorado, por ser um dos meus grandes pilares, pela paciência, por todo o incentivo, por toda a força transmitida, pelo carinho e por todo o amor e dedicação que já demonstraste em todo o caminho que percorremos juntos.

- Ao meu irmão, por ser um exemplo de força, de coragem e determinação a seguir, independentemente de todos os obstáculos que a vida lhe coloca.

- Às minhas colegas de mestrado, Ana e Teresa, por me terem acolhido em suas casas de braços abertos, por todos os momentos que partilhamos, de angústias, de tristezas, de incertezas, mas também momentos de alegrias, de conquistas e felicidade.

- Aos amigos que nunca me deixaram desistir, me apoiaram incondicionalmente e acreditavam que ia dar certo, porque só podia dar certo mesmo que estivessem a quilómetros de distância.

- À Prof. Dra. Maria de São Pedro Lopes e ao Prof. Dr. Rui Santos, por todo o acompanhamento, pela paciência, pela simpatia, mas, acima de tudo, por acreditarem no meu projeto e em mim.

- À casa abrigo do Norte, por me ter recebido e ter abraçado comigo este projeto.

- Às mulheres/mães, por se terem disponibilizado a partilhar as suas histórias de vida, o seu tempo, e demonstrado a sua coragem em dizer que não e conseguirem seguir em frente e de mudarem por elas e pelos filhos.

- Às crianças/jovens que participaram no projeto agradeço o tempo, o sorriso e a alegria contagiante que me dedicaram.

- E a todas as mulheres vítimas de violência doméstica que lutam diariamente por uma vida melhor, uma vida onde a violência não tem entrada, uma vida onde amor e a felicidade são as palavras de ordem.

A todos, o meu sincero obrigada!

## Resumo

As linguagens artísticas na vida de um indivíduo podem ter um grande impacto, contribuindo para um reforço das competências quer a nível pessoal, social, afetivo, emocional quer relacional.

Em contexto institucional, tanto as mulheres como as crianças vão revelando indícios decorrentes do passado austero e de uma família destruída e de violência doméstica que, por sua vez, os presenteou com um presente pautado pelo afastamento no seu seio familiar e da sua área de residência e pela imposição à adaptação a uma nova casa, com uma extensão incomensurável, dificultando por vezes as relações parentais.

O Projeto “*Por um mundo mais artístico, com mais laços e menos nós*” foi criado e implementado numa perspetiva de intervenção artística associada à investigação, no sentido de aferir “**Quais os contributos das linguagens artísticas na relação de mãe e filho(s) no contexto casa abrigo?**”

Este projeto teve lugar numa casa abrigo do norte de Portugal em que estiveram envolvidas 12 mulheres/mães e 18 crianças/jovens e que evidenciaram a intenção de participar no projeto. O processo criativo iniciou-se em fevereiro e terminou em abril de 2018.

Relativamente à metodologia associada a este projeto foi escolhida a Investigação Ação Participativa, sendo que as informações recolhidas se processaram através dos instrumentos aplicados, nomeadamente o questionário (inicial), a entrevista (aos técnicos) e os diários de bordo individuais (de todos os participantes e da investigadora). Assim foi possível obter dados relevantes que foram analisados no decorrer de todo o processo.

Durante o processo foi criado um ambiente de participação, envolvimento e cooperação, tendo os participantes estabelecido uma relação de proximidade com a investigadora, exteriorizando sentimentos e emoções.

Os resultados apresentados evidenciaram o papel fundamental que a linguagem artística tem na vida de uma criança e de uma mulher/mãe como forte indutor da expressão de sentimentos e emoções, permitindo olhar para *si* próprio e, ao mesmo tempo, colocar-se no lugar do *outro*, sendo potenciadora de uma criação e de fortalecimento de laços.

Esta é uma estratégia que propicia a construção de um ambiente de partilha de emoções, de construção e reconstrução de laços parentais, mas também de mais confiança e de uma melhoria de autoestima.

**Palavras-chave**

Violência doméstica, Casa Abrigo, Crianças/ Jovens, Mulheres/mães, Linguagens Artísticas, Intervenção

## Abstract

The artistic languages can have a great impact on an individual's life, taking on an intensification of personal, social, affective, emotional and relational skills.

In an institutional context, both women and children develop a severe past and an unstructured family with domestic violence, becoming apart of their families and residence area, being forced to adapt to a new and unknown home, becoming more difficult to develop some parental relationships.

The 'For a more artistic world, with more ties and less nots' project was developed and implemented with an artistic intervention in order to get more information about 'What are the contributions of the artistic languages in the relationship between mothers and their children, in a shelter home?'.

This project took place in a Portuguese shelter home, located in north of Portugal, where were involved 12 women/mothers and 18 children/teenagers; all of them agreed to participate in this project. The creative process started in February and finished in April of 2018.

The Action Participatory Research took part of the methodology developed in this project and all the information was collected with applied tools, such as a questionnaire (initial), an interview (to the technical part), and individual boarding diaries (from all the participants and researcher). It was possible to get important and relevant data that was analyzed during all the investigation process.

During all the process it was created a participative and cooperation environment, where all the

participants developed a close relation with the researcher, sharing with her lots of feelings and emotions.

The results concluded that artistic languages have a strong power in a children and women/mother's lives, strengthening their relationship and developing the ability of looking for themselves and at the same time developing and increasing their relationships.

This is a strategy that can create an emotion shared environment and rebuild parenting bonds with high levels of confidence, increasing their self-esteem.

***Key-words:***

Domestic violence, Shelter home, Children/youth, Women/mothers, Artistic Language, Intervention

# Índice Geral

Agradecimento .....	III
Resumo.....	V
Abstract .....	VII
Índice Geral.....	IX
Índice de Tabelas.....	XIII
Índice de Imagens.....	XIV
Índice de Gráficos .....	XV
Introdução .....	1
Capítulo I.....	3
1.1. Conceitos de Violência Doméstica.....	3
1.2. Tipos de violência .....	6
1.3. Ciclo da violência doméstica.....	8
2. A construção da visibilidade .....	9
2.1. Perfil da vítima .....	9
2.2. Perfil do agressor.....	10
2.3. Consequências da violência doméstica .....	12
2.4. O impacto da violência doméstica nas crianças/jovens.....	13
3. As soluções.....	14
3.1. Medidas de atuação .....	14
3.2. Casa Abrigo.....	15
4. As linguagens artísticas como forma de Intervenção.....	18
4.1. O impacto das linguagens artísticas na vida de um indivíduo.....	18
4.2 Teatro .....	21
4.3 Música .....	25
4.4 Plástica .....	26
4.5 Dança.....	28

4.6 Fotografia .....	30
Capítulo II- Metodologia .....	33
1- Opção Metodológica .....	33
1.1 Investigação qualitativa .....	33
1.2 Investigação Ação Participativa .....	33
1.3 Instrumentos de recolha de dados .....	35
2- Problemática .....	38
2.1 Pertinência .....	38
2.2 Pergunta de partida .....	40
2.3 Objetivos .....	40
3- Contexto da Experiência .....	41
3.1 Análise dos Questionários Iniciais .....	41
3.2 Caracterização da Instituição .....	43
3.2 Caracterização dos participantes .....	45
3.2.1 <i>Mulheres/Mães</i> .....	45
3.2.2 <i>Crianças</i> .....	46
3.3 Descrição das fases do projeto .....	47
3.3.1- <i>1ª Fase</i> .....	48
3.3.2- <i>2ª Fase</i> .....	49
3.3.3- <i>3ª Fase</i> .....	50
Capítulo III - Análise dos dados e discussão dos resultados .....	52
1- Análise dos dados .....	52
1.2.1. Diários de bordo das Mulheres/Mães - 1ª fase .....	52
1.2.2 Diário de Bordo das crianças e Jovens - 1ª fase .....	54
1.2.3 Diário de Bordo da Investigadora - 1ª fase .....	55
1.2.4 Diário de Bordo das Mulheres/Mães - 2ª fase .....	57
1.2.5 Diário de Bordo das crianças e Jovens - 2ª fase .....	58
1.2.6 Diário de Bordo da Investigadora- 2ª fase .....	60

1.2.7 Diário de Bordo das Mulheres/Mães - 3ª fase .....	62
1.2.8 Diário de Bordo da Investigadora - 3ª fase.....	64
1.3 Análise da Entrevista aos técnicos .....	65
1.4 Análise da Reflexão final das mulheres/mães e crianças/jovens.....	67
2 Síntese e discussão dos resultados.....	68
Conclusões .....	73
Bibliografia .....	76
Anexos.....	82
Anexo 1 – Questionários I – Crianças/Jovens.....	83
Anexo 2 – Questionários II – Mulheres/Mães.....	84
Anexo 3- Planificações das Sessões de Atividades- 1ª Fase .....	85
Anexo 4- Planificações das Sessões de Atividades - 2ª Fase .....	88
Anexo 5 – Planificações das Sessões de Atividades- 3ª Fase .....	91
Anexo 6 – Diário de Bordo das crianças/Jovens - 1ª Fase .....	94
Anexo 7 – Diário de Bordo das crianças/Jovens- 2ª Fase .....	97
Anexo 8 – Diário de Bordo das mulheres/mães- 1ª Fase .....	106
Anexo 9 – Diário de Bordo das mulheres/mães- 2ª Fase .....	108
Anexo 10 – Diário de Bordo das mulheres/mães- 3ª Fase .....	111
Anexo 11- Diário de Bordo da Investigadora 1ª Fase .....	114
Anexo 12- Diário de Bordo da Investigadora 2ª Fase .....	120
Anexo 13- Diário de Bordo da Investigadora 3ª Fase .....	127
Anexo 14 – Entrevista ao Técnico A.....	131
Anexo 15 – Entrevista ao Técnico B.....	134
Anexo 16 – Entrevista ao Técnico C.....	136
Anexo 17 – Reflexão Final Mulheres/Mães.....	138
Anexo 18 – Reflexão Final Crianças/Jovens.....	141
Anexo 19 – Tabela V-Diário de Bordo Mulheres/Mães - 1º Fase.....	142
Anexo 20 – Tabela VI- Diários de Bordo das crianças/jovens 1ª Fase .....	144

Anexo 21 – Tabela VII- Diários de Bordo da Investigadora 1ª Fase – Mulheres/Mães .....	145
Anexo 22 – Tabela VIII- Diários de Bordo da Investigadora 1ª Fase – Crianças/Jovens .....	147
Anexo 23 – Tabela IX- Diário de Bordo das Mulheres/Mães - 2ªfase .....	148
Anexo 24 – Tabela X- Diário de Bordo das crianças e jovens - 2ªfase .....	150
Anexo 25 – Tabela XI - Diário de Bordo da Investigadora- 2ªfase.....	152
Anexo 26 – Tabela XII- Diário de Bordo das Mulheres/Mães - 3ª fase.....	155
Anexo 27 – Tabela XIII- Diário de Bordo da Investigadora - 3ª fase .....	157
Anexo 28 – Tabela XIV- Análise da Entrevista aos técnicos .....	159
Anexo 29 – Tabela XV- Análise da Reflexão final das mulheres/mães e crianças/jovens .....	161

## Índice de tabelas

Tabela I.....	42
Tabela II.....	46
Tabela III.....	47
Tabela IV.....	48
Tabela V.....	53
Tabela VI.....	54
Tabela VII.....	55
Tabela VIII.....	56
Tabela IX.....	57
Tabela X.....	58
Tabela XI.....	61
Tabela XII.....	62
Tabela XIII.....	64
Tabela XIV.....	65
Tabela V.....	67

# Índice de Imagens

Imagem 1 - Ciclo da Violência Doméstica .....	24
Imagem 2 - Desenhos das mulheres/mães (Sessão nº4).....	69
Imagem 3 - Jogo das estátuas- Mulheres/mães e crianças/jovens.....	73
Imagem 4 - Desenhos de famílias- criados pelas mulheres/mães e crianças/jovens.....	75
Imagem 5 - Exposição- Autorretrato Vidas Novas .....	78

## Índice de Gráficos

Gráfico 1 - Interesse das Linguagens Artísticas.....	57
Gráfico 2 - Com quem as crianças/jovens realizam as atividades artísticas .....	58
Gráfico 3 - Grau de Satisfações das crianças das sessões .....	75

# Introdução

O presente projeto de intervenção foi realizado no âmbito do Mestrado Intervenção e Animação Artística. Este projeto teve como principal objetivo a apresentação do projeto de investigação, que foi desenvolvido durante 3 meses no contexto casa abrigo do Norte, com um grupo de participantes composto por 12 mulheres/mães e 18 crianças/jovens, de forma a mobilizar os conteúdos que foram abordados ao longo do mestrado e colocá-los em prática.

As casas abrigo são espaços residenciais de acolhimento temporário, seguro e confidencial, destinado a mulheres com ou sem filhos/menores a cargo, vítimas de violência doméstica e que se encontrem numa situação de risco grave ou perigo de vida. A escolha para realizar o projeto de investigação nesta área de intervenção era algo que tinha um grande interesse na minha vida, visto que, anteriormente, tinha realizado estágios em gabinetes de apoio a vítimas de violência doméstica (União de Mulher Alternativa e Resposta “UMAR” e Janela Aberta). Deste modo senti uma grande motivação para trabalhar com este grupo social, pois senti a necessidade de completar, melhorar e aprofundar experiências realizadas com vítimas de violência doméstica e com as crianças/jovens que estão ligadas a esta temática.

Quando fui informada de que a casa abrigo tinha aceitado o meu projeto fiquei muito satisfeita, pois sabia que iria ser um grande desafio trabalhar neste contexto pois estas mães/mulheres e crianças/jovens, em grande parte, estão numa situação de vulnerabilidade social. Por norma, estas mulheres/mães e crianças/jovens pertencem a famílias carenciadas ou desestruturadas, e pautadas pela violência. Deste modo é possível afirmar que, apesar de todas as controvérsias/dificuldades que este contexto poderia apresentar, tinha a certeza de que queria este contexto para a realização do projeto de investigação, pois com este pretendia crescer a nível profissional e aprender a lidar com diferentes dificuldades que me pudessem ser expostas.

Esta intervenção teve como base de trabalho a metodologia Investigação – Ação Participativa, pois “esta é uma posição que não procura apenas conhecer o mundo, mas também transformar alguma coisa do tanto que ofende o sentido de justiça e de harmonia dos equilíbrios em permanente (re)construção” (Lima, 2003 p. 306). Esta metodologia defende um trabalho participativo entre todos os intervenientes.

O seguinte trabalho foi desenvolvido com crianças/jovens e as com mulheres/mães que residiam numa casa abrigo do Norte. Em relação ao processo de intervenção realizado com as mulheres/mães e com as crianças/jovens, este foi um procedimento co-construído com os mesmos, pois estes foram os próprios atores de identificação, de planeamento e de avaliação deste projeto. Este projeto tem como pergunta de partida **“Quais os contributos das linguagens artísticas na relação de mãe e filho(s) no contexto casa abrigo?”**

Acerca da designação do projeto “Por um mundo mais artístico, com menos nós e mais laços”, esta surgiu de modo a abranger todas as fases do projeto desenvolvidas na casa abrigo.

Relativamente à organização deste projeto de investigação, este está dividido em 3 capítulos, sendo que o primeiro capítulo debruça-se sobre o enquadramento **teórico**, pois é pertinente a compreensão e a importância de alguns conceitos relacionados com a violência doméstica que são essenciais para a perceção e a compreensão de todo o trabalho que vai ser apresentado. Neste capítulo também são abordadas as linguagens artísticas como ferramenta de intervenção.

No seguinte capítulo será apresentado como **Metodologia**, onde se abordará a metodologia de investigação utilizada, e respetivos instrumentos de recolha de dados. Neste capítulo é também apresentada a caracterização pormenorizada da casa abrigo, onde foi realizado o projeto de investigação. Por último, ainda neste capítulo, são descritas as 3 fases do projeto de investigação.

O capítulo 3, apresentado como **Análise dos dados e discussão dos resultados**, está de acordo com os instrumentos utilizados para a recolha de dados, tais como questionário inicial, os diários de bordo individuais (dos participantes e da investigadora), as entrevistas (aos técnicos), bem como os resultados obtidos.

# Capítulo I

## 1.1. Conceitos de Violência Doméstica

Considera-se violência doméstica

“qualquer ato, conduta ou omissão que sirva para infligir, reiteradamente e com intensidade, sofrimentos físicos, sexuais, mentais ou económicos, de modo direto ou indireto (por meio de ameaças, enganos, coação ou qualquer outro meio) a qualquer pessoa que habite no mesmo agregado doméstico privado (pessoas – crianças, jovens, mulheres adultas, homens adultos ou idosos – a viver em alojamento comum) ou que, não habitando no mesmo agregado doméstico privado que o agente da violência, seja cônjuge ou companheiro marital ou ex-cônjuge ou ex-companheiro marital”. (Machado e Gonçalves, 2003, p.2)

Silva (2012) considera a violência doméstica como

“Qualquer forma de comportamento físico e/ou emocional, não acidental e inadequado, resultante de disfunções e/ou carências nas relações interpessoais, num contexto de uma relação de dependência por parte da vítima (física, emocional e/ou psicológica), e de confiança e poder (arbitrariamente exercido) por parte do abusador, que habitando, ou não, no mesmo agregado familiar, seja cônjuge ou ex-cônjuge, companheiro/a ou ex-companheiro/a, filho/a, pai, mãe, avô, avó ou outro familiar” (p.9).

A violência doméstica pode ser uma conduta que acarreta algum malefício ou ameaça moral a vítimas, desta forma é considerada violência qualquer ato que invada a vida de outro indivíduo de forma a interferir na sua autonomia, na sua vida física e psicológica.

Ao longo dos tempos, o conceito de violência doméstica tem sofrido algumas alterações e se tem adaptado a novos conceitos e evoluções. Veja-se em 2002 a APAV que definia a violência doméstica como

“qualquer ato, omissão, ou conduta que serve para infligir dor física ou sexual ou mental, direta ou indiretamente, por meio de enganos, ameaças, coações ou qualquer outro meio, a qualquer mulher. Tem por objetivo e como efeito intimidá-la, puni-la, humilhá-la ou mantê-la nos papéis estereotipados ligados ao seu sexo ou recusar-lhe a dignidade humana, a autonomia sexual, a integridade física, mental e moral” (APAV, 2002 citado por Maia, 2012, p.5).

Costa (2005) refere que a definição de violência doméstica é indeterminada. Isto deve-se ao facto de a variação da análise sociológica e social se irem alterando conforme os conceitos adotadas e a sua operacionalização, bem como os enfoques teóricos dos autores. Sendo que uns realçam os aspetos quantitativos das agressões, ligando o conceito às

injúrias, enquanto outros realçam o seu aspeto psicológico, mais ligado ao conceito do dano, e outros dão mais ênfase aos aspetos culturais ligados à educação e socialização de crianças e dos direitos humanos.

Ao longo dos anos, alguns autores têm-se debruçado sobre o conceito de violência doméstica de modo a que o conceito se adapte a novas realidades da sociedade. Manita, Ribeiro e Peixoto (2009) definem violência como qualquer ato utilizado de forma intencional contra outro indivíduo, que provoque algum tipo de lesão na vida deste e que vá contra os direitos do mesmo. De acordo com Neves (2008) a violência contra as pessoas é considerada

“como o uso intencional de força física ou poder, em força de ameaça ou de concretização de atitudes ou de comportamento contra o próprio, contra pessoas ou contra um grupo ou comunidade, os quais podem resultar em lesões físicas, morte, problemas psicológicos, subdesenvolvimento ou privação” (citado por Sousa e Carvalho, 2015, p.163)

Existem diferentes expressões de violência. Isto deve-se ao facto de, nos últimos tempos, as explicações e teorias relacionadas com a violência doméstica, bem como as suas políticas e estratégias de intervenção, que foram utilizadas e desenvolvidas ao longo do tempo para combater esta problemática, levarem à existência de diferentes conceitos para evitar equívocos. De acordo com os seguintes autores, Manita, Ribeiro e Peixoto (2009), abordarei uma breve explicação de cinco diferentes expressões de violência, sendo essas a violência de género, a violência conjugal, a violência das relações de intimidade, a violência no namoro e, por último, a violência doméstica.

A violência de género de acordo com os autores referidos anteriormente consiste numa qualquer forma de agredir uma pessoa ou várias devido ao seu género, caracterizado por ser um ato intencional, para que outro sofra de diversas formas e se sinta culpado por aquilo que representa. Deve ter em conta que este tipo de violência pode assentar em algumas vertentes de violência associadas, como o sexismo, que são ideias ou crenças que valorizam um sexo e desvalorizam o outro. A homofobia e transfobia traduzem-se em ações e representações negativas no que toca a uma dada orientação sexual, bem como a misoginia que representa o ódio pelo sexo feminino e todas as características abrangentes deste (Manita, Ribeiro e Peixoto, 2009).

Relativamente à violência conjugal, esta integra-se numa das vertentes da violência doméstica. Caracteriza-se por, entre outros aspetos, exercer violência, seja a nível físico, psicológico ou emocional, e ser exercida por um dos cônjuges/ ex-cônjuges ou companheiro/ ex-companheiro (Manita, Ribeiro e Peixoto 2009).

A violência nas relações de intimidade é uma das vertentes da violência doméstica, praticada entre pares envolvidos em diversos tipos de relações íntimas, não só de conjugalidade, como a violência entre namorados, casais homossexuais, relações amorosas e outras associadas (Manita, Ribeiro e Peixoto 2009).

A violência no namoro caracteriza-se quando um dos elementos do casal tenta controlar, submeter e dominar o outro através da violência. Isto é um padrão repetido que acontece entre casais. Ao início, é aceite pela sociedade, no entanto, com o passar do tempo, vai tomando outras proporções mais graves, rotinadas e destrutivas. A violência no namoro pode acontecer em diversos contextos, ou seja, abrange todos os estatutos sociais, pessoas com mais ou menos escolaridade, que habitem no campo ou cidade. Não acontece apenas com pessoas que sofrem de distúrbios mentais ou dependentes de alguma substância ilícita. Este tipo de violência pode ser bastante discreto e subtil. Apesar de em todas as relações existir conflito, este não é igual à violência no namoro. O conflito permite ultrapassar adversidades e pode ser construtivo, no entanto, a violência tem um carácter destrutivo, abusivo e nunca pode ser considerada uma forma de resolver os problemas (Graal, 2012).

A violência doméstica consiste num comportamento violento que pode ser contínuo, de forma direta ou indireta. A vítima é alguém que coabita e pertence ao agregado familiar do agressor. Este provoca vários tipos de sofrimentos à vítima, podendo fazer com que esta fique lesada a vários níveis (Manita, Ribeiro e Peixoto 2009).

De forma mais simplificada, a violência doméstica de acordo com Say (2003) é

“toda a ação ou omissão que prejudique o bem-estar, a integridade física, psicológica ou a liberdade e o direito ao pleno desenvolvimento de um membro da família. Pode ser cometida dentro e fora de casa, por qualquer integrante da família que esteja em relação de poder com a pessoa agredida. Inclui também as pessoas que estão a exercer a função de pai ou mãe, mesmo sem laços de sangue” (Citado por Maia, 2003, p.5).

De acordo com as alterações ao código Penal, introduzidas pela Lei n.º 7/2000, de 27 de maio, o crime de maus tratos passou a assumir a natureza de crime público, o que significa que o procedimento criminal não está dependente de queixa por parte da vítima, bastando uma denúncia ou o conhecimento do crime, para que o Ministério Público promova o processo.

Segundo o artigo 152º do código penal, considera-se crime de violência doméstica quando

“quem, de modo reiterado ou não, infligir maus-tratos físicos ou psíquicos, incluindo castigos corporais, privações da liberdade e ofensas sexuais ao cônjuge ou ex-cônjuge; a pessoa de outro ou do mesmo sexo com quem o agente mantenha ou tenha mantido relação análoga à dos cônjuges, ainda que sem coabitação; a pessoa particularmente indefesa em razão de idade, deficiência, doença, gravidez”.

Deste modo é possível afirmar que qualquer pessoa pode ser vítima de violência doméstica, independentemente do sexo, da idade, escolaridade, situação económica, profissional, condição social, orientação sexual, cultura ou religião.

Existe uma diversidade de definições, contudo, poder-se-á concluir que, na sua generalidade, estas assemelham-se, pois, todas fazem referência a comportamentos considerados agressivos, sendo o tipo de linguagem utilizado o fator que, de certo modo, origina esta variedade de definições

## 1.2. Tipos de violência

A violência pode ser exercida de diversas formas. Apesar de a violência física ser a mais mediática, existem outros tipos como a violência sexual, verbal/psicológica/emocional, social/intimidação, a coação e ameaça, o isolamento social e o abuso económico, sendo que todas estas formas de violência têm como objetivo controlar o outro, dominar, humilhar e magoar (APAV, 2011). Contudo, a violência psicológica/emocional tem uma maior frequência/ocorrência na evolução de uma situação de violência doméstica.

Segundo a informação apresentada pela Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (2011), a violência física ocorre quando existe recurso a atos excessivos de agressividade que podem ou não deixar marcas no corpo da vítima, sendo que os atos mais comuns são empurrões e/ou bofetadas. De acordo com Manita, Ribeiro e Peixoto (2009) a violência física

“consiste no uso da força física com o objetivo de ferir/causar dano físico ou orgânico, deixando ou não marcas evidentes – engloba actos como empurrar, puxar o cabelo, dar estaladas, murros, pontapés, apertar os braços com força, apertar o pescoço, bater com a cabeça da vítima na parede, armários ou outras superfícies, dar-lhes cabeçadas, dar murros ou pontapés na barriga, nas zonas genitais, empurrar pelas escadas abaixo, queimar, atropelar ou tentar atropelar, entre outros comportamentos que podem ir de formas menos severas de violência física até formas extremamente severas, das quais resultam lesões graves, incapacidade permanente ou mesmo a morte da vítima” (p.18).

Alarcão (2000) refere que o abuso físico pode começar por “um pequeno toque físico e continuar com empurrões, bofetadas, patadas, torceduras. Pode provocar aborto, lesões internas, desfigurações e chegar ao homicídio” (p.303)

Relativamente à violência sexual, esta consiste na obrigação por parte de um elemento do casal para ter relações sexuais sem o consentimento do outro, de forma a forçá-lo contra a sua vontade. A violência sexual é

“toda a forma de imposição de práticas de caris sexual contra a vontade da vítima (...) recorrendo a ameaças e coações ou muitas vezes, à força física para a obrigar (...) comportamentos, como amordaçar, atar contra a vontade, queimar os órgãos sexuais da vítima são também formas de violência sexual. A violação e a coacção sexual são alguns dos crimes sexuais mais frequentes praticados no âmbito da violência doméstica” (Manita, Ribeiro e Peixoto, 2009 p. 19).

A violência verbal surge quando há humilhação, intimidação e ameaças por parte de um ou dos dois elementos que constituem o casal. Quando há um maior controlo sobre o outro, ou seja, no que o outro faz no seu dia-a-dia, com quem fala ou até mesmo o que veste, desvalorizando-o constantemente, é considerado violência psicológica. Em conformidade com os seguintes autores Manita, Ribeiro e Peixoto (2009) a violência emocional e psicológica

“consiste em desprezar, menosprezar, criticar, insultar ou humilhar a vítima, em privado ou em público, por palavras e/ou comportamentos; criticar negativamente todas as suas acções, características de personalidade ou atributos físicos; gritar para atemorizar a vítima; destruir objetos com valor afectivo para ela, rasgar fotografias (...) persegui-la no trabalho, na rua, nos seus espaços de lazer; acusá-la de ter amantes, de ser infiel; ameaças que vai maltratar ou maltratar efetivamente os filhos, outros familiares ou amigos da vítima” (p.16).

Para Alarcão (2000) o abuso emocional está relacionado com os “insultos, gritos, críticas permanentes, desvalorização, ameaças que podem levar à instalação de um quadro depressivo e ao suicídio” da vítima.

Por fim, mas não menos preocupante, há a violência social com as humilhações, o controlo, a proibição de estar com outras pessoas e o desprezo. O isolamento social

“resulta das estratégias implementadas pelo agressor para afastar a vítima da sua rede social e familiar, dado que uma vítima isolada é mais facilmente manipulável e controlável do que uma vítima com uma boa rede de apoio familiar e social. Estas estratégias consistem basicamente em proibir que a mulher se ausente de casa sozinha ou sem o consentimento viável, de trabalhar fora de casa, afastá-la do convívio com a família ou amigos, seja por via da manipulação, seja por via da ameaça à própria ou a terceiros significativos, caso a vítima mantenha contacto sem a sua autorização” (Manita, Ribeiro e Peixoto, 2009, p.18).

Relativamente ao abuso económico, este está associado ao isolamento social, sendo uma forma de controlo que o agressor tem para com a vítima a nível de dinheiro e bens, que muitas das vezes são bens de primeira necessidade.

No que diz respeito à intensidade da violência doméstica, o agressor começa pelas agressões psicológicas, através das ridicularizações, das correções em público que podem levar a que a vítima tenha medo de falar em público, com receio de críticas e de ser humilhada. Numa segunda fase, surge a violência verbal, marcada por insultos, gritos, culpabilizações, ameaças físicas de homicídio e suicídio. Posteriormente, surge a violência física, em que podem surgir as exigências de carácter sexual e a violação (Alarcão, 2000).

De acordo com a APAV (2011), os tipos de violência mais frequentes associados à violência doméstica são a violência verbal/psicológica/emocional. Contudo, as situações de violência doméstica envolvem, geralmente, mais do que uma forma de violência.

### 1.3. Ciclo da violência doméstica

A violência doméstica funciona como um sistema circular designado por ciclo da violência doméstica. Este é composto por três fases (Figura 1), sendo a primeira a fase de acumulação da tensão, seguidamente a fase do episódio agudo e, por fim, a fase de lua de mel.



Imagem 1 - Ciclo da Violência Doméstica

Na primeira fase, designada por fase da acumulação, existem pequenos episódios de confronto entre os cônjuges que provocam um acumular da ansiedade e da hostilidade (Alarcão, 2000).

Relativamente à fase do episódio agudo, a tensão acumulada entre o casal dá lugar à explosão da violência, de uma gravidade variável, ou seja, esta pode ocorrer através de um empurrão ou até do homicídio (Alarcão, 2000). Por último, a fase da lua de mel, nesta o agressor mostra o seu arrependimento, faz um pedido de desculpas e promete que a situação não se vai repetir (Alarcão, 2000).

Com o tempo, recomeçam os episódios de acumulação de tensão que dão origem novamente ao ciclo, passando novamente por todas as fases descritas anteriormente.

De acordo com Maia (2012), o ciclo de violência doméstica varia de casal para casal, ou seja, o ciclo pode acontecer num dia ou durante semanas ou meses, *“parece ser diferente para cada relação e não significa que, em todos os relacionamentos, os ciclos sejam seguidos exatamente da mesma forma”* (p.9).

## 2. A construção da visibilidade

### 2.1. Perfil da vítima

Segundo dados divulgados pela APAV, as vítimas de violência doméstica são sobretudo mulheres. Por este motivo, a descrição do perfil da vítima será realizada enquanto mulher. Apesar de alguns autores não afirmarem que exista um perfil típico para a vítima, Portugal (2003) apresenta algumas características mais comuns: são, geralmente, envergonhadas, caladas, incapazes de reagir, conformadas, passivas, emocionalmente dependentes e deprimidas. Manita, Ribeiro e Peixoto (2009) referem que, frequentemente, as vítimas têm um perfil de desvalorização pessoal, falta de confiança, auto culpabilização e sentimento de vergonha. Já Alarcão (2000) descreve as vítimas com sendo debilitadas, emocionalmente desequilibradas e deprimidas

De acordo com os dados estatísticos de vítimas de violência doméstica da APAV (2017), entre 2013 e 2016, as vítimas são tendencialmente do sexo feminino, com uma percentagem de 85.56%. Já os homens representam uma percentagem de 13.94%. Deste modo é possível afirmar que tendencialmente as vítimas de violência doméstica, do ponto de vista de género, são femininas. Relativamente à idade, 40% das vítimas têm entre 26 e 55 anos. Apesar de alguns autores não afirmarem que exista um perfil típico para a vítima, Portugal (2003) apresenta algumas características mais comuns: são geralmente envergonhadas, caladas, incapazes de reagir, conformadas, passivas, emocionalmente dependentes e deprimidas.

O relatório anual de 2017 das estatísticas da APAV refere que no presente ano existiram certa de 16.741 casos de violência doméstica o que se traduz em 75.7%. Das 9.176 vítimas registadas pela APAV em 2017, 83% eram no sexo feminino, e tinham idades compreendidas entre os 25 anos de idade e os 54 (38.9%). Quanto ao estado civil da vítima esta estava dividida entre as casadas com 28.2%, as solteiras com 23.1% e as que pertencem a um tipo de família nuclear com filhos/as (33.4%). No que diz respeito ao tipo de família da vítima 33.4% era de nuclear com filhos. Relativamente a escolaridade e a situação de emprego das vítimas, o ensino superior apresentou-se como o grau de ensino mais referenciado com 8.4% e mais de 30% das vítimas encontravam-se ativas profissionalmente. No que se refere à tipologia dos crimes e do tipo de vitimização continuada, ou seja, entre 2 e 6 anos, verifica-se uma percentagem de 75%, sendo que esta vitimização acontece na residência. De acordo com o mesmo relatório, o contexto das relações de intimidade continua a sobressair no que diz respeito à relação da vítima com o/a autor do crime. Desta forma, as relações de cônjuge, companheiro, ex-cônjuge, ex-companheiro e namorado, no seu conjunto, totalizam 59.7% das relações existentes entre as vítimas e os autores do crime.

## 2.2. Perfil do agressor

Segundo estatísticas das vítimas de violência doméstica da APAV (2017) entre 2013 e 2016, os agressores são maioritariamente do sexo masculino com 85.88%, e do sexo feminino com 12.54%, com idades compreendidas entre os 26 e os 55 anos. Relativamente à atividade económica, os agressores são predominantemente desempregados. Assim sendo, o seguinte perfil do agressor apresentado será do sexo masculino.

De acordo com Costa (2003), normalmente o homem violento apresenta algumas características comuns:

“alcooolismo (álcool não só como circunstância, mas como hábito); desemprego (nível ocupacional reduzido); autoestima baixa; experiência com maus-tratos (as estatísticas colocam este fator entre os 40% e os 50% em termos de relação com essa prática); depressão; progressão da violência (a agressividade vai aumentando gradualmente, ao ponto de a violência, ao atingir o limiar físico, se juntar à violência psicológica); e precocidade (surgem algumas reações durante a juventude, como que predizendo o que vai suceder no futuro) ”.

Após a cena de violência, o homem tem sentimentos de culpabilização acabando por prometer à companheira melhorias em relação ao futuro. No entanto, “não consegue modificar-se e, em consequência, renova o sentimento de culpabilidade, bebe e passa a agredi-la” novamente. (Costa, 2003). Para Machado e Gonçalves (2003), os agressores “Vistos de fora” podem parecer responsáveis, dedicados, carinhosos e cidadãos exemplares.

Dias (2004) ilustra-nos alguns dos motivos pelos quais o homem maltrata a mulher, sendo que estes estão relacionados com

“o sentimento de posse e de ciúme do agressor; as suas expectativas em relação ao trabalho doméstico da mulher; a convicção de que possui o direito de punir a mulher por causa da situação que ele percebe como errada; e a necessidade que o homem tem de manter ou impor a sua posição de dominação” (p.124).

Esta autora refere ainda um conjunto de características/situações que estão associadas aos agressores. A primeira situação que a autora menciona é o facto de o agressor ser proveniente de um lar violento, ou seja, viu o seu pai bater na sua mãe ou vice-versa, e ter sido vítima de violência parental. Os agressores possuem em média baixos níveis de autoestima e têm concepções tradicionalistas relativamente ao casamento, são pouco expressivos (sem predominância de sentimentos negativos e de ciúmes), relevam uma incapacidade de afirmação, tendo dificuldades em estabelecer relações sociais; dificilmente conseguem manter relações de intimidade; têm insatisfação no emprego ou são desempregados (o que pode levar algumas dificuldades económicas no seio familiar); e dependência do álcool. (Dias, 2004)

Relativamente à personalidade do agressor, este tende a ser uma pessoa autoritária e sofre de variações súbitas de humor, bem como de manifestações regulares de agressividade (dando murros nas paredes, atirando objetos).

Estas são apenas algumas das características identificadas em homens violentos, contudo, estas características podem coexistir num mesmo indivíduo, mas não são de todo suficientes para identificar um agressor. Deste modo é possível afirmar que é muito complexo traçar um perfil de um agressor, sendo que pode ser qualquer indivíduo.

Por norma os agressores têm dificuldade em pedir ajuda profissional com vista a corrigir e modificar os seus comportamentos, sendo que frequentemente negam as suas atitudes e as suas agressões, tentando minimizar as suas atitudes com a culpabilização na vítima (Dias,2004)

### 2.3. Consequências da violência doméstica

A violência doméstica tem um grande impacto a vida da vítima, o que pode provocar algumas consequências e danos físicos e psicológicos na vida de um indivíduo, sendo que nos casos mais gravosos pode estar implícita a incapacidade temporária ou permanente da vítima, ou até mesmo a sua morte. Algumas das consequências associadas à violência doméstica de acordo com Manita, Ribeiro e Peixoto (2009) são

“danos físicos, corporais e cerebrais, por vezes irreversíveis (...); alterações dos padrões de sono e perturbações alimentares; alterações da imagem corporal e disfunções sexuais; distúrbios cognitivos e de memória(...) distúrbios de ansiedade, hipervigilância, medos, fobias, ataques de pânico; sentimentos de medo, vergonha e culpa; níveis reduzidos de autoestima e um autoconceito negativo; vulnerabilidade ou dependência emocional, passividade, desanimo aprendido; isolamento social ou evitamento; comportamentos depressivos, por vezes com tentativa de suicídio ou suicídio consumado” (p.31).

Albano & Silva (2006) elencam uma serie de consequências traumáticas que estão associadas às vítimas de violência doméstica, sendo que estas situações continuadas podem resultar numa grande diversidade de efeitos e danos físicos, psicológicos e relacionais, entre outros. Nos casos mais graves, poderão conduzir à incapacitação, temporária e permanente, da vítima ou mesmo à sua morte. Algumas das consequências traumáticas que estes autores mencionam são:

Danos físicos, corporais e cerebrais, por vezes irreversíveis (e.g., fraturas nas mandíbulas, perda de dentes, lesões óculo-visuais, perturbações da capacidade auditiva, fraturas de costelas, lesões abdominais, infertilidade na sequência de sucessivas infeções e/ou lesões vaginais e uterinas, entre muitas outras; algumas mulheres desenvolvem uma perturbação equivalente à dos lutadores de boxe, em virtude dos danos neurológicos provocados pelas pancadas sucessivas na zona do crânio e face - algo similar, nos seus efeitos, à doença de Parkinson. Segundo Albano e Silva (2016), algumas consequências associadas às vítimas de violência doméstica são:

“alterações dos padrões de sono e perturbações alimentares; alterações da imagem corporal e disfunções sexuais; distúrbios cognitivos e de memória; distúrbios de ansiedade, hipervigilância, medos, fobias, ataques de pânico; sentimentos de medo, vergonha, culpa; níveis reduzidos de autoestima e um autoconceito negativo; vulnerabilidade ou dependência emocional, passividade, “desânimo aprendido”; isolamento social ou evitamento (resultantes, frequentemente, dos sentimentos de vergonha, auto culpabilização, desvalorização pessoal, falta de confiança que as vítimas sentem); comportamentos depressivos, por vezes com tentativa de homicídio ou suicídio. (p.44)

#### 2.4. O impacto da violência doméstica nas crianças/jovens

Muitas vezes, as crianças/jovens são expostos à violência doméstica entre os seus progenitores, sendo estas consideradas vítimas mesmo que não sejam diretamente objeto de agressões físicas: ao testemunharem a violência entre os pais, as crianças iniciam um processo de aprendizagem da violência como um modo de estar e de viver e, na idade adulta, poderão reproduzir o modelo, para além de que a violência lhes provoca sofrimento emocional e os correspondentes problemas (Machado e Gonçalves, 2003). É necessário mencionar que o impacto que a violência doméstica tem nas crianças/jovens pode derivar da faixa etária em que estes se encontram, contudo, esta abordagem será feita de uma forma globalizada.

De acordo com Moreira (2007), alguns dos efeitos negativos relativamente à negligência por exposição à violência nas crianças são o medo, o stress e a resolução de conflitos através de violência. Segundo o autor referido anteriormente, uma criança que assista frequentemente à violência conjugal pode ter a vida futura posta em causa. Ao nível emocional, pode estar associado à ansiedade/medo, baixa autoestima, timidez/isolamento, tentativas de suicídio, trauma e reações de stress agudo, sentimento de culpa, e problemas físicos. Relativamente às competências escolares e sociais, a criança pode ter problemas

escolares, incompetência social, pouca empatia, poucas capacidades de resolução de problemas e de conflitos de uma forma não violenta, défices cognitivos.

As consequências a nível comportamental da criança, pelo facto de esta assistir à violência conjugal, podem estar associadas à agressividade, à raiva, à rejeição por parte dos pares, a estratégias inadequadas para lidar com os conflitos (geralmente através de agressões), abuso de substâncias (álcool e drogas) e comportamentos delinquentes.

Segundo *London Family Court Clinic* (2002), este menciona alguns dos impactos que a violência doméstica pode ter na vida de uma criança/jovem:

“as crianças e jovens que convivem com a violência doméstica estão expostas/os a um risco mais elevado de agressões físicas ou maus tratos na infância (...) A exposição à violência doméstica poderá tornar as crianças e jovens menos sensíveis ao comportamento agressivo. Quando tal acontece, a agressão torna-se “normal” e tem menos possibilidade de lhes causar preocupação” outro do impacto que é mencionado é que “as crianças e jovens poderão imitar e aprender as atitudes e comportamentos violentos a que assistem em casa e tomá-los como modelos” (p.11).

Maia (2012) menciona este último impacto, acrescentado que “as crianças passam a identificar-se com o progenitor do mesmo género, aprendendo qual a função do homem e da mulher na sociedade” (p.168). O mesmo autor refere ainda que as crianças/ jovens “veem os seus pais como modelos, aprendendo com eles que a violência é uma forma para a resolução de conflitos nas relações interpessoais.” Por outro lado, existem casos em que as crianças se sentem culpabilizadas pela situação acabando por não compreender que não é culpada pela violência entre os seus progenitores.

Já na fase da adolescência “é habitual que os jovens expostos à violência doméstica se envolverem em comportamentos delinquentes, fugas de casa, sofrerem de depressões e de comportamentos autodestrutivos como é o caso de tentativas de suicídio” (Sani,2002, citado por Maia, 2012, p.169). Por outro lado, existem jovens que “adotam grandes responsabilidades, numa tentativa de garantirem concórdia na sua família” (Jaffe et all, 1990 citado por Maia,2012, p.169).

### 3. As soluções

#### 3.1. Medidas de atuação

A prevenção da violência doméstica, segundo Caride (1999), passa pela

“promoção ativa de circunstâncias e atuações positivas para o desenvolvimento integral das pessoas, ou seja, esta prevenção contribui para uma melhor qualidade de vida de indivíduos integrados numa sociedade, construindo uma melhor inter-relação entre todos” (Citado por: Delgado,2006, p.101).

A prevenção é um método fundamental na medida em que auxilia as pessoas de forma a prevenir e combater algumas ideias fixas e preconceituosas acerca da violência. O facto de existirem em técnicos formados para atuar neste âmbito e apoio familiar é fundamental para que haja sucesso na prevenção. Esta deve ser contínua, ou seja, deve continuar para além das salas de aula e do período escolar (Delgado, 2006).

Segundo Delgado (2006), existem vários tipos de prevenção que são autónomos e encadeados, sendo estes a prevenção primária, secundária e terciária. Entende-se por prevenção primária a atuação no campo ou com as pessoas, antes de existir ou quando não existe o problema para que esta condição prevaleça. O principal objetivo desta é consciencializar e sensibilizar as pessoas, para que estas não desenvolvam atos de violência e entendam que estes são impróprios e que não podem ser considerados como uma forma de agir perante qualquer tipo de situação. Para isto, é necessário trabalhar com os indivíduos que não tiveram contacto com realidades violentas ou experiências de vitimização, procurando ajudá-los a manter essa condição (Magalhães, Canotilho & Brasil, 2007).

A prevenção secundária atua sobre situações onde já é exercida violência, tendo como principal foco estagnar estas situações para que não haja continuidade e a situação não progrida e se agrave de forma a impedir consequências negativas e com dimensões mais elevadas (Delgado, 2006). Relativamente à prevenção terciária, esta trabalha com pessoas que já estão numa fase mais avançada do problema. A prevenção é feita de forma a atenuar as consequências para que exista uma redução dos problemas, podendo assim haver uma melhor resolução dos mesmos (Delgado, 2006).

### 3.2. Casa Abrigo

As casas abrigo são “unidades residenciais destinados a proporcionar acolhimento temporário a mulheres vítimas de violência, acompanhadas ou não de filhos menores, que, por razões de segurança, não podem permanecer na sua residência” (Perquilhas, 2016, p.156) Estas surgem como uma resposta social do Estado, através do 1º plano nacional contra a violência doméstica. Em 1999, é criada uma rede pública de casas de

apoio a mulheres vítimas de violência. Em 2006, o decreto-regulamentar n. °1/2006 de 25 de janeiro veio afirmar um conjunto de normas técnicas, com o objetivo de conferir maior uniformidade no ordenamento legal relativo às casas de abrigo, de modo a assegurar as condições básicas do funcionamento e da prestação de serviços oferecidos nestas instituições.

O decreto-Lei n. °323/2000 afirma “criação progressiva de uma rede pública de casas de abrigo, que permitam às vítimas, em condições de tranquilidade e de paz, desencadear os mecanismos apropriados à reorganização das suas vidas e à sua reintegração social”.

De acordo com a comissão para a cidadania e igualdade de género (2009), as casas de abrigo “são espaços residenciais de acolhimento temporário, seguro e confidencial destinado a mulheres com ou sem filhos/menores a cargo, vítimas de violência doméstica, e que se encontrem numa situação de risco grave/perigo de vida” (p.13).

Segundo Maia (2012), as casas abrigo

“facultam ainda, às utentes e às crianças, as condições indispensáveis à sua educação, saúde e bem-estar integral, num ambiente de serenidade e segurança. Também diligenciam a aprendizagem de competências pessoais, profissionais e sociais das utentes e facultam a reestruturação das suas vidas, visando a sua reinserção familiar, social e profissional” (p.26).

Estas casas têm como principal objetivo a “promoção e desenvolvimento das aptidões pessoais, profissionais e sociais das utentes, com vista a uma efetiva (re)inserção social e ao afastamento da exclusão social” (Perquilhas, 2016, p.156).

O decreto de lei n.º323/2000 apresenta ainda os objetivos da casa abrigo, sendo eles o acolhimento temporário de mulheres vítimas de violência doméstica, acompanhadas ou não de filhos menores; Nos casos em que tal se justifique, promover durante a permanência na casa abrigo, aptidões pessoais, profissionais e sociais da utente, suscetíveis, de evitarem eventuais situações de exclusão social e tendo em vista a sua efetiva (re)inserção social. Relativamente ao acolhimento residencial, segundo o decreto de lei acima referido, este é de curta duração (máximo de 6 meses), ao qual pressupõe o retorno da utente à vida na comunidade de origem ou outro. A permanência da vítima por mais de 6 meses poderá ser autorizada, a título excepcional, mediante parecer fundamentado da equipa técnica acompanhado do relatório de avaliação da situação da utente.

As casas abrigo são compostas por uma equipa técnica pluridisciplinar a quem cabe o diagnóstico da situação da vítima acolhida na instituição e o apoio na definição e execução do seu projeto de promoção e proteção. Em relação aos serviços prestados por esta rede pública, o principal foco é oferecer às vítimas de violência doméstica e aos menores o alojamento e alimentação em condições de dignidade e usufruir de um espaço de privacidade e de um grau de autonomia na condução da sua vida pessoal adequados à sua idade e situação.

De acordo com a lei n.º 112/2009 de 16 de setembro, artigo 60.º, as casas abrigo devem favorecer uma relação afetiva do tipo familiar, uma vida diária personalizada e uma integração na comunidade. De uma forma simplificada, as casas abrigo foram criadas para proporcionar um espaço seguro e apoiante a mulheres e filho (s) que tenham saído das suas habitações por sofrerem de violência doméstica. Belchior e Manita (2016) mencionam algumas condições que as casas abrigo devem oferecer às mulheres e aos seus filhos, sendo estas:

“segurança e bem-estar, enquanto elementos básicos para uma reestruturação futura; regulação jurídico-social, de modo a desenvolver e a consolidar estruturas de autonomia, concretamente a habitacional e o emprego e a restauração da justiça; uma intervenção educativa/pedagógica, promovendo competências de cidadania e integração comunitária; uma intervenção psicológica, tentando reforçar o empoderamento individual da mulher nas suas múltiplas facetas” (p.198).

O acolhimento residencial em casa de abrigo deve ser resultado da decisão informada, consciente e voluntária da mulher, valorizando-se a sua postura proactiva no processo de mudança. Esta deve ser informada das implicações do acolhimento institucional em equipamentos desta natureza, sem que a sua decisão seja condicionada. Contudo é necessário referir que esta rede pública de casas de apoio a mulheres vítimas de violência não é uma resposta social para todas as situações de violência doméstica, esta resposta social apenas serve para ajudar vítimas que estejam em risco.

Para Coutinho e Sani (2010),

“as casas abrigo constituem um equipamento fundamental na resposta às mulheres e crianças vítimas de violência nomeadamente às que, perante a situação de maus-tratos, se veem obrigadas a abandonar a casa de família, na maioria dos casos sem recursos de qualquer natureza. Assim, as casas abrigo constituem um contexto essencial na promoção da segurança, assim como de competências e recursos necessários à reorganização do novo projeto de vida” (p.633).

Em Portugal, esta rede conta com 37 casas de abrigo distribuídas entre o continente e as regiões insulares. Belchior e Manita referem que as casas abrigo são essenciais numa primeira instância por serem um contexto seguro. Porém, com o passar do tempo, estas acabam por se revelar um contexto aprisionador, acabando por “servir para isolar a vítima de elementos funcionais da sua vida, o que se afigura como um elemento claramente prejudicial à própria intervenção” (p.198).

## 4. As linguagens artísticas como forma de Intervenção

### 4.1. O impacto das linguagens artísticas na vida de um indivíduo

A arte, como forma de intervenção, é importante na construção de valores e aprendizagens significativas. A importância da arte como um processo educativo discute-se desde tempos muito antigos, já de forma mais fundamentada a começar no início do século XX, apresentando diferentes pontos de vista. O autor Elliot Eisner (cit. por Carvalho, 2001.) refere o ensino desta através de duas justificações. Primeiramente, apresenta a justificação que considera que a arte deve ter o objetivo de ser um meio para a melhoria de problemas de ordem psicológica ou social. A segunda, a essencialista, afirma que a arte deve ter como enfoque essencial as suas próprias questões (Carvalho, 2001).

Segundo Seixas, Magalhães e Gradíssimo, a arte permite a reflexão individual e coletiva sobre a sociedade e os problemas que a abrangem, bem como a consciencialização dos mesmos. Assim, «a prática artística surge como um reduto de possibilidades, em que e através de ferramentas artísticas, pode tornar-se possível a idiosincrasia do “sentir”, do “fazer” e do “refletir”» (Seixas, Magalhães & Gradíssimo, 2010, p.3). A arte engloba diferentes linguagens como as expressões plásticas, escultura, música, cinema, dança, teatro, arquitetura, entre muitos outros formatos. A mesma não apresenta uma definição específica, pois cada indivíduo questiona-a e perspetiva-a de variados modos. Esta pode ainda ser compreendida de três formas diferentes, sendo ouvida, visualizada ou ambas, e ainda sendo “contemplada, sentida e produzida” (Seixas, Magalhães & Gradíssimo, 2010, p.4).

A arte também permite o uso da palavra, o exprimir de pensamentos, sentimentos e desejos e consegue usufruir de fatores sociais, religiosos, estéticos, emocionais, entre muitos outros que contribuem para a mudança social (Seixas, Magalhães & Gradíssimo, 2010).

A arte pode ainda ser utilizada para propiciar o empoderamento e a autoestima do indivíduo, pois, através de ferramentas artísticas, estes conseguem pensar, expressar e criar produtos que transmitem as aprendizagens. A mesma pode também contribuir para

“desenvolver a capacidade cognitiva; socializar o acesso aos bens culturais produzidos universalmente; desenvolver nos educandos habilidades e competências em determinadas modalidades artísticas; favorecer a obtenção de atitudes e comportamentos socialmente aceites; possibilitar a inserção no mercado de trabalho; os aspetos mais ressaltados são aqueles que proporcionam benefícios de ordem sócio-afetivos” (Carvalho, 2001, p.8).

Com isto, podemos dizer que a arte pode ser um meio de expressão de necessidades sentidas pelos intervenientes, uma vez que estes podem não ter à vontade ou domínio vocabular para intervir nas discussões entre grupos. Assim sendo, esta pode ser uma mais-valia e um fator potenciador de inclusão para a construção da pessoa como um todo, ou para a uma comunidade.

De acordo com Descombes (1974), Sokolov (1975), Coopersmith (1976) e Harter (1978), a arte como forma de intervenção permite a prevenção de problemas e de dificuldades, bem como permite encontrar “aspetos de educação artística como variáveis significativamente positivas em relação a aumentos de autoestima, autoperceção e autorrealização, extremamente profícuos no robustecimento do self” (citado por Sousa, 2003, p. 62)

É importante referir que, mais do que “aprender”, “conhecer” e “saber”, é o vivenciar, descobrir, criar e sentir (Sousa, 2003)

Sousa (2003) considera a arte como “a linguagem das emoções e dos sentimentos (...) compreendendo o impacto que esta tem no desenvolvimento da personalidade, aos aspectos emocionais-sentimentais”, mencionando ainda que a educação artística proporciona ao indivíduo possibilidades de se expressar e de desenvolver as suas capacidades criativas, e proporciona ao indivíduo possibilidade transacionais, ou seja, “estabelecer relações afetivas com os outros e com o meio onde está inserido”. (Sousa,2003, p.148).

Tal como foi referido anteriormente, a educação atual não leva a que uma criança encontre as suas paixões, talentos e que use e abuse da sua imaginação e criatividade, muito pelo contrário. Isto porque, de acordo com Robinson (2010), existem três características do

sistema educativo que podem levar a que este não apoie as crianças a encontrar o seu elemento. A primeira está associada ao facto de haver um regime muito exigente do tipo de competências académicas, ou seja, a importância dos números e das letras. A segunda característica está associada com a pirâmide das disciplinas, onde na base se encontram as artes e no topo a matemática e as línguas. Por último, a terceira característica diz respeito às avaliações a que diariamente as crianças estão sujeitas, de forma a avaliar a sua inteligência e as suas capacidades.

É necessário que todas as pessoas possam ter as mesmas oportunidades de encontrar o seu elemento. Primeiramente, é necessário criar espaço que permita que cada pessoa se sinta inspirada a crescer criativamente. Isto porque todas as pessoas são diferentes e isto faz com que estas não percebam desde logo o que mais gostam de fazer. É necessário que o indivíduo encontre o seu elemento, que tenha uma vida saudável, que quem não gostar da sua vida passe a adorar aquilo que faz e que exista uma realização pessoal, algo que desperte o seu interesse e paixão.

De acordo com Robinson (2010), “o elemento é uma maneira diferente de definirmos o nosso potencial. Manifesta-se de forma distinta em cada pessoa, mas os seus componentes são universais” (p.21). Segundo este autor, grande parte das pessoas não consegue encontrar o seu elemento. Isto deve-se a três fatores: de limitação da compreensão das capacidades; da interligação das pessoas e do potencial das mesmas.

Relativamente à primeira, a limitação da compreensão da amplitude das capacidades, ou seja, tal como foi referido anteriormente, todas as crianças nascem com um grande potencial da imaginação e da criatividade, contudo, com o tempo, estas vão perdendo estas capacidades, acabando assim por perder o seu próprio elemento. Já a segunda limitação está associada ao facto de não haver uma compreensão de que as capacidades estão interligadas, acabando assim por separar o corpo, a mente, os sentimentos e as relações, o que leva a que mais uma vez perca o seu elemento. Por último, a terceira limitação está relacionada com o facto de não acreditar no seu potencial, ou seja, o indivíduo acredita que nunca é capaz de fazer ou que não consegue chegar mais longe. Estas limitações, para além de estarem associadas ao indivíduo, podem estar relacionadas com a cultura, o país, o seu círculo de amigos, familiares e, mais uma vez, a educação. “As características associadas ao elemento são aptidão e paixão. As condições são atitude

e oportunidade. A sequência é mais ou menos esta: eu tenho; eu adoro; eu quero; onde está?” (Robinson, 2010, p.33).

De acordo com Melo (2005), a educação artística “proporciona aos alunos uma variedade de modos de perceber, pensar e comunicar (...) desenvolvem a intuição, o raciocínio e a imaginação com o objetivo único de expressão e comunicação” (p.14). A descoberta do elemento é fundamental para uma melhor qualidade de vida e bem-estar de qualquer indivíduo ou sociedade.

## 4.2 Teatro

Augusto Boal (1996) refere que o “teatro nasce quando o ser humano descobre que pode observar-se a si mesmo: ver-se em ação. Descobre que pode ver-se no ato de ver- ver-se em situação” (citado por Bompastor, Ferreira & Martins, 2012 p.140). Já Vianna & Strazzacappa (2001) definem o teatro como “uma arte do espetáculo vivo, em que o que vemos em cena nos é transmitido pelo corpo do ator, o teatro deve ser compreendido como um trabalho feito físico. Portanto, ele necessita de um espaço adequado para a sua realização” (p.119).

A prática teatral tem disponível uma grande variedade de ferramentas que dá oportunidade a qualquer indivíduo teatralizar qualquer tipo de personagens, de forma a que este possa explorar inúmeras cenas, no tempo e no espaço. Permite ainda relacionar estas personagens e cenas a uma grande diversidade de competências, quer sejam estas comunicativas ou sociais, de forma a conseguir resolver alguns problemas sociais existentes quer na vida do indivíduo quer na sociedade. O teatro

“não se resume unicamente a uma atividade de espetáculo sobre trabalhos dramaturgicos para audiência. Antes pelo contrário, é um processo de interpretação do comportamento humano que vai para além dos textos dramáticos e das capacidades associadas com a representação” (Lopes, Sousa e Kowalski, 2012 p.194).

O teatro pode ainda ser considerado um transformador de sonhos “em realidade, também é uma ferramenta de empowerment individual e social pois através das histórias representadas é possível refletir sobre a realidade, a cidadania, anseios e paixões das pessoas envolvidas” (Júnior & Dalmann, 2012, p.115), ou seja, é toda uma construção de conhecimentos e de reflexões sobre o que rodeia o indivíduo no seu quotidiano.

O teatro pode ser utilizado como uma forma de intervenção de problemas sociais. Algumas das aquisições que o teatro pode dar a um indivíduo ou a um grupo são, essencialmente, “fomentar entre outros, o sentimento de pertença, a participação cívica e a cooperação e respeito entre todos” (Júnior & Dalmann, 2012, p.115). Para além destas capacidades, Orifino (2012) refere ainda que “o teatro fazia as pessoas rirem se emocionarem e refletirem” (p.126). O mesmo autor refere ainda que “o riso mata o medo”, que as pessoas têm de viver e de refletir sobre o seu quotidiano (p.125). Para além disso, o teatro pode ser entendido como uma forma de melhorar o nosso relacionamento com os outros e conosco próprios, pois este tem “o poder de transformação (...) e de gerar novas maneiras de pensar e agir” (p.130).

“A expressão dramática/teatro não é assim, pensamos, um corpo de conhecimentos distante, mas algo que se constrói numa dialética criadora entre o Eu e o Outro, numa ligação estreita entre o agir e o pensar... Uma aprendizagem ativa, em que a movimentação dos corpos é sinónima de envolvimento em projetos com sentidos, sem cadeiras que os aprisionem” (Lopes, 2011, p.21).

Este deve de ser um processo co-construído e que deve envolver o indivíduo/grupo ativamente na criação de todo o processo.

Não é possível falar de teatro sem falar de criação. Esta, sem dúvida, é a base de todo o processo de construção do teatro, pois este tem “condições excecionais para renovar a criatividade e intensificar a criação, possível sobretudo, pela dimensão de arte viva, total e plural que o teatro tem” (Bento, 2008, p.28).

Todos os indivíduos nascem com capacidades naturais ao nível da imaginação e criatividade, contudo com o passar do tempo estas vão perdendo estas características. Um dos fatores que está associado à perda desta capacidade é a educação. Isto porque a educação, os professores e as escolas estão tão focados em ter bons resultados a português e a matemática que se esquecem/desvalorizam que as crianças podem ter outro tipo de interesses, e “acabam por nunca estabelecer uma ligação com os seus verdadeiros talentos e, conseqüentemente, por desconhecer o que são realmente capazes de fazer” (Robinson, 2010, p.12).

Deste muito cedo que as crianças se colocam na pele de personagens. Esta é uma atividade considerada “natural”, e, deste modo, “os atos de representação de si e dos outros, em

situações reais ou imaginárias, são um poderoso instrumento para o desenvolvimento pessoal e social do ser humano” (Aguilar, 2001, p.15).

Vianna & Strazzacappa (2001) mencionam que uma instituição que oferece aos indivíduos vivências teatrais está a permitir que estes se confrontem com o mundo que os rodeia, ou seja, o teatro pode permitir que o indivíduo conheça melhor a sua cultura e a sociedade em que está inserido.

Um dos métodos utilizados para que as crianças consigam satisfazer os seus sonhos são as atividades dramáticas, isto porque estas permitem que as crianças se coloquem em diferentes tipos de personagens e que possam voar no tempo, de modo a poderem colocar em prática a sua imaginação e criatividade. Estas atividades dramáticas permitem que as crianças transformem a sua vida real ou imaginária, de modo a transformarem-se a si mesmas e a generalizarem as experiências vividas anteriormente. De acordo com Kowalski (2005), um dos maiores tesouros da linguagem teatral é que existe uma ligação entre a realidade e a ficção/emoções, de modo a permitir que seja o indivíduo a criar e recriar sem limites.

É através das atividades dramáticas que a “criança recria a vida, simboliza o real, expressa emoções, desejos, ideias, sensações e ultrapassa medos, anseios e decepções do seu território, a realidade” (Aguilar,2001, p.24). Mas também pode ser “um meio de expressão e comunicação pessoal e de representação das múltiplas interações em que o ser humano está envolvido” (Kowalski, 2005, p.10). De forma geral, estas promovem um desenvolvimento e mudança de personalidade do indivíduo, isto porque se integram numa pedagogia que valoriza a educação sócio-afetiva. Segundo Aguilar (2001), uma educação sócio-afetiva tem como principais objetivos para o indivíduo “ter consciência de si próprio e dos outros, aprender a gerir as mudanças e aperceber-se da variedade das relações interpessoais”, isto porque estas são “fruto da experiência vivida e que pela prática de jogo dramático, pode ser compreendida, ativada e transformada” (p.19). Por norma, as crianças não realizam jogos para se distraírem, mas sim para compreender a forma como opera a sociedade que as rodeia.

Piaget apresenta-nos uma pedagogia que faz a ponte (ligação) entre o jogo e a educação e a forma como este pode ser benéfico para a criança no seu desenvolvimento e crescimento, referindo que “educar é adaptar o indivíduo ao meio social ambiente e que

o jogo é uma atividade e do conhecimento, que permite a interação da criança com o meio ambiente” (citado por Aguilar, 2001, p.23).

Por vezes, consegue-se conhecer e compreender melhor uma pessoa e as suas atitudes através das personagens que estas criam, do que através das atividades tradicionais. Estas atividades teatrais podem permitir um autoconhecimento, para além de permitirem um hétero conhecimento, pois, tal como foi referido anteriormente, possibilita que o indivíduo consiga expressar sentimentos, desejos ou emoções, mas também que estas sejam observadoras do que as rodeia.

De acordo com Aguilar (2001), existem três critérios fundamentais para definir expressão, que são “estar, comunicar e criar”. É através destes conceitos que, segundo este autor, os indivíduos expressam/comunicam com os outros os seus sentimentos, as ideias, os acontecimentos. Contudo, é também através destes critérios que é possível haver um desenvolvimento social do indivíduo de forma a que permita que este desenvolva e construa a sua personalidade com os outros.

Kowalski (2005) define a expressão dramática como

“consubstancia-se como meio criativo, expressivo e comunicativo facilitador da reflexão, da organização de ideias e emoções, como estímulo lúdico e integrado para descobertas e conhecimentos vários, como meio de aprendizagem artística e de educação estética” (p.20).

Já Aguilar (2001) refere que “expressão dramática é uma forma de expressão e comunicação em que o indivíduo age em vez de dizer o que pensa, o que critica, ou o que o magoa” (p.30). Esta pode ser utilizada para o desenvolvimento da espontaneidade, imaginação, criatividade do indivíduo.

Em síntese, Melo (2005) refere três aspetos fundamentais que a educação artística pode desenvolver nos indivíduos: o primeiro está relacionado como o facto de a criança utilizar as expressões artísticas para resolver os problemas, de modo a mobilizar ferramentas expressivas que permitam à mesma analisar a situação, mas também encontrar uma solução. O segundo permite que a pessoa consiga expressar os seus sentimentos e ideias e, por último, esta autora refere o conhecimento que a educação artística permite que o indivíduo faça de si próprio.

### 4.3 Música

Segundo Bréscia (2003), a música é uma linguagem universal, tendo participado da história da Humanidade desde as primeiras civilizações. Conforme dados antropológicos, as primeiras músicas seriam usadas em rituais como: nascimento, casamento, morte, recuperação de doenças e fertilidade. Com o desenvolvimento das sociedades, a música também passou a ser utilizada em louvor a líderes, como a executada nas procissões reais do antigo Egito e na Suméria.

Atualmente, existem diversas definições para música, mas, de um modo geral, ela é considerada ciência e arte, na medida em que as relações entre os elementos musicais são relações matemáticas e físicas; a arte manifesta-se pela escolha dos arranjos e combinações. Bréscia (2003) conceitua a música como “(...) combinação harmoniosa e expressiva de sons e como a arte de se exprimir por meio de sons, seguindo regras variáveis conforme a época, a civilização, etc.”.

A música na vida do ser humano é tão importante como real e concreta, por ser um elemento que auxilia no bem-estar das pessoas.

A música também cria um terreno favorável para a imaginação, quando desperta as faculdades criadoras de cada um. A música promove um espaço favorável para a imaginação, quando desperta as faculdades criadoras de cada um, ajuda a equilibrar as energias, desenvolve a criatividade, a memória, a concentração, a autodisciplina, a socialização, além de contribuir para a higiene mental, reduzindo a ansiedade e promovendo vínculos (Barreto e Silva, 2004).

A expressão musical desempenha um importante papel na vida recreativa de toda a criança, ao mesmo tempo que desenvolve a sua criatividade, promove a autodisciplina e desperta a consciência rítmica e estética. A educação pela música proporciona uma educação profunda e total.

A música na vida de um indivíduo tem a finalidade de ampliar e facilitar a aprendizagem do educando, pois ensina o indivíduo a ouvir e a escutar de maneira ativa e refletida.

Para Bréscia (2003), a musicalização é um processo de construção do conhecimento que tem como objetivo despertar e desenvolver o gosto musical, favorecendo o desenvolvimento da sensibilidade, da criatividade, do senso rítmico, do prazer de ouvir

música, da imaginação, da memória, da concentração, da atenção, da autodisciplina, do respeito ao próximo, da socialização e afetividade, contribuindo para uma efetiva consciência corporal e de movimentação.

As atividades de musicalização permitem que o indivíduo se conheça melhor, desenvolvendo a sua noção de esquema corporal, apoiando a sua comunicação com o outro. Weigel (1988) e Barreto (2000) afirmam que as atividades de musicalização podem contribuir de maneira indelével como reforço no desenvolvimento cognitivo/ linguístico, psicomotor e sócio-afetivo.

As atividades musicais através da vivência e compreensão da linguagem musical, proporcionam a abertura de canais sensoriais, facilitando a expressão de emoções, ampliando a cultura geral e contribuindo para a formação integral do ser. O trabalho com musicalização é um poderoso instrumento que desenvolve, para além da sensibilidade à música, fatores como: concentração, memória, coordenação motora, socialização, acuidade auditiva e disciplina.

Gainza (1988) afirma que as atividades musicais podem ter objetivos preventivos nos seguintes aspetos: Físico - oferecendo atividades capazes de promover o alívio de tensões relacionadas devidas à instabilidade emocional e fadiga; Psíquico - promovendo processos de expressão, comunicação e descarga emocional através do estímulo musical e sonoro; Mental - proporcionando situações que possam contribuir para estimular e desenvolver o sentido da ordem, harmonia, organização e compreensão.

#### 4.4 Plástica

A designação de expressão plástica de acordo com Sousa (2003) é “o modo de expressão-criação através do manuseamento e modificação de materiais plásticos” (p.159). Cléro em 1974 afirma que a expressão plástica é um “incentivo à criatividade e o despertar da sensibilidade, e não um ensino de regras estéticas, muito menos uma aprendizagem da história da arte numa cronologia histórica sem ligação com as motivações” (p.19). Três décadas depois Civid & Collel, (2004) afirmam que “a vivência de experiências de expressão plástica permite gerar novos conhecimentos, desenvolver a sensibilidade e a criatividade, enriquecer a capacidade de comunicação e expressão e ampliar a forma de ver, entender e interpretar o mundo” (citado por Magueta, s/d, p.235).

Existe um grande impacto da expressão plástica no indivíduo de forma a contribuir para o desenvolvimento de competências quer a nível pessoal, quer social. De uma forma geral, a expressão plástica pode ser utilizada como uma via de construção de ferramentas para o futuro e para o desenvolvimento do indivíduo. Geralmente, esses benefícios estão normalmente ligados aos outros.

De acordo com Magueta (s/d), “a experiência artística, quando partilhada, amplia as oportunidades da construção da relação com o “outro”, na medida em que se concretiza através da partilha de ideias e da expressão de sentimentos, onde todos manifestam criatividade” (p.235). Contudo, é necessário ter em conta que “a expressão plástica é essencialmente uma atitude pedagógica diferente, não centrada na produção de obras de arte, mas no desenvolvimento das suas capacidades e na satisfação das suas necessidades” do indivíduo (Sousa, 2003, p.160). De um modo geral, é possível afirmar que a expressão plástica é uma forma de libertação de sentimentos e de expressões quer estes sejam positivos ou negativos. Pode ser uma via para uma melhor capacidade de comunicação, de participação, de socialização, de criação de relações, através da imaginação e da criatividade.

A criatividade e a imaginação acabam por estar ligadas à expressão plástica uma vez que permitem que o indivíduo seja livre para criar e explorar de forma espontânea. Sousa (2003) refere-se à criatividade como “uma capacidade humana, uma capacidade cognitiva que lhe permite pensar de modo antecipatório, imaginar, inventar, evocar, prever, projectar e que sucede internamente a nível mental, de modo mais ou menos consciente e voluntário” (p169). Barbosa (2008) afirma que

“por meio da arte é possível desenvolver a percepção e a imaginação para apreender a realidade do meio ambiente, desenvolver a capacidade crítica, permitindo analisar a realidade percebida e desenvolver a criatividade de maneira da mudar a realidade analisada” (citado por Magueta s/d, p. 235)

A criatividade na expressão plástica, para além do que os autores referiam, está também presente na exposição daquilo que as pessoas pensam, mas que muitas vezes não têm coragem para projetar. Deste modo, a expressão plástica pode ser considerada uma forma de linguagem e de comunicação com os outros, mas fundamentalmente consigo próprio. Esta criação da expressão plástica pode estar associada ao seu quotidiano, mas também a

problemáticas mais complexas, desta forma a expressão plástica pode ser utilizada como via de consciencializar o indivíduo de maneira a que este se torne mais crítico.

Relativamente à imaginação, Vygotsky (1987) refere que esta

“não se limita à reprodução de imagens historicamente constituídas, mas, com base nelas, cria novas combinações. Experiências históricas e culturais influem na imaginação individual e é pelo enlace emocional que são selecionados os pensamentos, as imagens e as expressões” (citado por Ferreira & Silva, 2001, p.151)

A intervenção da expressão plástica na vida de um indivíduo pode desenvolver competências quer a nível pessoal, social e cultural. Estas competências estão associadas a um processo de construção de conhecimento que tem como principal objetivo o despertar e desenvolver o gosto pela expressão plástica e por favorecer o desenvolvimento ao nível da criatividade, da sensibilidade, da imaginação, da memória, da concentração, da atenção, do respeito pelo próximo, da socialização e da afetividade. De acordo com Magueta (s/d), estas competências devem ser adquiridas através de processos lúdicos, criativos e participativos. Os benefícios de uma intervenção através da expressão plástica estão associados à promoção de um espaço favorável para a imaginação, à ajuda para equilibrar as energias, pode ainda ser uma via para a redução de stress e de ansiedade, para uma maior aptidão de integração e de criação de laços, para a inclusão social e para desenvolver a sua criatividade.

#### 4.5 Dança

A dança de acordo com Sousa (2003), é “uma manifestação de movimentos mais natural, vulgar e espontânea do ser humano. Saltar de alegria, correr contente, movimentar o corpo em movimentos sem utilidade imediata aparente, só porque dão prazer, será dança” (p.113). Ao contrário do que vulgarmente se associa, a dança é muito mais simples, sendo que esta pode ser desenvolvida por qualquer pessoa, independentemente da sua faixa etária, ou seja, a dança pode ser praticada por todas as pessoas, isto porque é acessível e pode ser adaptada a cada um. De acordo com o mesmo autor, este refere ainda que “a dança, serão por isso todos os movimentos, mais ou menos estéticos, com maior ou menos aparato, com ou sem música, em que a finalidade reside no prazer da sua execução e nas suas características criativas” (p.113).

Deste modo, a dança é assim vista como uma forma espontânea, livre e expressiva que permite que qualquer pessoa consiga comunicar e expressar aquilo que sente através dos movimentos corporais. Esses movimentos corporais explorados pelo indivíduo podem, de acordo com Pereira & Ayrosa (2012), representar “o fenômeno social e as imagens que as pessoas têm de si é também condicionada pelas relações sociais que as envolvem” (citado por Natt e Carrieri, 2016, p. 55).

A dança reporta um grande leque de benefícios quer sejam estes a nível físico, afetivo, social, cognitivo, psicológico, expressivo e comunicativo. Ao nível físico, os benefícios, de acordo com Varregoso, Machado & Barroso (s/d), estão ligados a uma melhoria das funcionalidades corporais, sendo que os movimentos corporais de acordo com Natt & Carrieri (s/d) podem estar associados à forma como o indivíduo compreende o mundo, e a de que modo este utiliza o seu corpo para compreender e aceder ao mesmo mundo, ou seja, os movimentos corporais podem ser considerados uma forma de linguagem e de comunicação com os outros, mas também podem transmitir

“marcas (...) que revelam a história, as memórias e experiência dos sujeitos, permitindo que se identifique e comunique de forma reconhecível e informativa, que não se pode esquecer, aquilo que não se pode apagar, e um corpo marcado, é uma forma de comunicação” (Natt & Carrieri, s/d, p.56).

Relativamente aos benefícios cognitivos, estes estão ligados ao treino de competências de conhecimento, atenção, concentração, memorização, resolução de problemas. Ao nível psicológico está associado o desenvolvimento, a melhoria da capacidade criativa, a autoestima. Ao nível social remetemos para a inclusão social e ao nível expressivo a dança pode ser um meio de comunicação com o outro. Laban (1990) define cinco grandes dominantes da dança: corpo, espaço, tempo, dinâmica e relações, sendo que estas estão interligadas e dependem umas das outras.

De uma forma geral, é possível afirmar que a dança contribui com vários benefícios para a vida pessoal, social e cultural do indivíduo, visto que esta atua em vários departamentos de modo a promover o bem-estar do indivíduo e a socialização. Segundo Lopez (1988), “há evidências científicas de que a dança melhora padrões motores, rítmicos, temporais e posturais, habilidades e capacidades motoras” (citado por Varregoso, Machado, Barroso, s/d, p.258). A dança

“está centrada em envolver as pessoas de modo criativo e com segurança, explorando ideias da dança e encontrando formas próprias, dentro ou fora de um gênero específico de dança (...) esta acontece de modo, a propiciar participação, aprendizado, criação de performance e também praticar, observar e falar de dança” (Vendramin, Velho & Ferraz, 2016, p.6).

De forma simplista, é possível afirmar que a dança corresponde aos movimentos corporais que têm como principal finalidade o prazer que o indivíduo retira da sua execução, acabando por deixar de parte aquilo que supostamente é bonito para fazer aquilo que o faz sentir bem. Deixa-se, assim, de lado aquilo que possam pensar e aquilo que nos rodeia, porque o importante é aquilo que sentimos no momento e aquilo que queremos transmitir.

A dança é considerada uma forma livre e espontânea de satisfazer as suas necessidades ao nível de expressão/sentimentos, mas também a nível de movimentos corporais, de acordo com Sousa (2003), “qualquer forma de movimento que não tenha outra intenção para além de expressão de sentimentos, de sensações ou de pensamentos, poderá ser considerada como dança” (p.9). A dança tem com intuito permitir ao indivíduo exprimir-se de uma forma livre e criativa, de forma a corresponder às suas necessidades, deixando de parte as coreografias e os movimentos considerados “bonitos” para produzir algo que lhe dê prazer. Mais do que conseguir transmitir uma mensagem ao outro, aquilo que o seu corpo quer dizer, é mais importante que o seu próprio corpo se deixe fluir pelos movimentos e deixe de lado aquilo que outros vão pensar.

#### 4.6 Fotografia

De acordo com Meirinho (2016),

“a fotografia pode ser vista nos estudos de investigação-ação participativos como instrumento catalisador de mudanças, justificado através da dupla função que a imagem fotográfica pode assumir: como expressão criativa visual ou como um meio de retração de realidade e contextos” (p.110).

Cada vez mais, surgem estudos que recorrem ao uso da fotografia como intervenção, contudo, normalmente esta é sustentada com uma outra componente. São raras as exceções em que a fotografia é apenas o único método utilizado. À medida que o tempo passa, a fotografia participativa tem-se tornando importante, isto porque “passa a integrar à investigação empírica um processo de aprendizagem colaborativa, sedimentando a possibilidade de beneficiar grupos excluídos e minorias que estão fora da discussão e formulação das políticas públicas que os afetam” (Greenwood e Levin, 1998, citado por

Meirinho,2016, p.108). Sendo assim, a fotografia participativa é capaz de trabalhar com qualquer tipo de população, sendo esta adaptada às suas características e às suas especificidades.

A importância da fotografia participativa na vida de uma criança, de um adolescente, de um adulto ou de um idoso deve-se ao facto de “as imagens fotográficas poderem fornecer dados e conhecimentos que não podem ser traduzidos em outras formas de comunicação” (Prosser e Schwartz, 1998, p.116 citado por Meirinho,2016, p.109). Através da fotografia, o participante pode dar a conhecer a realidade aos outros, mas também expressar os seus sentimentos. De um modo geral “a imagem fotográfica foi o instrumento que nos fornece a oportunidade de aceder a distintas realidades, perspectivas, comunicar e sensibilizar” os participantes para as questões sociais que os rodeiam (Meirinho,2016, p.110). Esther Prins (2010) apresenta alguns dos benefícios que a fotografia participativa pode trazer aos seus participantes, sendo que este destaca a importância que a fotografia pode revelar em aspetos que aparentemente não são tão visíveis aos outros por outras metodologias aplicadas em contextos sociais. A fotografia participativa apresenta uma série de vantagens e de benefícios em diferentes níveis da vida de um indivíduo e até mesmo de uma comunidade. Meirinho (2010) apresenta ainda outros benefícios da fotografia participativa como: “novas perspectivas sobre si próprios e a sua situação; aumento da autoestima; reforço a equidade de género; reconhecimento e reflexão enquanto grupo; defesa coletiva direcionada para a mudança social” (p.107).

A fotografia participativa pode funcionar através do processo de aprendizagem e de perspectivas/realidade ao mundo no qual os participantes estão envolvidos, “as imagens podem funcionar como ponto de partida e de referência para discussões desde desconhecido e seu conteúdo literal pode inclusive ser lido do cruzamento de fronteiras culturais” (Collie,1986, p.99 citado por Meirinho, 2016 p.107). Este método pode ser utilizado para que os participantes refletiam sobre a sua situação e do meio envolvente em que estão inseridos e que, posteriormente, reflitam sobre as imagens do seu mundo através de uma linguagem não-verbal. Edwards refere que a imagem fotográfica passa por “metáforas visuais que unem esse espaço entre o visível e o invisível que comunica não através do paradigma realista, mas sim através de uma expressividade” (2008, p.58 citado por Meirinho,2010, p.105). Meirinho refere que “a magia que envolve a imagem, não unicamente focada na composição ou nas estratégias visuais, mas na capacidade que a

fotografia possui em transmitir discursos e contar histórias, a partir das experiências pessoais de cada indivíduo” (2016, p.105).

A fotografia passa a ser um suporte e ferramenta de trabalho

“que serve como um instrumento para criar relações, informar e organizar indivíduos da comunidade, permitindo-lhes dar prioridade às suas preocupações e discutir seus problemas e soluções coletivamente, através dos enquadramentos visuais” (Wang e Burris,1997, p.370, citado por Meirinho,2016, p.111)

## Capítulo II- Metodologia

### 1- Opção Metodológica

#### 1.1 Investigação qualitativa

O método de investigação utilizado neste processo de investigação foi o método qualitativo. Na perspetiva qualitativa, o objeto de estudo não são os comportamentos humanos, mas as intenções e situações, ou seja, trata-se de investigar ideias, de descobrir significados nas ações individuais e nas interações sociais, a partir da perspetiva dos atores intervenientes no processo. A inter-relação do investigador com a realidade acontece a partir do terreno à medida que os dados empíricos emergem. (Coutinho, 2013).

Segundo Reichardt e Cook (1986), as principais características que definem o método qualitativo são:

“interesse em compreender a conduta humana a partir dos próprios pontos de vista; observação naturalista e sem controlo; subjetivo; próximo de dados «perspetiva a partir de dentro»; fundamento da realidade, orientado para a descoberta, exploratório, expansionista, descritivo e indutivo; orientado para o processo; válido: dados «reais», «ricos» e «profundos»; não generalizável: estudos de casos isolados; assume uma realidade dinâmica” (Citado por Carmo e Ferreira, 1998, p. 177)

De acordo com Coutinho (2013), as principais características na investigação qualitativa são: a teoria surge à posteriori e a partir da análise dos dados; fundamenta-se na observação dos sujeitos, na sua interpretação e significados próprios; não se baseiam nas conceções prévias do investigador que estatisticamente comprova e generaliza; não aceita uniformização dos comportamentos, mas a riqueza da diversidade individual (particulariza); mais importante do que o rigor, é a relevância dos significados; usa preferencialmente técnicas de observação: observação naturalista (dados do meio natural), observação participante (com a participação do investigador) e observação participativa (participação mediatizada); (Coutinho, 2013, p.30).

#### 1.2 Investigação Ação Participativa

Para a realização desta intervenção, privilegiou-se a metodologia de Investigação Ação Participativa (IAP), por ser considerada a mais adequada à realização desta investigação. Assim sendo, esta metodologia enquadra-se no paradigma socio-crítico e pode ser

entendida como uma busca pela compreensão do mundo para assim melhor se viver nele (Lima, 2003).

A IAP pode ser definida como

“um processo democrático, participativo, que diz respeito ao desenvolvimento do saber prático para propósitos humanos dignos, fundamentado numa visão do mundo participativa, (...), procura juntar a ação e a reflexão, a teoria e a prática, de forma participada, na procura de soluções para questões importantes para as pessoas” (Reason & Bradbury, 2000, citado por Lima, 2003, p. 317).

Assim sendo, procurou-se ao longo do desenvolvimento da experiência envolver as crianças, as mães e os técnicos, dando voz a cada um deles e procurando que participassem no projeto a ser desenvolvido.

Este tipo de investigação vê todos os atores e intervenientes como construtores do mundo, procurando que todos assumam responsabilidades, embora estas responsabilidades sejam diferentes dependendo dos poderes que cada sujeito possui (Lima, 2003).

Esta metodologia tem como objetivo fazer com que os sujeitos tenham a capacidade de adquirir aprendizagens para assim poderem possuir um melhor domínio sobre as coisas e acontecimentos que afetam o seu quotidiano (Lima, 2003), procurando, neste sentido, dar poder aos sujeitos (Lima, 2003). Neste seguimento, a IAP serve-se dos recursos do local para assim gerar novos recursos (Ander-Egg, 1990). Posto isto, procurar-se-á que cada individuo reflita acerca das suas ações e que haja uma transformação da realidade. Procura-se que a transformação seja feita pelos atores da realidade aproveitando todas as potencialidades e recursos existentes e, se possível, criar novos recursos e novas potencialidades, pretendendo transformar/ mudar a realidade numa perspetiva coparticipada.

Neste sentido, esta metodologia pode conduzir a uma nova forma de investigar, pois surge da necessidade de garantir a justiça social e procurar o desenvolvimento e a transformação (Lima, 2003). Verifica-se, então, como ator principal a comunidade, um ator coletivo na produção do conhecimento. (Lima, 2003). A IAP procura envolver simultaneamente os investigadores e as pessoas a quem o projeto se destina, sendo que estas pessoas devem ser vistas como sujeitos ativos, essenciais para o conhecimento da realidade (Ander-Egg, 1990). Será essa mesma participação coletiva que criará condições para o desenvolvimento da comunidade, pois *“a investigação-ação participativa corresponde a um modo de procurar entender o mundo para nele melhor se viver (...). É uma posição*

*que não procura apenas conhecer o mundo, mas também transformar alguma coisa...*” (Lima, 2003, p. 306). Desta forma, é através da análise crítica, da reflexão e da problematização das suas realidades, que os sujeitos se vão implicando e participando cada vez mais com vista ao seu desenvolvimento (Lima, 2003). Assim sendo, devemos procurar melhorar a qualidade de vida das pessoas e promover o seu desenvolvimento através da sua participação na elaboração do projeto, mas devemos também procurar empoderar os indivíduos de modo a que eles sejam capazes, de uma forma reflexiva, traçar os seus próprios caminhos (Caride, 2005).

Contudo, na IAP tem de haver uma superação das relações hierárquicas entre o investigador, que possui o conhecimento teórico e metodológico, e as pessoas que contribuem com as suas vivências, experiências e conhecimentos sobre a sua realidade (Ander-Egg, 1990).

A Investigação-Ação Participativa (IAP) ajusta-se ao paradigma socio-crítico, evidenciando a transformação social e a reflexão crítica sobre uma realidade. Esta é muito utilizada no desenvolvimento de projetos de Educação e Intervenção Social, porque promove um processo contínuo de construção de conhecimento sobre uma realidade e os seus sujeitos e também demonstra a forma como se relacionam com a mesma. É, ao mesmo tempo, um método de produção científica e de ação social que provoca uma mudança, não pretende apenas conhecer a sociedade e a forma como esta se rege, mas também transformá-la (Lima, 2003). A IAP procura a ligação entre a ação e a reflexão para encontrar soluções importantes na resolução dos problemas que os grupos enfrentam, envolvendo assim os indivíduos neste procedimento. É também um processo democrático que se apoia numa visão participativa do mundo (Reason & Bradbury, 2001 citado in Lima, 2003). Nesta abordagem metodológica o investigador/educador utiliza a IAP para se envolver com a comunidade, permitindo aos indivíduos participarem ativamente na resolução dos seus problemas, trabalhando com estes para melhorar a qualidade das suas vidas e ultrapassar as suas dificuldades, contribuindo assim para a mudança da sua realidade (Coutinho, 2013).

### 1.3 Instrumentos de recolha de dados

A recolha de dados assenta em todo o tipo de técnicas que possibilitam obter informação relevante para a investigação, assim deve saber-se o que recolher e como o fazer, que

tipos de instrumentos mais pertinentes a utilizar, e ter em conta os dados que podem contribuir para a veracidade da informação da investigação.

Para que esta investigação seja concretizada segundo a metodologia acima descrita, é necessário refletir acerca dos instrumentos que serão utilizados para recolher a informação, sendo estes: a entrevista, o questionário e o diário de bordo (da investigadora, das crianças/jovens e das mães/mulheres).

A implementação do processo de recolha de dados decorre do levantamento dos dados entre o dia dezassete de fevereiro de 2018 e o dia treze de abril de 2018.

Segundo Bisquerra (1989, citado por Sousa, 2009, p.181), os “*instrumentos de medida*” ou “*técnicas de recolha de dados*” são os meios técnicos que se utilizam para registar as observações ou facilitar o tratamento experimental.

### **A Entrevista**

“é bastante adequada para a obtenção de informações acerca do que as pessoas sabem, creem, esperam, sentem ou desejam, pretendem fazer, fazem ou fizeram, bem como acerca das suas explicações ou razões a respeito das coisas precedentes” (Selltiz et al., 1967 citado por Gil, 1999, p. 117).

O principal objetivo da entrevista é a recolha de informação, sendo que esta recolha pode ser feita através de um conjunto de questões, abertas ou fechadas, que são colocadas pelo investigador ao entrevistado (Coutinho, 2013). Este instrumento é bastante importante no que diz respeito à recolha de dados válidos acerca das perceções, apreciações, ideias e crenças dos sujeitos (Boutin, Goyette & Lessard-Hérbert, 2005). Podem ser realizadas pessoalmente, pelo telemóvel ou pela internet (Coutinho, 2013). Neste projeto de investigação as entrevistas serão realizadas pessoalmente aos técnicos que trabalham na casa abrigo (educadora social; psicóloga e o coordenador da casa abrigo). (ver anexo Guião da entrevista x)

### **O Inquérito por questionário**

“No sentido de garantir a comparabilidade das respostas de todos os indivíduos, é absolutamente indispensável que cada questão seja colocada a cada pessoa da mesma forma, sem adaptações nem explicações suplementares resultantes da iniciativa do entrevistador” (Ghiglione & Matalon, 1993, p.121).

Relativamente ao inquérito por questionário, esta é uma forma de recolha de dados qualitativa, assenta na técnica de inquirição ou inquérito e abrange questões direcionadas às pessoas, realizadas através de um formulário que contém diversas perguntas, elaboradas com o intuito de obter informações relevantes para a pesquisa (Coutinho,

2013). O inquérito por questionário é utilizado quando o investigador pretende obter informações através de um número elevado de pessoas, com o objetivo de compreender melhor as características dos grupos que o próprio está a estudar (Coutinho, 2013).

Na realização do questionário é necessário ter em conta a forma como as perguntas são colocadas devido ao grupo que o investigador quer inquirir. Este deve adequar a escrita para que as questões sejam compreendidas. Também é necessário perceber o porquê da construção de um questionário e os objetivos que levam à realização das questões, pois devem de ser claros e evidentes (Coutinho, 2013). No presente projeto de investigação foram realizados dois inquéritos por questionário, sendo que o primeiro (anexo x) foi direcionado a crianças/jovens da casa abrigo da região norte. O segundo (anexo x) foi elaborado pelas mães/ mulheres da casa abrigo.

### **Diário de Bordo**

“escrever sobre o que estamos fazendo como profissionais (...) é um procedimento excelente para nos conscientizarmos de nossos padrões de trabalho. É uma forma de “distanciamento” reflexivo que nos permite ver em perspetiva nosso modo particular de atuar. É além disso, uma forma de aprender” (Zabalza, 2004, p.10).

O instrumento diário de bordo foi utilizado pela investigadora do projeto, pelas mães/mulheres e pelas crianças e jovens que estavam inseridos no projeto de investigação. No que diz respeito ao diário de bordo das participantes (anexo x) e ao diário de bordo das crianças/jovens (anexo x), estes foram realizados sempre individualmente no final de todas as sessões, de modo a permitir que todos os participantes refletissem e avaliassem a experiência vivenciada, os sentimentos, os pontos de vista positivos e negativos e os aspetos a melhorar numa próxima sessão. Bertono (2004) destaca a relevância dos registos feitos no diário de bordo, pois a partir deles é possível

“identificar as dificuldades encontradas, os procedimentos utilizados, os sentimentos envolvidos, as situações coincidentes, as situações inéditas e, do ponto de vista pessoal, como se enfrentou o processo, quais foram os bons e maus momentos por que se passou e que tipos de impressões e de sentimentos apareceram ao longo da atividade, ao longo da ação desenvolvida” (Citado por Dias et al, 2013, p. 4).

Este instrumento de recolha de dados permite ao investigador ter conhecimento de informações que podem ou não ser mensuráveis, relativamente aos sujeitos de intervenção, contribuindo para uma melhor compreensão do que sentem e pensam.

Quanto ao Diário de Bordo da investigadora (Anexo x), este foi aplicado no final de todas as sessões, de modo a registar todas as observações e considerações relevantes da sessão. Este instrumento tem uma grande diversidade de informações, desde ideias a situações

pontuais que decorreram na sessão, mas também aspetos que a investigadora foi observando ao longo da sessão.

Referenciando os diários Alves (2001), consta que:

“o diário pode ser considerado como um registo de experiências pessoais e observações passadas, em que o sujeito que escreve inclui interpretações, opiniões, sentimentos e pensamentos, sob uma forma espontânea de escrita, com a intenção usual de falar de si mesmo” (Citado por Dias, et all, 2013, p. 4).

## 2- Problemática

### 2.1 Pertinência

O presente projeto de investigação realizou-se numa casa abrigo da região norte de Portugal. Isto porque foi sentido pela investigadora e pela sua experiência de trabalho em anos anterior de apoio às vítimas de violência doméstica a pouca intervenção artística ligada a este tipo de instituições em Portugal.

O projeto procurará responder as necessidades identificadas que foram declaradas e sentidas pelas mulheres/mães e pela equipa técnica, como foco fundamental da intervenção. Posto isto, procurou-se, juntamente com as pessoas, construir um projeto que respondesse aos problemas e necessidades priorizados e que, por isso, são necessários colmatar. Procurou-se também que este projeto envolvesse todos os atores da realidade e, simultaneamente, tivesse significado para eles, porque só assim se podem envolver e estar disponíveis para a mudança.

Neste sentido, torna-se necessário clarificar o que se entende por projeto. Primeiramente, torna-se importante referir que os projetos nascem da aspiração de melhorar a realidade em que os sujeitos estão inseridos (Serrano, 2008). O projeto pode ser definido como um “*avanço antecipado das ações para conseguir determinados objetivos*”, no entanto, para existir um projeto tem de haver uma vontade coletiva e mudança (Serrano, 2008, p.16; Guerra, 2010). Assim sendo, o projeto possui uma intenção, implica ter um plano, está relacionado com o comportamento dos indivíduos orientados e possui uma finalidade (Mendonça, 2002; Boutinet; 1995). Assim sendo, os projetos sociais são pensados com o intuito de resolver problemas e de satisfazer as necessidades da população (Serrano, 2008). A ideia principal do projeto centra-se na oportunidade de os indivíduos se apropriarem das aprendizagens e de se desenvolverem de uma forma autónoma, livre e solidária (Mendonça, 2002).

O presente projeto, tal como já foi mencionado, foi realizado numa casa abrigo na zona norte de Portugal, tendo como principais fundamentos compreender a importância das linguagens artísticas e os benefícios que estas proporcionam aos residentes (mulheres e crianças) da casa abrigo. De modo a proteger os participantes, os residentes e os técnicos da instituição, não será revelada a sua localização nem a sua denominação social, deste modo a instituição será referenciada como a Casa Abrigo no Norte.

O projeto provém de interesse pela investigadora de trabalhar numa casa abrigo, pela sua complexidade, mas também pela carência afetiva dos residentes da mesma, sendo esta uma realidade bem presente em Portugal, tal como foi visível no enquadramento teórico. Por outro lado, também foi relevante a experiência profissional da investigadora ao trabalhar com populações em risco e da conexão que esta tem com pessoas em situações de acolhimento institucional.

Relativamente às linguagens artísticas utilizadas neste projeto, estas foram escolhidas pelas participantes no questionário realizado inicialmente, estando as suas principais áreas de interesse ligadas à dança, teatro e música.

No que diz respeito às atividades desta natureza propostas pela instituição, estas são apenas trabalhadas em datas festivas. Deste modo, a investigadora achou pertinente propor à instituição um conjunto de sessões de modo a que as residentes da casa pudessem usufruir de experiências ligadas às linguagens artísticas, sendo que grande parte das participantes não tiveram qualquer contacto anterior com as mesmas, com a exceção das crianças que realizavam algumas atividades de expressão plástica na escola.

Por outro lado, este projeto decorre da abordagem de diversos autores (Descombes (1974), Sokolov (1975), Coopersmith (1976) e Harter(1978), Sousa, (2003), Seixas, Magalhães e Gradíssimo (2010)) que mencionam os benefícios das Linguagens Artísticas, bem como o impacto que estas têm na vida de uma criança, mas também num adulto, quer nas competências e capacitação dos sujeitos de intervenção, quer no seu desenvolvimento pessoal, social, profissional e relacional.

Atendendo à complexidade da realidade envolvente dos participantes na casa abrigo, é a relevância das linguagens artísticas, como forma de intervenção neste contexto, que poderá sentido, uma vez que os residentes têm histórias de vidas procedentes de violência e de terror. Este tipo de marcas na vida de um indivíduo leva a que, em muitos casos, estas mulheres tenham uma baixa autoestima, autoconfiança e valorização pessoal. Relativamente às crianças, estas podem ter algumas dificuldades no relacionamento interpessoal e podem adotar comportamentos violentos para com as mães.

Sendo esta uma questão muito vulnerável, é de salientar que este projeto denominado “Por um mundo mais artístico, com menos nós e mais laços” está dividido em três fases com o intuito de responder a algumas das lacunas sentidas pelas progenitoras da instituição.

## 2.2 Pergunta de partida

De acordo com Quivy e Campenhoudt (2005), uma pergunta de partida constitui normalmente o primeiro meio para romper com o senso comum e deve, ao mesmo tempo, ter três qualidades essenciais: clareza, exequibilidade e pertinência, pois através da pergunta de partida consegue-se ter uma ideia clara acerca do objetivo a alcançar. Além disso, deve ser precisa, realista e compreensível, ou seja, modo CCC – curta, clara e completa:

“(...) com esta pergunta o investigador tenta exprimir o mais exatamente possível aquilo que se procura saber, elucidar, compreender melhor. A pergunta de partida servirá de primeiro fio condutor da investigação” (Quivy e Campenhoudt, 2005, p.32).

Na presente investigação, a pergunta de partida foi definida com base em problemáticas identificadas na casa abrigo, e que foram contidas nas atividades das linguagens artísticas direcionadas às mulheres e crianças residentes na casa abrigo do Norte, tendo derivado na seguinte forma: **“Quais os contributos das linguagens artísticas na relação de mãe e filho(s) no contexto casa abrigo?”**

## 2.3 Objetivos

Os objetivos num projeto de investigação são o propósito que se pretende alcançar com a realização e implementação do projeto (Serrano, 2008). Assim sendo, os objetivos do projeto são os resultados que se pretende alcançar dentro de um período de tempo através da realização de um conjunto de ações (Serrano, 2008). De forma a dar resposta à pergunta de partida mencionada anteriormente, foram formulados objetivos gerais e específicos para esta problemática.

Os **objetivos gerais** são propósitos amplos que devem ser coerentes com a finalidade, descrevendo um trabalho a seguir (Serrano, 2008; Guerra, 2010). Neste sentido, os objetivos gerais definidos para o presente projeto de investigação são:

- Desenvolver a dimensão relacional entre mãe e filho(s) com recurso às linguagens artísticas;
- Promover a autoestima dos participantes através das linguagens artísticas;

Os **objetivos específicos** são mais concretos e, por isso, identificam os resultados que se pretende atingir através da concretização do projeto, devem ser formulados em termos operacionais e devem detalhar o objetivo geral (Serrano, 2008; Guerra, 2010). Desta forma, os objetivos específicos formulados foram:

- Promover a convivência positiva entre mãe e filho(s);
- Compreender o impacto das linguagens artísticas nas relações parentais;
- Promover as linguagens artísticas como forma de aprendizagem de partilhar, confiar e respeitar o outro;
- Promover a sua Autoestima e autoconfiança
- Compreender as suas emoções;

### 3- Contexto da Experiência

De acordo com o que foi anteriormente mencionado, este projeto de investigação e intervenção, através das Linguagens Artísticas, destina-se a residentes (mulheres e crianças) de uma casa abrigo do Norte, pelo que será explicitada a sua contextualização no que se refere ao local, grupo de participantes, recursos utilizados, pergunta de partida e objetivos.

#### 3.1 Análise dos Questionários Iniciais

A fim de fazer um possível diagnóstico sobre as experiências prévias do grupo em relação às linguagens artísticas, foram elaborados dois Questionários iniciais, sendo que o Questionário nº1 (Anexo nº1) foi dirigido às crianças/jovens e o Questionário nº2 (Anexo nº2) às mulheres/mães residentes da casa abrigo. Através dos Questionários Iniciais, aplicados na primeira fase da implementação do projeto, foi possível ter conhecimento das idades específicas de todos os participantes e da sua contextualização escolar. Para além disso, foi transmitido pelos participantes quais as linguagens artísticas de interesse em ambos os questionários, sendo as linguagens artísticas relacionadas com a música e dança os valores mais altos em ambos os questionários, tal como é possível verificar na figura nº2

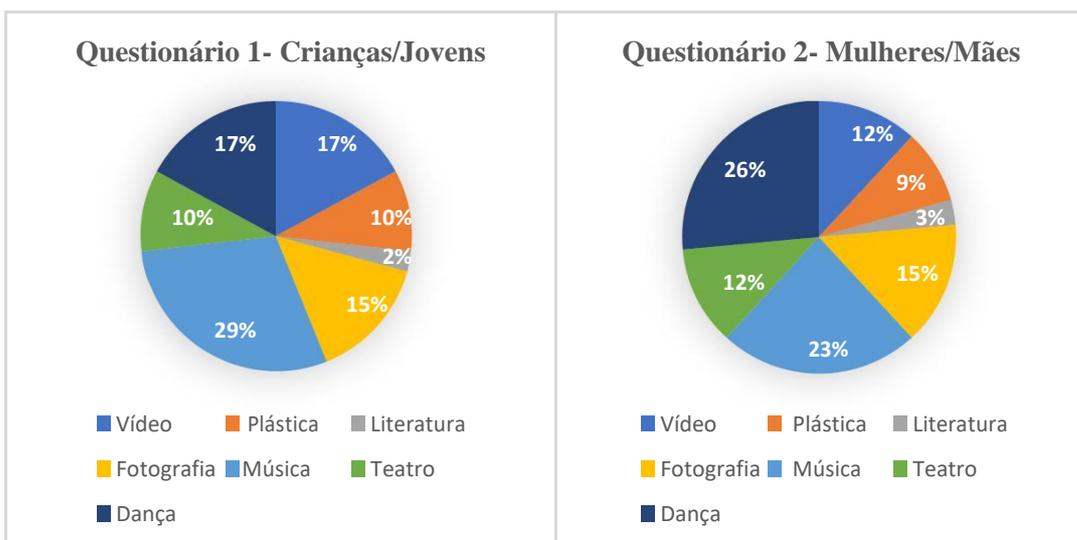


Gráfico 1 - Interesse das Linguagens Artísticas

Relativamente ao contacto com as linguagens artísticas, todas as crianças já o tiveram na escola e no pré-escolar. De acordo com o questionário 2, quando questionadas se já tinham tido algum contacto com as linguagens artísticas, apenas duas mulheres/mães nunca tinham tido contacto com nenhuma área artística, todas as restantes participaram em atividades desta natureza na escola, sendo que apenas uma delas frequentou um curso de fotografia e duas estiveram integradas num grupo de dança (break, dance; jazz) quando eram mais novas. Por sua vez, as mulheres/mães consideram a arte importante na vida de uma pessoa, referindo mesmo o impacto que esta pode ter na vida de um indivíduo.

No que diz respeito ao interesse em ter contacto com as artes, os participantes do Questionário 2 mencionaram um grande interesse pelo mesmo, tal como é visível na tabela nº I apresentada:

<i>Categoria</i>	<i>Subcategoria</i>	<i>Evidências</i>
Razões de Interesse	Eu	- Servem para partilhar com o outro ( <b>Relato da mulher/mãe A</b> ) - Porque me sinto bem ( <b>Relato da mulher/mãe B</b> ) - Porque exprimimos os nossos dons e autoestima ( <b>Relato da mulher/mãe E</b> )
	Refúgio	- Preciso de alguma distração para elevar o astral ( <b>Relato da mulher/mãe L</b> ) - Porque aprendemos coisas novas e ajuda a libertar a tensão que temos ( <b>Relato da mulher/mãe C</b> )
Linguagens Artísticas	Importância das atividades	- Gostava de ter mais atividades ( <b>Relato da mulher/mãe H</b> ) -É bom participar em atividades ( <b>Relato da mulher/mãe D</b> )

Tabela I-Interesse pelo projeto

Relativamente à opinião que as crianças têm quanto às atividades artísticas, estas convergem entre o divertimento (referenciado pelas crianças/jovens O, M, D) e o gosto pelas mesmas (crianças/jovens I, G, E, C, B, A), sendo que uma criança mencionou o facto destas serem uma forma de se poderem expressar (criança/jovem L).

Por sua vez, estas crianças/jovens realizam as atividades com a família, os amigos e até mesmo sozinhas, como é visível no gráfico apresentado. Sendo que as percentagens mais elevadas são com os amigos e sozinhas.

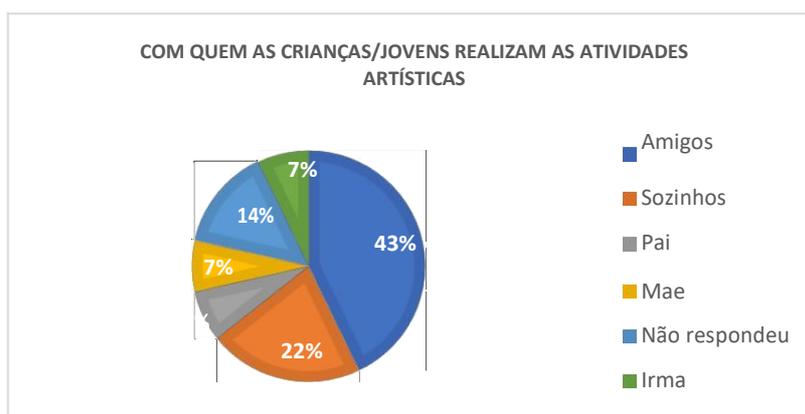


Gráfico 2 - Com quem as crianças/jovens realizam as atividades artísticas

### 3.2 Caracterização da Instituição

Com o intuito de proteger o anonimato das mulheres/mães, das crianças/jovens e dos técnicos da casa abrigo não será revelado a sua localização na mesma, bem como o seu nome. Deste modo, irei utilizar a designação casa abrigo do Norte para representar a casa abrigo onde foi realizado o projeto de investigação.

Este projeto foi executado numa casa abrigo que é uma instituição pública de proteção às mulheres vítimas de violência doméstica, que esta está em vigor desde a lei nº107/99 de 3 de agosto. De acordo com o guia prático de apoios sociais a vítimas de violência doméstica criado pelo Instituto da Segurança Social, a Casa Abrigo é um “*acolhimento temporário de mulheres e seus filhos que, por questões de segurança, não possam ficar em casa*”, sendo que este acolhimento apenas se destina a mulheres vítimas de violência doméstica que podem ou não estar acompanhadas pelos seus filhos menores.

Este acolhimento é considerado temporário/de curta duração, sendo apenas de seis meses de acordo com o decreto-lei nº 323/2000. Esta medida poderá ser renovada a título excepcional, se a equipa técnica que acompanha o caso fundamentar/justificar o mesmo no

relatório de avaliação da situação do utente. Sendo o acolhimento numa casa abrigo de curta duração, pretende-se que ao longo desse período, o utente possa voltar à vida na comunidade de origem, ou refazer a sua vida noutra comunidade.

Os principais objetivos de uma casa abrigo prendem-se com proporcionar às mulheres um alojamento seguro e temporário, acompanhadas ou não de menores, proporcionando um equilíbrio físico e emocional, garantindo condições de dignidade e respeitadoras da sua privacidade; capacitar e promover aptidões pessoais, profissionais e sociais de modo a evitar eventuais situações de exclusão social e ter em vista a sua efetiva reinserção familiar, social e profissional; ajudar as mulheres a tornarem-se progressivamente mais aptas a definir o seu projeto de vida e levá-lo avante, proporcionar às mulheres e menores as condições necessárias à sua educação, saúde e bem estar integral num ambiente de tranquilidade e segurança.

A casa abrigo na região norte tem capacidade para acolher 45 utentes, sendo que este número inclui mulheres e menores. A casa abrigo é composta pelas seguintes instalações: quinze quartos, quarenta e três camas, três berços, sendo que treze destes quartos são ocupados por um utilizador com menores a cargo, e a maioria destes tem capacidade para três ocupantes; dois quartos são ocupados até ao máximo de duas utilizadoras quando não vêm acompanhadas de menores. Esta instituição é composta por cinco espaços comuns, sendo estes a área de receção, sala de convívio e lazer, refeitório, sala de estudo, área exterior com parque infantil, uma lavandaria, uma despensa, uma cozinha, treze wc's correspondentes aos quartos, um wc de apoio a deficientes e comum aos utilizadores e um wc reservado a funcionárias/os.

Relativamente aos recursos humanos existentes na casa abrigo do Norte, esta é composta por um diretor técnico na área da psicologia, um psicólogo, um educador social e um elemento na área de direito, sendo que este está em regime de avença. Esta instituição conta com cinco auxiliares de ação direta, uma auxiliar de serviços gerais e uma cozinheira. De acordo com o decreto-lei nº323/2000, a equipa técnica de uma casa abrigo deverá ser composta por uma equipa pluridisciplinar, sendo que esta deverá integrar valências de direito, psicologia e serviço social. Esta equipa tem como principais funções o diagnóstico da situação da vítima, bem como dos apoios necessários para a situação em concreto. Por fim, estas equipas juntamente com a vítima deverão delinear e executar o projeto de promoção e proteção da vítima.

A Casa Abrigo do Norte é uma instituição que funciona em regime permanente, ou seja, está em funcionamento vinte e quatro horas por dia. Esta instituição é composta por um horário de funcionamento de refeições, sendo estas o pequeno-almoço que se realiza das 8:15h às 9:15h; o almoço das 12:00h às 13:30h; o lanche das 16:00h às 17:00h; o jantar das 19:00h às 20:30; as ceias para crianças 21:30h; ceias para utilizadoras às 22:30. O banho dos utentes da instituição é realizado conforme as necessidades de cada um. Relativamente às salas de estudo e de leitura, estas têm um horário entre às 9h e as 23h.

O recolhimento aos aposentos para as utentes dá-se até às 24h, para as crianças até aos 11 anos de idade até às 22h nos dias de semana e até as 22:30h nos fins de semana e período de férias, para as crianças com idades superiores aos 12 anos de idade até às 22h no período escola e até às 24h no período de férias e fins e semana.

Relativamente às saídas ao exterior da instituição, estas carecem de uma autorização por parte da equipa técnica, sendo que a utente deverá preencher uma folha de saída, em que deverá mencionar a duração da saída e o local da mesma. As saídas ao fim- de-semana deverão ser comunicadas com aviso prévio, para que a equipa possa avaliar a situação. O mesmo acontece com as saídas que implicam dormida fora da instituição, sendo que estas só são autorizadas após as utentes terem cumprido um mês de estadia na instituição e mediante a avaliação do risco.

### 3.2 Caracterização dos participantes

Todas as residentes da casa abrigo foram convidadas a participar no projeto, sendo que algumas demonstraram interesse e motivação relativamente ao projeto, particularidades essenciais para um pleno envolvimento em qualquer atividade artística. Com o intuito de proteger o anonimato das mulheres/mães, das crianças/jovens e dos técnicos da casa abrigo irei utilizar a letras de modo a representar cada um dos participantes.

#### 3.2.1 Mulheres/Mães

No presente projeto de investigação, o grupo foi constituído por 9 participantes com idades compreendidas entre os 23 e os 48 anos, conforme os dados apresentados na Tabela n.º1. De modo a proteger a identidade das participantes envolvidas neste projeto, foi

atribuída uma designação a cada uma das participantes, de modo a não expor os seus nomes próprios, tendo estes sido substituídos por uma letra.

O presente projeto de investigação está dividido em 3 fases distintas, sendo que a primeira fase corresponde ao auto/ hetero-conhecimento dos participantes. A 2ª fase está relacionado com o fortalecimento de laços entre as mães e os filhos, por último a 3ª fase surge para desenvolver a autoconfiança, autoimagem e autoestima das mães-mulheres. Na tabela nº1, é possível verificar quais as fases em que as participantes estiveram presentes, sendo que a fase com menos participantes é a 3ª e as fases com mais participantes são a 1ª e a 2ª. É necessário mencionar que este grupo, ao longo do projeto de investigação, teve bastantes oscilações, ou seja, havia sessões com todas as participantes e sessões onde só estavam presentes uma ou duas.

<i>Identidade</i>	<i>Idade</i>	<i>Nível de Escolaridade</i>	<i>de Área Profissional</i>	<i>Situação Profissional</i>	<i>Fases do projeto</i>	
<i>A</i>	45	Licenciatura		Industrial	Desempregada	2º/3º
<i>B</i>	38	Nenhuma		Doméstica	Desempregada	1º/2º/3º
<i>C</i>	31	9ºAno		Doméstica	Empregada	1º/2º
<i>D</i>	48	6º ano		Serviços	Desempregada	1º/2º/3º
<i>E</i>	28	6ºAno			Desempregada	1º/2º/3º
<i>L</i>	35	6º Ano		Doméstica	Desempregada	1º/2º
<i>G</i>	39	Nenhuma		Doméstica	Desempregada	1º/2º
<i>H</i>	23	9º Ano			Empregada	2º
<i>J</i>	33	9ºAno		Comércio	Desempregada	1º

*Tabela II- Caracterização das mulheres participantes do projeto*

### *3.2.2 Crianças*

Todas as crianças e os jovens residentes na casa abrigo, tal como as progenitoras, foram convidados a participar no projeto. Deste modo, este não era de carácter obrigatório, o que potenciou a integração de crianças e jovens no projeto com bastante entusiasmo e um interesse genuíno, para que o seu progresso fosse mais satisfatório. Este grupo de crianças e jovens esteve inserido no presente projeto de investigação, sendo este grupo constituído por 19 crianças/jovens, com idades compreendidas entre os 3 e os 15 anos de idade, dos

quais 8 eram do sexo feminino e 11 do sexo masculino. Todas as crianças/jovens participaram na 1ª e 2ª fases do projeto de investigação.

<i>Identidade</i>	<i>Idade</i>	<i>Género</i>	<i>Escolaridade</i>	<i>Fases do Projeto</i>
A	3	M	Pré-Escolar	1º/2º
B	3	F	Pré-Escolar	1º/2º
C	7	F	3º Ano	1º/2º
D	11	M	4º Ano	1º/2º
E	13	M	6º Ano	1º/2º
F	3	M	Pré-Escolar	1º/2º
G	9	F	4º Ano	1º/2º
H	4	F	Pré-Escolar	1º/2º
I	4	M	Pré-Escolar	1º/2º
J	4	M	Pré-Escolar	1º/2º
K	3	F	Pré-Escolar	1º/2º
L	15	M	9º Ano	1º/2º
M	8	M	3º Ano	1º/2º
R	5	F	Pré-Escolar	1º/2º
O	9	F	4º Ano	1º/2º
P	4	M	Pré-Escolar	1º/2º
Q	10	M	5º Ano	1º/2º
R	6	F	1º Ano	1º/2º

*Tabela III Caracterização das Crianças participantes do projeto*

### 3.3 Descrição das fases do projeto

O início das atividades do projeto ocorreu em meados de janeiro de 2018, e as sessões decorreram numa sala da instituição, tal como foi mencionado anteriormente. O presente projeto encontra-se dividido em três fases.

Relativamente ao modo como decorre o projeto, afirma-se que este se encontra dividido em três fases fundamentais, que são sucintamente descritas na Tabela n.º 3 (ver anexo 3;4;5 que correspondem as planificações das sessões relativamente a cada fase do projeto)

<b>Fases</b>	<b>Nº de Sessões</b>	<b>Descrição</b>	<b>Participantes</b>
<b>1ª Fase</b>	2 Sessões com crianças	Grupo que se subdivide em dois grupos, sendo o primeiro composto pelas mulheres/mães e o segundo pelas crianças e jovens.	Mulheres e Crianças (separadas)
	3 Sessões com mulheres	Auto e hétero-conhecimento dos participantes.	
<b>2ª Fase</b>	5 Sessões	Junção dos grupos.  Contribuir para o fortalecimento de laços entre mães e filhos através das linguagens artísticas	Mulheres e Crianças (juntas)
<b>3ª Fase</b>	7 Sessões	Alterar/modificar algumas das lacunas sentidas pelas participantes na sua vida, sendo estas a sua falta de confiança, a baixa autoestima e a sua imagem.	Só Mulheres

*Tabela IV Descrição das fases do projeto*

Na terceira fase, o projeto permitiu que as participantes se vejam a si e à sua nova vida com um laço, que vejam uma segunda oportunidade de serem felizes e consigam desfazer os nós aos quais estiverem presas e que trouxeram angústias e sofrimentos. Tal como na fase anterior, o mundo (das linguagens) artístico surge como forma de intervenção, de modo a contribuir para ajudar estas mulheres a superar alguns dos seus medos. Em suma, a designação dada ao presente projeto tende a que os participantes vejam e criem mais laços e se soltem dos nós através do mundo das linguagens artísticas.

### *3.3.1- 1ª Fase*

A 1ª fase decorreu entre 17 de fevereiro e 1 de março de 2018, esta fase teve na totalidade 5 sessões sendo que 2 delas foram dirigidas as crianças e jovens e as restantes as mulheres/mães (ver anexo 3- planificação das sessões). Nesta primeira fase, o grupo foi dividido em grupo das mães e grupo das crianças, isto para que fosse possível conhecer melhor os participantes do projeto. Esta fase centra-se no auto e hétero conhecimento entre a investigadora e todos os participantes, de modo a contribuir para uma criação de laços mais fortalecedores através das linguagens artísticas. Nesta fase, decorreram três sessões com o grupo das mulheres onde foram trabalhadas as linguagens artísticas do teatro, dança e plástica. As sessões de atividades decorreram no interior da instituição, tal

como foi anteriormente indicado, com uma periodicidade semanal – Quinta-feira – e uma duração de duas horas.

Relativamente ao grupo das crianças, as sessões também eram de duas horas e de periodicidade semanal - sábado -, e dedicadas à exploração do teatro e da dança.

### *3.3.2- 2º Fase*

A 2ª fase do projeto decorreu entre o período de 10 de março a 12 de maio de 2018, tendo na totalidade 5 sessões que decorreram com uma periodicidade semanal - sábados -, durante duas horas (ver anexo 4- planificação das sessões).

Esta fase surge pela criação e fortalecimento de mais laços entre mãe e filho e do desfazer de alguns nós que foram provocados pelas circunstâncias e pelas experiências traumáticas pelas quais estes passaram. Deste modo, o mundo das linguagens artísticas surge como instrumento de intervenção no sentido de atenuar algumas lacunas na relação familiar. Esta fase tem como participantes as mulheres e seus filhos da casa abrigo no Norte, de modo a promover a sua relação afetiva. Estiveram na base de intervenção as linguagens artísticas do teatro, música, dança e plástica. Através da investigação teórica apresentada,

é verificável que as linguagens artísticas têm um papel fundamental na intervenção com diferentes públicos, que, neste caso específico, são as mães e filhos da casa abrigo do norte, tendo em atenção todas as problemáticas envolventes nestas famílias desestruturadas. Deste modo, as linguagens artísticas surgem como meio facilitador de comunicação com o outro, mas também de reflexão acerca de si e dos seus atos e os dos outros. Outra das vantagens das linguagens artísticas é o facto de permitir que o indivíduo debata e encontre soluções em conjunto para uma determinada problemática, e também

torne possível que sejam transportadas para a “ficção” situações da realidade, de modo a protegerem-se.

Nesta fase, os participantes tiveram oportunidade de contactar com as seguintes linguagens artísticas: dança; teatro; música; plástica. Por norma, em todas as sessões, os participantes, numa primeira fase, tinham uma atividade em conjunto, de modo a contribuir para uma maior descontração do grupo. Posteriormente a esta fase, o grupo dividia-se pelas famílias presentes na sessão, de modo a que estas trabalhassem mais aprofundadamente a sua relação e a sua afetividade, através das linguagens artísticas. Por último, no final da sessão, todos os participantes escreviam no seu diário de bordo

individual, sendo que as crianças mais pequenas entre os 3 e os 5 anos de idade tinham um desenho com diferentes caras, que pintavam consoante o seu grau de satisfação das atividades desenvolvidas na sessão.

### 3.3.3- 3ª Fase

A 3ª fase do projeto decorreu paralelamente à 2ª fase, tendo a periodicidade semanal - quintas-feiras- com a duração de duas horas, está fase e contou com 7 sessões (ver anexo 5- planificação das sessões). Esta terceira fase surge a pedido das mulheres/mães, de modo a que estas consigam alterar/modificar algumas lacunas sentidas pelas próprias na sua vida, sendo estas a sua falta de confiança, a baixa autoestima e a sua imagem. Neste sentido, em conjunto com as participantes, foi construído um miniprojecto, que as participantes designaram como “Vidas Novas” e que tinha por base as linguagens artísticas da fotografia e da plástica. Este projeto era apenas destinado às mulheres residentes na casa abrigo do Norte, e tinha como finalidade contribuir para uma melhoria da sua perspetiva acerca de si e da sua vida.

Nesta fase, as participantes desenvolveram um miniprojecto como já foi mencionado anteriormente. As participantes começaram por tirar fotografias umas às outras, que podiam ser de corpo inteiro, de pormenores ou de objetos que as identificavam. Isto é, as participantes tiveram liberdade para fotografar o que desejaram. Após a sessão de fotografia, foi necessário fazer uma escolha das imagens que estas desejavam trabalhar na fase seguinte. Concluída esta etapa, passou-se para a elaboração do autorretrato, com recurso a diferentes técnicas da linguagem artística de plástica. Quando todas as participantes concluíram o seu trabalho, foi sugerido pelas mesmas fazer uma exposição na casa abrigo com as peças criadas, de modo a relevar o seu trabalho. Esta exposição foi montada e elaborada pelas participantes, bem como o nome da mesma, sob o título “Autorretrato-Vidas Novas”.

Para executar o projeto de investigação e no que concerne aos recursos necessários para a concretização do mesmo, serão indicados os recursos humanos e os recursos materiais utilizados no mesmo, não sendo feita referência de recursos financeiros uma vez que os mesmos não se aplicaram neste projeto.

Desta forma, o grupo envolvido no projeto de investigação são os seguintes: Nove participantes residentes na casa abrigo do Norte, com idades compreendidas entre os 23 e os 48 anos; dezanove crianças/jovens que habitam na casa abrigo do Norte, com idades compreendidas entre os 3 e os 15 anos; investigadora, responsável pela operacionalização das sessões de atividades do projeto. Relativamente aos recursos materiais, foram utilizados: Sala ampla no interior da instituição para o decurso das sessões; Materiais diversos, mencionados nas planificações das sessões; máquina fotográfica; diário de bordo da investigadora (para proceder aos registos audiovisuais e escritos das sessões); Diários Individuais das participantes e canetas (para registarem as suas reflexões inerentes a cada sessão).

O presente projeto, designado “mais laços e menos nós”, é de investigação e de intervenção artística, co-participativa recorrendo a diversas linguagens artísticas, tendo como destinatários todas as residentes na casa abrigo do Norte e os seus filhos. Assim sendo, é justificável e sustentável a execução do presente projeto, de modo a compreender quais as potencialidades das linguagens artísticas na vida de um indivíduo e nos seus relacionamentos. Relativamente há designação do projeto “Mais laços e menos nós”, este surgiu de modo a abranger todas as fases do projeto desenvolvidas na casa abrigo.

## Capítulo III - Análise dos dados e discussão dos resultados

### 1- Análise dos dados

A análise dos dados tende a colocar agora as evidências apresentadas por categorias e subcategorias, através de dados recolhidos e tratados pelos diferentes instrumentos utilizados, tais como o questionário inicial, os diários de bordo (das mulheres/mães, das crianças/jovens e da investigadora) e a entrevista (aos técnicos). De forma a que seja mais facilitada a comparação detalhada dos dados obtidos, esta análise está organizada pelos instrumentos de recolha de dados apresentados anteriormente. Posteriormente é apresentada a síntese e discussão dos resultados.

#### 1.1- Análise dos Diário de Bordo dos participantes

Relativamente a este instrumento de recolha de dados, este foi redigido e pelos participantes do projeto no momento de reflexão no final de cada sessão, em todas as fases do presente projeto, no sentido de conseguir o registo pessoal das vivências e sentimentos vividos nas sessões. Considerando o teor das informações reportadas nestes diários, que poderão ser consultadas integralmente nos diferentes anexos, é possível constatar a existência de pontos em comum descritos pelos participantes, pelo que estes se encontram organizados e apresentados por categorias e subcategorias, ou seja, os aspetos que foram mais destacados pelos intervenientes e partilhados nos seus diários individuais são os que se encontram evidenciados. A apresentação dos dados recolhidos através dos diários de bordo encontra-se dividida pelas fases do projeto de investigação e pelos participantes (mulheres/mães e crianças e jovens).

##### 1.2.1. Diários de bordo das Mulheres/Mães - 1ª fase

Considerando o teor das informações reportadas nestes diários, que poderão ser consultadas integralmente no Anexo 8, é possível constatar a existência de pontos em comum descritos pelas Mulheres/Mães na 1ª fase do projeto. Deste modo, encontram-se organizados e apresentados por categorias e subcategorias na tabela seguinte.

<i>Categoria</i>	<i>Subcategoria</i>	<i>Evidências</i>
<i>Satisfação com as experiências e sessões</i>	Prazer	- A última atividade que fizemos foi para mim a mais divertida, já há muito tempo que não me ria tanto. ( <b>Sessão nº1- Relato da mulher/mãe C</b> )  - Gostei muito da aula. Quero continuar. ( <b>Sessão nº3- Relato da mulher/mãe J</b> )  - Olá, querido diário. Hoje foi a minha primeira aula e posso dizer que até gostei bastante. ( <b>Sessão nº3- Relato da mulher/mãe L</b> )
	Curiosidade	- Jamais pensei que atividades tão básicas fossem tão importantes para o nosso dia-a-dia. ( <b>Sessão nº1 – Relato da mulher/mãe F</b> )  - Foi uma atividade diferente. Gosto de andar na atividade. ( <b>Sessão nº3 – Relato da mulher/mãe G</b> )
	Diversão	- Eu gostei muito de fazer as brincadeiras com os nomes, foi muito divertido. ( <b>Sessão nº1- Relato da mulher/mãe C</b> )  - Eu gostei muito de participar nesta atividade, aprendi algumas coisas e diverti-me muito. ( <b>Sessão nº1 – Relato da mulher/mãe H</b> )
<i>Memórias</i>	Refúgio	Gosto muito desta atividade e que possa continuar para não estarmos a pensar nos problemas de casa em situação muito complicada e viver a vida com mais alegria. ( <b>Sessão nº2- Relato da mulher/mãe D</b> )  - Gosto de estar aqui, pois assim distraio-me ( <b>Sessão nº2- Relato da mulher/mãe G</b> )
	Infância	-Andar ao “pé-coxinho” fez-me lembrar as brincadeiras de infância. ( <b>Sessão nº1- Relato da mulher/mãe C</b> )
<i>Criatividade</i>		- Gostei, foi formidável e muito criativo ( <b>Sessão nº1- Relato da mulher/mãe D</b> )
<i>Relação com o outro</i>	Colegas	- O facto de termos feito o retrato umas das outras foi superdivertido. ( <b>Sessão nº1- Relato da mulher/mãe C</b> )  - Ri-me imenso com as minhas colegas. ( <b>Sessão nº1 – Relato da mulher/mãe H</b> )

*Tabela V-Diário de Bordo Mulheres/Mães - 1ª Fase  
(consultar tabela na íntegra anexo 19)*

Considerando os testemunhos dados pelas mulheres/mães, é possível constatar que todas demonstraram satisfação face à experiência, tendo verbalizado o seu agrado perante as diversas sessões realizadas na 1ª fase do projeto.

De um modo geral, verifica-se que a 1ª fase do projeto contribuiu para momentos de descontração e divertimento (figura 4- desenhos criados pelas participantes na sessão nº4), como é o caso das mulheres/mães C, F, G e J, enquanto que as mulheres/mães D e G sentiram este espaço como um momento de refúgio, ou seja, um espaço onde não pensam nos seus problemas.



Imagem 2 - Desenhos das mulheres/mães (Sessão nº4)

### 1.2.2 Diário de Bordo das crianças e Jovens - 1ª fase

Os aspetos que foram mais destacados pelas crianças/jovens e partilhados nos seus diários individuais (consultar anexo nº 6) são os que se encontram evidenciados na Tabela nº VI:

<i>Categoria</i>	<i>Subcategoria</i>	<i>Evidências</i>
<i>Satisfação com as experiências e sessões</i>	Prazer	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Eu não gostei, eu adorei e claro que quero voltar. (<b>Sessão Nº2 – Relato da criança C</b>)</li> <li>- Eu gostei deste dia porque brincámos muito e também gostei do tema de hoje que foi a arte. (<b>Sessão Nº2 – Relato da criança E</b>)</li> <li>- Hoje eu gostei muito da sessão, porque tive dança. (<b>Sessão Nº3 – Relato da criança G</b>)</li> </ul>
	Diversão	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hoje eu fui obrigada a vir brincar com a D. Catarina, mas até foi divertido. Quando chegou a hora de ir embora fiquei triste. (<b>Sessão Nº3 – Relato da criança C</b>)</li> <li>- O dia de hoje foi divertido, porque jogámos vários jogos que foram divertidos. Aquele que eu achei mais divertido foi o pistoleiro. (<b>Sessão Nº2 – Relato da criança L</b>)</li> </ul>

Tabela VI- Diários de Bordo das crianças/jovens 1ª Fase  
(consultar tabela na íntegra anexo 20)

Na primeira fase do projeto é possível verificar que todas as crianças e jovens demonstraram uma grande satisfação face à experiência. Desse modo, o seu agrado foi demonstrado por diversas expressões registadas nos seus diários de bordo. De um modo geral, verifica-se que a 1ª fase do projeto contribuiu para momentos de divertimento e de prazer para as crianças que participaram. É de salientar que dos 14 participantes apenas 5

crianças/jovens sabiam escrever, é está a razão pela qual há poucos registos nos diários de bordo nesta fase.

### 1.2.3 Diário de Bordo da Investigadora - 1ª fase

Relativamente ao diário de bordo da investigadora, este contém as notas de campo que foram recolhidas em todas as sessões, desde a observação direta aos participantes, bem como à sua evolução no processo criativo ao longo de cada sessão.

Para uma consulta mais pormenorizada deste instrumento de recolha de dados, reporta-se que todos os registos efetivados se encontram disponibilizados no Anexo 11. Na tabela n.º VII é possível verificar as observações mais significativas desta fase, relativamente às sessões das mulheres/mães. Recordamos que nesta fase do projeto as sessões eram separadas.

***Categoria***      ***Subcategoria***      ***Evidências***

<i>Satisfação com as experiências e sessões</i>	Prazer	- No final da sessão, algumas participantes confessaram mesmo que nunca se tinham rido tanto deste que estão na casa abrigo. <b>(15/02/2018)</b>
	Curiosidade	- Ao longo deste esclarecimento, as participantes foram mostrando o seu interesse em participar no projeto, colocando dúvidas quanto ao horário das sessões, bem como a sua satisfação por poderem ter um espaço onde podiam descontrair e aprender. <b>(15/02/2018)</b>
	Diversão	- Ao longo da concretização deste retrato, as participantes mostraram-se muito animadas e divertidas. <b>(15/02/2018)</b>
<i>Memórias</i>	Refúgio	- A participante J referiu que gostou muito da sessão, pois conseguiu mexer-se e “isso faz falta cá em casa, estamos sempre sentadas sem fazer nada.” <b>(22/02/2018)</b>
	Linguagens artísticas (impacto)	Dizer o que representou no seu desenho, sendo que grande parte deles representavam as suas casas, mas também o que desejam no seu futuro. <b>(01/03/2018)</b>
<i>Relação com o outro</i>	Colegas	- Estavam muito divertidas e colaborativas em ajudar as colegas. <b>(15/02/2018)</b>
	Relação Mãe/Filho	- No entanto, a participante G referiu que as sessões não iriam ser fáceis, uma vez que a sua relação com o seu descendente não era

	fácil, justificando que “quando ele está comigo tem uma atitude, quando está sem mim é um bom miúdo”. (22/02/2018)
Poucos participantes	- As participantes referiram que tiveram “pena” de estarem poucas porque “hoje era um bom dia, para se divertirem todas, através da dança”. Contudo, estas afirmaram que foi uma boa sessão e que gostariam de repetir mais vezes estas dinâmicas, de modo a poderem mexer-se e a movimentar-se. (22/02/2018)

Tabela VII- Diário de Bordo da Investigadora- 1ª Fase – Mulheres/Mães (consultar tabela na íntegra anexo 21)

Nesta 1ª fase do projeto, foi possível verificar a satisfação das participantes nas experiências apresentadas, estando estas ligadas às linguagens artísticas, despertou não só o interesse, mas também permitiu que estas mulheres/mães conseguissem exprimir através de um desenho as suas vidas, revelar os seus sonhos e refletir sobre as suas metas para o futuro. Foi possível verificar a existência de interajuda de colegas de casa através da colaboração nas atividades, mas também na relação entre elas e no bom ambiente nas sessões. Inicialmente, deu também para compreender algumas relações entre mães e filhos, bem como os medos/receios apresentados pelas mulheres/mães relativamente ao projeto e alguma ansiedade em realizar o projeto com o seu filho. A tabela seguinte apresenta algumas evidências nas primeiras sessões realizadas com as crianças/jovens.

<i>Categoria</i>	<i>Subcategoria</i>	<i>Evidências</i>
<i>Satisfação com as experiências e sessões</i>	Prazer	- A criança/jovem C e a criança/jovem G gostaram muito da ideia de poder dançar. (24/02/2018)
	Curiosidade	- O grupo está mais disposto e foi-se entregando cada vez mais ao jogo. (17/02/2018)
	Diversão	- Nesta primeira fase da sessão, as crianças estavam muito bem-dispostas e a gostar da atividade, o que era visível através das suas expressões faciais (sorrisos) e corporais (corriam, saltavam, rebojavam no chão davam gargalhadas). (24/02/2018)
<i>Relação com o outro</i>	Colegas	-Nesta atividade de escreverem o diário e o personalizarem, existiu entre as crianças mais novas e as mais velhas uma interajuda na criação do seu diário. (17/02/2018)

	A criança/jovem B que quase nunca interage com os colegas nem com as atividades referiu “gostei muito de estar aqui hoje”. <b>(24/02/2018)</b>
--	---

Tabela VIII- Diário de Bordo da Investigadora- 1ª Fase – Mulheres/Mães (consultar tabela na íntegra anexo 22)

Nas sessões da 1ª fase com as crianças/jovens foi possível compreender a boa relação que as crianças/jovens mantêm umas com as outras, apesar da discrepância de idades do grupo. Era visível, através das atividades e da interajuda entre os membros mais velhos e os membros mais novos, que a diversão era a palavra de ordem nas sessões realizadas nesta fase.

#### 1.2.4 Diário de Bordo das Mulheres/Mães - 2ª fase

No sentido de obter o registo pessoal das reflexões inerentes às suas vivências, nesta 2ª fase do projeto, as mulheres/mães, tal como na fase anterior, enunciaram algumas semelhanças que se encontram na Tabela nº IX descritas pelas mesmas nos seus diários de bordo, que podem ser consultados na íntegra no Anexo9.

#### *Categoria Subcategoria Evidências*

<i>Satisfação com as experiências e sessões</i>	Diversão	- Esta foi a 2ª vez que eu pude participar nestas atividades e tenho a dizer que me diverti muito. <b>(Sessão Nº 1- Relato da mulher/mãe A)</b>  - São sempre uma diversão as nossas tardes de sábado. <b>(Sessão Nº 2- Relato da mulher/mãe F)</b>
	Linguagens artísticas	- A atividade de hoje foi relacionada com o teatro, uma das coisas que eu gosto (...). Tivemos de inventar uma pequena história em tão pouco tempo, foi muito divertido. Apesar de não ter saído lá grande coisa, deu para nos divertirmos imenso. <b>(Sessão Nº 2- Relato da mulher/mãe C)</b>
<i>Família</i>		- O jogo da mímica foi muito divertido, principalmente porque foi feito em conjunto com o meu filho. A parte de fazer o retrato da família foi muito boa e educativa para os meninos. Este dia foi muito bom, pois as atividades foram feitas em conjunto com os nossos filhos, adorei. <b>(Sessão Nº 1- Relato da mulher/mãe C)</b>  - Foi bastante divertido o jogo entre mães e filhos, diverti-me imenso. Participar seja com o que for com os nossos filhos é

<p> muito bom, adorei (...) A minha família é o essencial para mim. <b>(Sessão Nº 1- Relato da mulher/mãe F)</b></p> <p>- Curiosamente, hoje a minha filha “C” tinha-me dito para não a acompanhar, mas depois, na hora, veio chamar-me ... e divertiu-se... <b>(Sessão Nº 2- Relato da mulher/mãe A)</b></p>
---

Tabela IX Diário de Bordo das Mulheres/Mães - 2ª Fase  
(consultar tabela na íntegra anexo 23)

Na segunda fase deste projeto, as participantes mulheres/mães mencionaram uma grande satisfação face às experiências de atividades com os seus filhos e a importância/ impacto que estas atividades têm na sua relação, bem como o tempo de prazer que desfrutaram com os mesmos (figura 5). Nesta fase é possível verificar ainda uma grande satisfação através das experiências ao nível do divertimento e das experiências com as linguagens artísticas.



Imagem 3 - Jogo das estátuas- Mulheres/mães e crianças/jovens

### 1.2.5 Diário de Bordo das crianças e Jovens - 2ª fase

De acordo com análise dos diários de bordo das crianças/ jovens nesta fase (Anexo 7) tornaram-se claras algumas evidências, que se encontram expostas na seguinte tabela.

<i>Categoria</i>	<i>Subcategoria</i>	<i>Evidências</i>
<i>Satisfação com as experiências e sessões</i>	Prazer	- Gostei muito desta atividade e espero voltar a repetir. <b>(Sessão Nº2 - Relato da criança C)</b>  - Hoje gostei muito da atividade, joguei ao jogo da cadeira, foi um jogo fixe. <b>(Sessão Nº5 - Relato da criança M)</b>
	Diversão	- Hoje gostei do dia, foi divertido. Jogámos ao jogo das cadeiras e dançámos (a criança desenhou um coração). <b>(Sessão Nº5 - Relato da criança C)</b>

	<p>- Gostei muito desta atividade e diverti-me imenso. <b>(Sessão Nº5 - Relato da criança D)</b></p>
Insatisfação	<p>- Eu não gostei muito deste dia, porque foi dança e eu não gosto muito de dançar. Pronto, foi por isso que eu não gostei deste dia. <b>(Sessão Nº3 - Relato da criança E)</b></p> <p>- Eu não gostei muito da atividade de hoje, porque quando estava a jogar o jogo das cadeiras, a “mãe B” começou a chamar-me nomes: a dizer que eu era o mais velho, era o mais burro, só porque eu magoei a “criança w” sem querer. <b>(Sessão Nº5 - Relato da criança E)</b></p>
Linguagens artísticas	<p>- Hoje fizemos de estátuas, eu e a minha mãe. Depois disso fizemos um museu em que eramos estátuas e onde depois eramos os visitantes. A seguir os meus colegas fizeram peças de teatro a que eu assisti e gostei. <b>(Sessão Nº2 - Relato da criança L)</b></p> <p>- Esta atividade feita pela Dra. Catarina Guedes é essencial para as crianças e para os adultos de todas as idades. Eu gostei muito e espero manter-me em contacto com a Dra. Eu adorei. Beijinhos <b>(Sessão Nº3 - Relato da criança G)</b></p>
Família	<p>- Eu gostei deste dia. Sabem porquê? Porque fizemos desenhos de acordo com a nossa família! <b>(Sessão Nº1 - Relato da criança C)</b></p> <p>- Eu gostei muito do dia do desenho e de desenhar a minha família. <b>(Sessão Nº1 - Relato da criança E)</b></p> <p>- Para mim, foi importante estes momentos que passei em família, porque nos ajudam a estarmos juntos sem ninguém a perturbar-nos. <b>(Sessão Nº3 - Relato da criança G)</b></p> <p>- No dia de hoje fiz um desenho com a minha mãe que representava a nossa família num jardim. O desenho ficou bom. Na nossa opinião, gostámos muito. <b>(Sessão Nº1 - Relato da criança L)</b></p>

Tabela X Diário de Bordo das Crianças e Jovens- 2ª Fase  
(consultar tabela na integra anexo 24)

Na segunda fase do projeto é possível verificar que todas as crianças e jovens, mais uma vez, indicaram uma grande satisfação face às experiências propostas nesta fase do projeto, sendo que as experiências com mais impacto foram o desenho de família, tal como mencionaram as crianças L, E, G e C. Tendo este projeto as linguagens artísticas como base, estas estiveram sempre presentes nas sessões, o que levou a que a crianças L e G mencionassem nos seus registos as experiências com as mesmas. Enquanto isso, a criança E mostrou alguma insatisfação com algumas sessões devido ao facto de não gostar de algumas linguagens artísticas ou não ter aptidão para as mesmas.



Imagem 4 - Desenhos de famílias- criados pelas mulheres/mães e crianças/jovens

É de salientar mais uma vez que dos 18 participantes da segunda fase do projeto apenas 7 crianças/jovens sabiam escrever. Os restantes participantes nesta fase preenchiam uma folha de avaliação onde tinham de colorir o “boneco” conforme o grau de satisfação relativamente à sessão e atividades realizadas na mesma. Na figura nº4 que se segue é possível verificar o grau de satisfação apresentado pelas crianças relativamente a cada sessão realizada nesta fase do projeto.

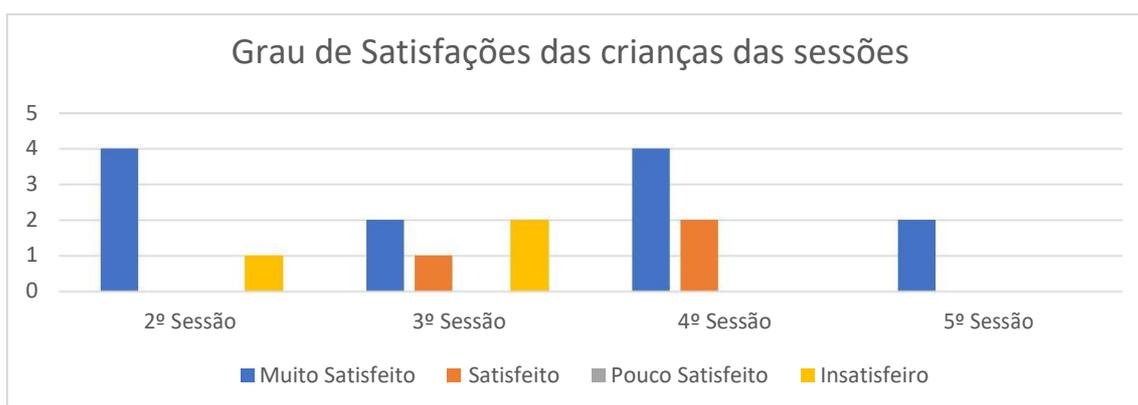


Gráfico 3 - Grau de Satisfações das crianças das sessões

### 1.2.6 Diário de Bordo da Investigadora- 2ª fase

As notas de campo que foram retiradas nesta fase do projeto (anexo n.º 12) referenciam o envolvimento e o interesse que a investigadora denotou por parte das crianças/jovens e das mulheres/mães nas diversas sessões de atividades, sendo que os registos efetivados mais relevantes compõem a seguinte tabela.

<b><i>Categoria</i></b>	<b><i>Subcategoria</i></b>	<b><i>Evidências</i></b>
<i>Satisfação com as experiências e sessões</i>	Prazer	<p>- As histórias apresentadas pelo grupo foram muito divertidas e viu-se nas expressões deles que estavam com uma grande satisfação na realização da mesma. <b>(17/03/2018)</b></p> <p>- Quando a atividade terminou, as crianças pediram para continuar a atividade porque estavam a gostar muito, deste modo prosseguimos mais algum tempo com esta atividade <b>(24/03/2018)</b></p>
	Entrega	<p>- As crianças presentes gostaram muito da atividade, sendo que as crianças mais envergonhadas tiveram uma grande abertura e envolveram-se bastante na atividade. <b>(24/03/2018)</b></p> <p>- Hoje não poderia estar presente porque tinha que ir à advogada resolver uns problemas, contudo esta mencionou “a minha filha C não vai comigo, porque ela me pediu muito para ficar hoje cá para ir à atividade com a Catarina” <b>(07/04/2018)</b></p>
	Diversão	<p>- As famílias estavam bastante entusiasmadas e participativas nesta atividade. <b>(10/03/2018)</b></p> <p>-Os participantes estiveram muito alegres nesta atividade, eram visíveis os seus sorrisos bem como a integração e interação do grupo todo nesta atividade <b>(17/03/2018)</b></p>
	Abandono	<p>- Durante a execução desta atividade a mulher/mãe B apareceu com as suas filhas N e O e juntou-se ao grupo, sendo que mais uma vez decidiu abandonar o grupo sem dar qualquer justificação quando comecei a explicar o segundo exercício. <b>(24/03/2018)</b></p> <p>- A mulher/mãe B tentava convencer a sua filha a não jogar mais porque podia cair e magoar-se seriamente. Após esta perceber que não conseguia que a filha fosse embora, esta desistiu e saiu da sala. <b>(07/04/2018)</b></p>
	Participantes por sessão	<p>-Nesta sessão estiveram presentes 3 mulheres e 10 crianças sendo que apenas 3 delas são filhos das participantes que estavam presentes. Apesar de as mães das restantes crianças estarem na casa abrigo, não quiseram comparecer. <b>(24/03/2018)</b></p> <p>- No momento de reflexão, as mulheres/mães presentes na sessão mencionaram que estas atividades só fazem sentido com as mães presentes e, quando estas não estão, as crianças não deveriam ir pois isso comprometia o grupo e as atividades. <b>(24/03/2018)</b></p>
<i>Relação Parental</i>	Conflitos	<p>- A mulher/mãe G não ficou muito contente quando o filho E decidiu retratar no desenho a figura materna, acabando assim apenas por ser o filho a desenhar. Esta família foi a única que não conseguiu terminar o seu desenho, sendo que a mulher/mãe G não colaborou com o filho, ficando apenas pela observação do mesmo. <b>(10/03/2018)</b></p> <p>- Era visível que algumas mães, por vezes, perdiam alguma paciência com os filhos de modo que se gerava alguma confusão (gritos). <b>(10/03/2018)</b></p>

<i>Relação com o outro</i>	Interação	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Foi visível que em algumas famílias eram as mães que conduziam o desenho, enquanto noutras eram os filhos. <b>(10/03/2018)</b></li> <li>- Durante os ensaios era notório que as mães tinham um papel mais diretivo e de decisão, sendo evidente que as crianças apenas executavam o que elas pediam. <b>(17/03/2018)</b></li> </ul>
	Relação entre crianças	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Inicialmente, as crianças conseguiram cumprir com a atividade, contudo, estas tiveram mais dificuldades apenas quando sobravam apenas duas cadeiras. Então, começaram a trabalhar em equipa até conseguirem estar todos sentados, e o mesmo aconteceu quando apenas estava uma cadeira. <b>(07/04/2018)</b></li> </ul>

Tabela XI- Diário de bordo da Investigadora- 2ª Fase  
(consultar tabela na integra anexo 25)

Nesta fase do projeto é visível que algumas famílias têm alguns dilemas na relação parental. A maior dificuldade sentida pela investigadora nesta fase do projeto foi o facto de que grande parte das crianças/jovens não eram acompanhadas pelas suas progenitoras nas sessões, sendo estas destinadas à família. Relativamente à interação familiar sentida ao longo desta fase, foi notória alguma evolução na relação familiar entre algumas famílias, contudo existem outras famílias que necessitam ainda de algum acompanhamento. Apesar das dificuldades sentidas ao longo desta fase, foi importante perceber e observar como diferentes famílias se conseguiram envolver-se numa atividade de diferentes maneiras, quer seja a progenitora a orientar os seus filhos, quer seja os filhos a orientarem a mãe, e, por fim, quando estas trabalham em equipa e decidem o que construir e como construir em conjunto.

### 1.2.7 Diário de Bordo das Mulheres/Mães - 3ª fase

Os aspetos que foram mais valorizados nesta fase pelas intervenientes e partilhados nos seus diários individuais (anexo10) são os que se encontram evidenciados na tabela que se segue.

<i>Categoria</i>	<i>Subcategoria</i>	<i>Evidencias</i>
<i>Satisfação com as experiências e sessões</i>	Prazer	- Gostei da atividade, é sempre muito engraçado e giro! <b>(Sessão N°4 - Relato da mulher/mãe D)</b>
<i>Projeto</i>	Construção do Autorretrato	<ul style="list-style-type: none"> <li>- O “meu filho L” ajudou a fazer a tela, foi muito giro. <b>(Sessão N°5 - Relato da mulher/mãe D)</b></li> <li>- Gostei do desafio. Ainda não fiz a tal montagem, mas à medida que pensava como me podia definir fui tendo ideias: Uma foto com a minha filha é importante (...) Lembrei-me de me definir por coisas que mostrem a minha essência, independentemente de</li> </ul>

	eu a conhecer verdadeiramente ou dos outros a conhecerem ou verem. Há uma essência em mim que se vai demonstrando e denunciando silenciosamente (...) um olhar (...) o sorriso e o riso (...) o resto (...) as mãos (...) depois os pés. Tudo isto é um pouco do que sou no presente. O que sinto ao fazer esta montagem de um autorretrato? Sinto-me bem com as minhas escolhas, sinto que tudo isto me define no momento presente, embora às vezes pareça muito pouco, muito infantil, muito ilusório, mas quando penso que faz parte de mim e é importante, agradeço-o muito, compreendo-me e valorizo-me. Sinto que tenho de utilizar estas coisas simples, quase infantis, para ir em frente e viver o resto. Pode ser pouco, mas para mim é o que preciso para ter consciência e valorizar para fazer mais, e fazê-lo sentindo-me livre e de bem comigo, com a minha natureza e com a minha essência. <b>(Sessão N°4 - Relato da mulher/mãe A)</b>
Processo criativo	Há uma coisa muito gira: toda a vida lutei para contrariar sentimentos e emoções, desvalorizá-los, camuflá-los, reprimi-los, derrotá-los como inimigos. Tenho 45 anos. Agora aprendi que não vivendo unicamente e cegamente em função deles, eles fazem parte de mim, são um pensamento importante que me ajuda a tomar decisões e preciso deles para ser feliz <b>(Sessão N°4 - Relato da mulher/mãe A)</b>
Exposição	- Fizemos a exposição, foi agradável <b>(Sessão N°6 - Relato da mulher/mãe D)</b>  - Hoje montamos a exposição e chamamos-lhe “Autorretrato – Vidas Novas”. Apenas contou com 4 placardes... poucos, mas bons... <b>(Sessão N°7 - Relato da mulher/mãe A)</b>

Tabela XII- Diário de bordo da Mulheres/Mães- 3ª Fase  
(consultar tabela na integra anexo 26)

Nesta fase do projeto estiveram envolvidas 4 participantes, contudo apenas 2 escreveram nos seus diários. Após análise detalhada dos mesmos, é visível a satisfação das participantes na construção do seu autorretrato e na forma como estas retrataram a sua vida (o passado, o presente e o futuro) na tela e o significado de cada fotografia. Dizem que “uma imagem vale mais do que mil palavras” e estas fotografias valem um passado que não querem, o presente contra que lutam para um futuro que tanto anseiam concretizar.



Imagem 5 - Exposição- Autorretrato Vidas Novas

### 1.2.8 Diário de Bordo da Investigadora - 3ª fase

Tal como nas fases anteriores, as informações reportadas neste diário podem ser consultadas na íntegra no Anexo 13, sendo que os aspetos que foram mais destacados pela investigadora, através da sua observação direta e da evolução das participantes, bem como a sua construção do processo criativo, são evidenciados na Tabela n.º XIII:

<i>Categoria</i>	<i>Subcategoria</i>	<i>Evidências</i>
<i>Satisfação com as experiências e sessões</i>	Prazer	<p>- Foi visível nesta atividade a boa disposição do grupo, bem com o seu entusiasmo. <b>(15/03/2018)</b></p> <p>- A segunda atividade (...) só veio confirmar a boa disposição do grupo, bem como a sua emoção satisfatória na realização da mesma. <b>(15/03/2018)</b></p>
		<p>- Sendo esta sessão dedicada a fotografia, as participantes pediram algum tempo para poderem trocar de roupa, maquilhar-se e pentear-se. Achei importante dar algum tempo às participantes para se arranjarem, de modo a contribuir para uma melhor participação destas na sessão, bem como a melhoria de confiança e de autoestima das mesmas. <b>(15/03/2018)</b></p>
<i>Projeto</i>	Construção do Autorretrato	<p>- De uma forma geral, é possível afirmar que as participantes gostaram muito desta sessão e que conseguiram trabalhar em equipa, bem como exportar-se à frente de uma câmara fotográfica. <b>(15/03/2018)</b></p> <p>- A mulher/mãe D chegou à sessão acompanhada pelo seu filho L, e nervosa, (...) “ele já sabe onde eu estou, eu fiquei muito nervosa, peço desculpa por só vir agora, mas quero tentar distrair e assim o meu filho ajuda-me a fazer o meu quadro”. Apesar desta atividade ser um trabalho individual de cada participante, achei importante naquele momento que aquela família trabalhasse em conjunto, de modo a aliviar os seus problemas, mas também de forma a construir e desenvolver melhor a sua relação. <b>(05/04/2018)</b></p>
	Exposição	<p>- Após ter falado com os técnicos, ficou marcado o dia e o local da exposição que, de acordo com as participantes, queria que esta se realizasse na casa abrigo, no corredor da entrada principal da mesma. <b>(13/04/2018)</b></p> <p>- A mulher/mãe E ficou surpresa por apenas estarem quatro quadros expostos. “Com tantas mulheres na casa só nos é que fizemos”, ao que a participante I respondeu “foram elas que perderam”. <b>(14/04/2018)</b></p>
	Resultado Final	<p>- Após toda a exposição estar feita, algumas senhoras que residem na casa foram observar a mesma, onde surgiram alguns comentários: “está muito bonita”; “nem parece a “participante I””; “estas fotos foram tiradas cá”; ficou muito gira a exposição”. <b>(14/04/2018)</b></p>

	-A mulher/mãe D mencionou “gostei muito destes dias, fez-me sentir útil, aqui na casa não há muito para fazer isto fez com que eu me distraísse e não penses noutras coisas”. Já a mulher/mãe A. referiu que “foi muito para mim a realização deste retrato porque marca uma fase de mudança na minha vida”. <b>(14/04/2018)</b>
--	---

Tabela XIII- Diário de bordo da Investigadora- 3ª Fase  
(consultar tabela na íntegra anexo 27)

Nesta fase do projeto, apenas 4 mulheres/mães concluíram o autorretrato. Sendo este um trabalho individual das participantes, foi possível conhecê-las melhor, bem como às suas histórias de vida, os seus medos e anseios, e também o futuro promissor para que estão a lutar para conseguirem concretizarem os seus sonhos e os dos seus filhos. Deste modo, todo o processo de criação de autorretrato está associado ao seu presente e futuro. Apenas um dos quadros apresentados representa o seu passado e toda a sua história desde que saiu de casa. O facto de as participantes terem decidido expor o seu quadro na casa abrigo permitiu que estas se sentissem mais autoconfiantes e valorizadas pelo seu trabalho.

### 1.3 Análise da Entrevista aos técnicos

A tabela XIV constitui a apresentação dos dados das Entrevistas aos técnicos após o final do projeto. Apesar de estes não terem um papel direto do projeto, é importante compreender a perspetiva dos mesmos relativamente ao projeto e ao impacto que o mesmo obteve nos participantes e na casa abrigo em questão. Desta forma, foram encontradas uma categoria e quatro subcategorias que refletem as mudanças identificadas pelos técnicos no final projeto.

<i><b>Categoria</b></i>	<i><b>Subcategoria</b></i>	<i><b>Evidências</b></i>
<i>Perceções dos técnicos sobre o impacto do projeto de intervenção na casa abrigo</i>	A importância das linguagens artísticas numa casa abrigo	-Estes projetos assumem uma grande importância na Casa Abrigo na medida em que propõem uma interação familiar, com recurso a metodologia lúdica. Ora se considerámos que as nossas utentes (mulheres e filhos a cargo) vêm de um ambiente familiar violento e destruído, facilmente se entende a importância de atividades de cariz lúdico com promoção de dinâmica familiar. <b>(Relato do Técnico A)</b>  -A experiência artística pode intensificar a expressão de vivências, bem como incrementar o equilíbrio emocional, desenvolver o autoconhecimento e autoestima, bem como estreitar laços afetivos. <b>(Relato do Técnico C)</b>

Impacto nas Relações parentais	<p>- Este tipo de projeto tem muita relevância neste tipo de contexto- acolhimento em casa abrigo, pois permite que, através das atividades em que este se desenvolve, as utentes possam reforçar/estreitar relações entre si e seus filhos (...) Penso que de certa forma as atividades desenvolvidas contribuíram para reforçar laços. <b>(Relato do Técnico B)</b></p> <p>- Quando as mães apresentam, no desenvolvimento do projeto, um crescimento da sua autoestima e autoimagem há objetivamente uma maior disponibilidade afetiva na relação parental. <b>(Relato do Técnico A)</b></p>
Impacto da vida das mulheres/mães	<p>- Foram transmitidas emoções, bem como ultrapassados alguns receios, nomeadamente através da exposição fotográfica. (Relato do Técnico B)</p> <p>- Linguagem artística acaba por ser um veículo à expressividade da autoimagem e do autoconhecimento, contribuindo para uma melhoria da autoestima <b>(Relato do Técnico C)</b></p>
Alterações/ Transformações	<p>- A atividade de cariz lúdico e com dinâmica promove sempre uma maior envolvimento e motivação para a participação quer de adultos quer de crianças, bem como a assimilação dos conteúdos e objetivos. Consequentemente, observa-se que no decorrer da atividade há alteração de comportamentos quer nas mães quer nas crianças. Objetivamente se as mães no desenvolvimento da atividade superam algumas lacunas de autoestima, autoimagem, autovalorização, etc..., apresentam maior disponibilidade emocional para a responsabilização parental e para uma estratégia educativa mais assertiva. Consequentemente os filhos sentem essa alteração comportamental adquirindo um sentimento de maior segurança e efetividade no vínculo parental. <b>(Relato do Técnico A)</b></p>

Tabela XIV- Análise da Entrevista aos técnicos (consultar tabela na integra anexo 28)

Dos dados apresentados no quadro 3 emerge apenas uma categoria, Perceções dos técnicos sobre o impacto do projeto de intervenção na casa abrigo, pois pretende-se verificar qual o impacto do projeto de intervenção a partir das considerações dos técnicos de apoio da casa abrigo. Através das quatro subcategorias A importância das linguagens artísticas numa casa abrigo; Impacto nas relações parentais; Impacto na vida das mulheres/mães; alterações/ transformações, é possível afirmar que o projeto de investigação teve impacto na vida das mulheres/ mães, na vida das crianças/jovens, e nas relações parentais, pois pode-se confirmar que ocorreram mudanças de atitude/comportamento de ambas as partes, mas também na capacidade de gerir conflitos e a relação parental. Tendo estas famílias vindo de um ambiente familiar destruturado, facilmente se compreende a importância das linguagens artísticas com atividades lúdicas como promoção de dinâmicas familiares. Este projeto permitiu a todos os participantes um maior conhecimento das linguagens artísticas bem como os ajudou a aumentar a

criatividade e imaginação, autoestima, e uma maior interação familiar através das diferentes linguagens artísticas.

Por fim, afirmam ainda que este projeto ajudou as famílias a combater algumas lacunas, embora sugira que se este projeto fosse mais longo teriam mais resultados e impacto na vida de todos os participantes.

#### 1.4 Análise da Reflexão final das mulheres/mães e crianças/jovens

A tabela XV retrata uma reflexão final de todo processo vivido durante a implementação do projeto, de modo a compreender o impacto do projeto da vida dos intervenientes (Consultar anexos nº 17/18)

<i>Categoria</i>	<i>Subcategoria</i>	<i>Evidências</i>
<i>Percepções dos participantes sobre o impacto do projeto</i>	A importância das linguagens artísticas numa casa abrigo	- Gostei de participar, porque fizemos coisas diferentes e divertidas. <b>(Relato da criança/jovem L)</b> - Promoveu interação e momentos de partilha e comunicação entre mães e filhas e famílias <b>(Relato da mulher/mãe A)</b>
	Impacto nas Relações parentais	- O que mais considerei importante foi fazer isto com o meu filho (...) comecei a conversar melhor com ele. <b>(Relato da mulher/mãe G)</b> - Pude interagir diretamente com o meu filho (...) Eu gostei de trabalhar com o meu filho e, como temos uma boa relação, foi fácil trabalharmos em conjunto. <b>(Relato da mulher/mãe C)</b> - Fazer a tela com a minha mãe, porque foi com ela e porque foi a primeira vez que fiz algo do género com ela. <b>(Relato da criança/jovem L)</b>
	Impacto da vida das mulheres/mães	- Ajudaram a ser mais confiante (...) O modo de lidar com o meu aspeto físico. <b>(Relato da mulher/mãe E)</b> - Ajudou-me a abstrair dos meus problemas e a ver que a vida é muito mais do que medos e sofrimentos. <b>(Relato da mulher/mãe C)</b>
	Alterações/Transformações	- Sim, a ter liberdade de escolha. <b>(Relato da mulher/mãe E)</b> - O mais importante foi a forma como éramos levados até conseguir fazer melhor, foi fantástico e muito divertido, ali nos expressávamos com liberdade e confiança. <b>(Relato da mulher/mãe E)</b>

Tabela XV- Análise da reflexão final das mulheres/mães e crianças/jovens envolvidos no projeto (consultar tabela na integra anexo 29)

Relativamente à reflexão final de apenas 5 dos participantes, sendo que apenas 1 deles é uma criança/jovem, é possível verificar a existência de uma maior ligação familiar, mas também de mulheres/mães que começaram a disponibilizar mais do seu tempo para poder ter experiências com os seus filhos. As linguagens artísticas promoveram as relações parentais, mas também a autoestima, o espírito crítico e, principalmente, a liberdade de expressão, imaginação e a criatividade.

## 2 Síntese e discussão dos resultados

Após a apresentação e análise dos dados obtidos através dos instrumentos analisados, é possível reunir as evidências necessárias à verificação dos objetivos em estudo, que são abaixo discutidas à luz dos pressupostos dos autores referidos no enquadramento teórico. Na primeira fase do projeto e relativamente ao objetivo específico “**Promover as linguagens artísticas como forma de aprendizagem de Partilhar, confiar e Respeitar o outro**”, foi possível verificar através dos testemunhos de todos os participantes a satisfação, o entusiasmo e o divertimento nas sessões. Ao longo de todo o projeto foi testemunhado pelas mulheres/mães que este projeto era uma forma de aliviar os seus problemas e a sua vida: “*Gosto muito desta atividade e que possa continuar para não estarmos a pensar nos problemas de casa em situação muito complicada e viver a vida com mais alegria*”. (Fase nº 1- Sessão nº2- Relato da mulher/mãe D); “*gosto de estar aqui pois assim distraio-me*” (Fase nº 1- Sessão nº2- Relato da mulher/mãe G). As participantes acabaram por encontrar aqui não só um espaço de refúgio, mas também de liberdade e de libertação, como é o caso da mulher/mãe C que mencionou que estas sessões significam “*a liberdade de ideias*”, já a mulher/mãe G referiu a “*liberdade*” e a mulher/mãe C descreveu estas sessões como uma “*libertação*”. Segundo o Orifino (2012) menciona que o “teatro fazia as pessoas rirem se emocionarem e refletirem” (p.126). O mesmo autor refere ainda que “o riso mata o medo”, que as pessoas têm de viver e de refletir sobre o seu quotidiano (p.125). Para além disso, o teatro pode ser entendido como uma forma de melhorar o nosso relacionamento com os outros e connosco próprios, pois este tem “o poder de transformação (...) e de gerar novas maneiras de pensar e agir” (p.130).

Nesta 1ª fase, as crianças/jovens demonstraram uma grande satisfação face à experiência e entusiasmo pelo facto de estas estarem ligas às linguagens artísticas, acabando assim por despertar um maior interesse por parte dos participantes. De acordo com Sousa (2003)

a arte é “a linguagem das emoções e dos sentimentos (...) compreendendo o impacto que esta tem no desenvolvimento da personalidade, aos aspectos emocionais-sentimentais”, mencionando ainda que a educação artística proporciona ao indivíduo possibilidades de se expressar e de desenvolver as suas capacidades criativas”. (Sousa,2003, p.148).

Relativamente ao primeiro objetivo geral enunciado “desenvolver a dimensão relacional entre mãe e filho(s) com recurso às linguagens artísticas” e no que diz respeito aos objetivos específicos “Promover a convivência positiva entre mãe e filho(s)” e “Compreender o impacto das linguagens artísticas nas relações parentais”, estes objetivos estiveram mais presentes na segunda fase do projeto de investigação, sendo possível verificar que os comportamentos das mães e de filhos foram-se modificando ao longo de todo o processo, como é o caso da mãe/mulher A, que afirma que começou a ter mais tempo para brincar com a sua filha “*O tempo que esteve nas sessões se não estivesse lá não estaria a brincar nem em lazer nem com a minha filha nem comigo, pois estaria no computador ou a passar roupa. Então ajudaram neste aspeto... afinal a roupa não passada nesse tempo também não foi precisa.*”. Sousa (2003) menciona que a educação artística proporciona ao indivíduo possibilidades de se expressar e de desenvolver as suas capacidades criativas, e proporciona ao indivíduo possibilidade transacionais, ou seja, “estabelecer relações afetivas com os outros e com o meio onde está inserido”. (Sousa,2003, p.148).

Contudo, neste projeto de investigação existem famílias que ainda precisam de trabalhar melhor a sua relação parental, como é o caso da mãe/mulher G e o seu filho E que, apesar de terem sentido mudanças significativas, ainda existem alguns aspetos a trabalhar. A mãe/mulher G mencionou que o seu filho E “*tem atitudes muito complicadas, ainda hoje me fez uma cena enorme na rua quando vínhamos do café, vínhamos a caminhar e eu peguei-lhe no telemóvel ele ficou todo revoltado, quando o devolvi ele pegou no telemóvel e atirou-o contra o chão. O telemóvel ficou com o vidro todo partido! Dei-lhe aquele telemóvel, que era meu, e ele fez-me isto! Eu só peguei no telemóvel, não lhe fiz nada.*” (21/04/2018). De acordo com as mulheres/mães questionadas na última sessão relativamente à sua relação com os seus filhos, estas mencionaram “bem, excelente, má” (relatos das mulheres/mães C, D, G). Já as crianças mencionaram que a sua relação com a sua progenitora era “adorável; bem; maravilhosa; bem” (crianças/Jovens B, C, J, L - 21/04/2018).

Nesta fase do projeto, as mulheres/mães mencionaram uma grande satisfação face às experiências de atividades com os seus filhos e a importância/ impacto que estas atividades têm na sua relação, bem como o tempo de prazer que desfrutaram com os mesmos, como é o caso da mulher/mãe A (Fase nº2 - Sessão Nº 1- Relato da mulher/mãe

A) *“Hoje eu vim acompanhar a minha filha “C” para que ela não se visse sem a presença da mãe e os outros meninos tivessem com as suas mães.”* e o caso da mulher/mãe C *“o jogo da mímica foi muito divertido, principalmente porque foi feito em conjunto com o meu filho. A parte de fazer o retrato da família foi muito boa e educativa para os meninos. Este dia foi muito bom, pois as atividades foram feitas em conjunto com os nossos filhos. Adorei. (Fase nº2- Sessão Nº 1- Relato da mulher/mãe C).* As mulheres/mães D, F também partilharam no seu diário a satisfação de terem realizado atividades com os seus filhos.

Para as crianças, a atividade que teve mais impacto por ser realizada com a sua progenitora foi o desenho de família, tal como mencionou a criança/jovem L *“Eu gostei deste dia. Sabem porquê? Porque fizemos desenhos de acordo com a nossa família!” (Fase nº2- Sessão Nº1 - Relato da criança C);* A criança/jovem E referiu *“Eu gostei muito do dia do desenho e de desenhar a minha família. (Sessão Nº1 - Relato da criança E).* Para além disso, as crianças G e C manifestaram o seu agrado por terem realizado atividade em família. De acordo com Magueta (s/d), *“a experiência artística, quando partilhada, amplia as oportunidades da construção da relação com o “outro”, na medida em que se concretiza através da partilha de ideias e da expressão de sentimentos, onde todos manifestam criatividade”* (p.235). Para a criança/jovem G *“foi importante estes momentos que passei em família, porque nos ajudam a estarmos juntos, sem ninguém a perturbar-nos” (Fase nº2 -Sessão Nº3 - Relato da criança G).* Apesar das dificuldades sentidas ao longo desta fase, foi importante perceber e observar como diferentes famílias conseguem envolver-se numa atividade de diferentes maneiras, quer seja a progenitora a orientar os seus filhos, quer sejam os filhos a orientar a mãe, e, por fim, quando estas trabalham em equipa e decidem o que construir e como construir em conjunto. É importante referir que, mais do que “aprender”, “conhecer” e “saber”, é o vivenciar, descobrir, criar e sentir (Sousa, 2003).

No que diz respeito ao segundo objetivo geral *“promover a autoestima dos participantes através das linguagens artísticas”* e ao objetivo específico *“Promover a sua Autoimagem,* estes foram desenvolvidos na terceira fase do projeto através da construção de um

autorretrato, sendo que este sempre esteve ligado à vida da participante e às pessoas que a rodeiam. A arte pode ainda ser utilizada para propiciar o empoderamento e a autoestima do indivíduo, pois, através de ferramentas artísticas, este consegue pensar, expressar e criar produtos que transmitem as aprendizagens. A mesma pode também contribuir para

“desenvolver a capacidade cognitiva; socializar o acesso aos bens culturais produzidos universalmente; desenvolver nos educandos habilidades e competências em determinadas modalidades artísticas; favorecer a obtenção de atitudes e comportamentos socialmente aceites; possibilitar a inserção no mercado de trabalho; os aspetos mais ressaltados são aqueles que proporcionam benefícios de ordem sócio-afetivos” (Carvalho, 2001, p.8).

Ao longo de todo o processo foi permitido às participantes a exploração de matérias, a partilha de ideias, o desenvolvimento da interajuda e da autoconfiança, de acordo com os registos da investigadora *“Sendo esta sessão dedicada a fotografia, as participantes pediram algum tempo para estas poderem trocar de roupa, maquilhar-se e pentear-se. Achei importante dar algum tempo às participantes para se arranjam de modo a contribuir para uma melhor participação destas na sessão, bem como a melhoria de confiança e de autoestima das mesmas.”* (Relato da investigadora - 15/03/2018) O facto de as participantes terem decidido expor o seu quadro na casa abrigo permitiu que estas se sentissem mais autoconfiantes e valorizadas pelo seu trabalho. De acordo com Descombes (1974), Sokolov (1975), Coopersmith (1976) e Harter (1978), a arte como forma de intervenção permite a prevenção de problemas e de dificuldades, bem como permite encontrar *“aspetos de educação artística como variáveis significativamente positivas em relação a aumentos de autoestima, autoperceção e autorrealização, extremamente profícuos no robustecimento do self”* (citado por Sousa, 2003, p. 62). Para a mulher/mãe A *“Há momentos em que sinto insegura, apesar de tudo...até com pouca esperança..., mas olhando para o meu placard parece que fico mais confiante em mim e na minha coragem e capacidades...acredito ser a tal fénix que ressurgue das cinzas, mais forte e sem necessidade se ser com as outras mulheres, mas de ser a mulher que sou”*. (Fase nº 3 - Sessão Nº6 - Relato da mulher/mãe A)

Em suma, pode considerar-se que os objetivos do projeto foram alcançados. As mulheres/mães e os seus descendentes resolveram algumas das lacunas na relação parental. Apesar de ter sido marcado pela resistência de algumas mães/mulheres em comparecer às sessões, verificou-se que grande parte das sessões eram um lugar de partilha, de autonomia criativa e de envolvimento entre mães, crianças e investigadora.

Uma das dificuldades sentidas neste projeto foi a criação de atividades que captassem a atenção de todos os participantes, uma vez que este era um grupo bastante heterogéneo ao nível das idades das crianças/jovens, mas também de personalidades e de gostos. Apesar das lacunas sentidas, este foi um projeto que, de acordo com os técnicos da casa abrigo da região norte, teve um desempenho fundamental na vida dos participantes, pois foi *“uma mais-valia na aquisição de competências pessoais e sociais”* (Relatos do técnico A). Já a técnica B menciona que estes projetos são *“muito relevantes, uma vez que através das artes se consegue transmitir emoções, pensamentos e medos e ultrapassar alguns receios”*.

Neste projeto, as mulheres/mães puderam participar num projeto que se centrou em si, no seu quotidiano, permitindo-lhes dar voz aos seus sentimentos e emoções, que muitas vezes têm dificuldade em realizá-lo. De acordo com o técnico C *“a linguagem artística acaba por ser um veículo à expressividade da autoimagem e do autoconhecimento, contribuindo para uma melhoria da autoestima (...) Se aumenta a autoestima acaba por melhorar as relações interpessoais, bem como, pensamentos mais positivos”*.

Por fim, todos os intervenientes do projetos, quer direta (mulheres/crianças/ investigadora) quer indiretamente (técnicos), mencionam o facto importante de este projeto da casa abrigo, não a curto prazo mas sim a longo prazo, conseguir obter mais resultados, de acordo com o técnico A *“a lacuna neste projeto é mesmo o facto de, após as atividades, as aprendizagens e as alterações de comportamentos perdem-se, e voltam às estratégias parentais anteriores. Portanto, conclui-se que se o projeto tivesse mais tempo iria permitir a consolidação das aprendizagens e a sustentabilidade das alterações comportamentais tanto nas mães como nas crianças”* (Relatos do técnico A)

## Conclusões

Nesta etapa final do trabalho, apresenta-se como necessário uma reflexão crítica acerca dos resultados e impactos do mesmo. As conclusões emergem sobretudo dos objetivos definidos, do enquadramento teórico e da análise e reflexão acerca do desenvolvimento do projeto.

Na casa abrigo, a intervenção assenta sobretudo na qualidade das relações humanas e na comunicação afetiva, ou seja, na construção de uma relação de confiança e de respeito mútuo. Neste sentido, concluo que a opção de uma intervenção através das linguagens artísticas funcionou como instrumento facilitador no processo de mudança das mulheres/mães e das crianças/jovens, principalmente na sua relação.

A reflexão, o aconselhamento e a escuta ativa assumiram-se como ferramentas chaves no projeto. Citando Veigas (2001, p.21), estas práticas contribuem para “garantir a aquisição de uma educação para a cidadania e o mais possível, um sentido de identidade, de autonomia e segurança, promotor do seu desenvolvimento integral.”

À pergunta de partida formulada aquando do início da intervenção – **“Quais os contributos das linguagens artísticas na relação de mãe e filho(s) no contexto casa abrigo?”** foi possível obter alterações observáveis no grupo de participantes do projeto de investigação.

Assim, **as linguagens artísticas proporcionaram uma melhor relação de mãe e filho(s)**, tal como se encontra refletido nos diários de bordo, as mulheres/mães começaram a colaborar e a envolverem-se em atividades com os filhos de modo a interagirem e de fortalecerem a sua relação. Relativamente às crianças/jovens sentiram um grande entusiasmo por poderem realizar atividades com as suas progenitoras.

**As linguagens artísticas contribuíram para reforçar/melhorar a autoestima**, dado que ao longo das sessões as mulheres/mães puderam constatar que são capazes de criar, de imaginar e de acreditarem nas suas capacidades, de modo a proporcionar às mesmas prazer, diversão e satisfação.

Foi notório o envolvimento e empenho por parte de todos os participantes ao longo de todo o projeto, tendo sido estes expostos a criarem e a desenvolverem livremente, sem regras, sem obstáculos a sua imaginação e criatividade e longe da sua zona de conforto. De acordo com Sousa (2003) “sem liberdade não há expressão” (p. 85).

Como conclusão principal deste projeto, podemos dizer que as linguagens artísticas promovem inúmeros contributos e benefícios a nível cognitivo, pessoal, social e relacional.

Relativamente às lacunas/dificuldades sentidas durante este projeto, estas estão relacionadas com as mães/mulheres, pelo facto de em algumas sessões não acompanharem os seus descendentes, mesmo estando na residência. A dificuldade sentida neste projeto era a criação de atividades que abrangessem todo o grupo, sendo este bastante heterogéneo. Um dos problemas também sentidos foi o facto de que grande parte das crianças ainda não sabia escrever, e as que sabiam manifestaram pouca vontade de o fazer, o que se traduziu em registos pouco detalhados nos seus diários individuais e, por conseguinte, empobrecendo esse instrumento de recolha de dados. Para além disso, verificou-se o entrave de duas mães/mulheres serem analfabetas. Outro dos problemas associados aos diários de bordo foi o facto de duas mulheres/mães, quando saíram/fugiram da casa abrigo, levaram consigo o seu diário, acabando assim por se perderem alguns dos seus registos, os casos da mulher/mãe B e E.

Apesar de todas as lacunas/dificuldades sentidas, o projeto permitiu assistir a modificações no âmbito da relação parental, mas também de numa melhoria de autoestima e de confiança do “eu”, bem como a partilha de ideias e sentimentos. Sousa (2003) considera a arte como “a linguagem das emoções e dos sentimentos (...) compreendendo o impacto que esta tem no desenvolvimento da personalidade, aos aspectos emocionais-sentimentais”, mencionando ainda que a educação artística proporciona ao indivíduo possibilidades de se expressar e de desenvolver as suas capacidades criativas, e proporciona ao indivíduo possibilidades transacionais, ou seja, “estabelecer relações afetivas com os outros e com o meio onde está inserido”. (Sousa,2003, p.148). É de salientar que, face aos resultados obtidos, será pertinente realizar um estudo e uma intervenção, mas a longo prazo, apesar das dificuldades em manter o mesmo grupo de intervenientes, pois as linguagens artísticas

“desempenham um papel do maior relevo na constituição das estruturas superiores da personalidade. Como expressão humana e muito antes de atingir o nível elevado dos valores estéticos, revela-se em manifestações de criatividade espontânea, em expressões emocionais com valor fisiognomónico significativo. Assim acontece com certas produções mímicas e gestuais, atitudes e jogos, e certos desenhos de pinturas, como mais

puras formas de linguagem”(Fernandes 1964, p.64 citado por Sousa 2003, p.64)

Deste modo, as linguagens artísticas são uma mais valia para as mulheres/mães e crianças/jovens que residam numa casa abrigo, visto que estas podem ter um grande poder/impacto significativo nas suas vidas e nas suas relações.

## Bibliografia

- Aguiar, L. F. T. M. (2001). *Expressão e educação dramática: Guia pedagógico para o 1º ciclo do Ensino Básico*. Lisboa: Instituto de Inovação Educacional.
- Alarcão, M. (2000). *(Des)Equilíbrios familiares: Uma visão sistémica*. Coimbra: Quarteto Editora.
- Ander-Egg, E. (1990). *Repensando a Investigação Ação Participativa: Comentários, críticas e sugestões*. México: Editorial el
- APAV – Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (2011). *Manual Crianças e Jovens vítimas de violência: compreender, intervir e prevenir*. Lisboa: Direção Geral de Saúde – Ministério da Saúde.
- APAV. (2017). *Estatísticas APAV vítimas de violência doméstica 2013-2016*. Lisboa: Apav.
- Barreto, S. J. & Silva C. A. (2004). *Contacto: Sentir os sentidos e a alma: Saúde e lazer para o dia-a-dia*. Blumenau: Acadêmica.
- Barreto, S. J. (2000). *A Importância da Musicalização na Educação Infantil e no Ensino Fundamental – A Música como Meio de Desenvolver a Inteligência e a Integração do Ser*. Instituto Catarinense de Pós-Graduação.
- Bento, A. (2008). *Teatro e Animação. Sociocultural: parceiros inequívocos em estratégias de participação social e de desenvolvimento cultural*. Animador Sociocultural: Revista Iberoamericana. Teatro e Animação. Sociocultural, vol.1, n.2.
- Bompastor, Ferreira & Martins. (2012). *Jogar com as Emoções, encenar o futuro: expressões dramáticas na prevenção de perturbações da conduta em crianças*. In M. Ferraz & E. Dallman (coord.). *Metodologias Expressivas na Comunidade*. Lisboa: Tutitrev, pp. 139-166.
- Boutin, G., Goyette, G. & Lessard-Hérbert, M. (2005). *Investigação Qualitativa Fundamentos e Práticas*. (2ª Ed). Lisboa: Instituto Piaget.
- Boutinet, J.P. (1995). *Antropologia do Projeto*. Lisboa. Instituto Piaget (p. 255-295).

Calheiros, M. & Monteiro, M. B. (2000). *Mau trato e negligência parental, contributos para a definição social dos conceitos*. Sociologia, Problemas e Práticas, 34, 145- 176.

Bréscia, V. L. P (2003). *Educação Musical: bases psicológicas e ação preventiva*. São Paulo: Átomo.

Caride, J. (2005). *Las fronteras de la Pedagogia Social. Perspectiva científica e histórica*. Barcelona: Gedisa.

Carvalho, A. (2001). *O Educador Social como sujeito da construção dos Direitos Humanos*. Revista de Educação Social, 2001, 7-14.

Castro-Almeida, C., Le Boterf, G., & Nóvoa, A. (1993). Avaliação Participativa no Decurso dos Projetos: reflexões a partir de uma experiência de terreno (programa JADE). In A. Estrela & Nóvoa, A. (Orgs.). *Avaliações em Educação: novas perspectivas* (pp. 115-138). Porto: Porto Editora.

Cembranos, F., Montesinos, D., & Bustelo, M. (2001). *La animación sociocultural: una propuesta metodológica* (8.<sup>a</sup> edição). Madrid: Editorial Popular.

Cléro, C. (1974). *As atividades plásticas na escola e no lazer*. Brasil: Editora Cultri.

Comissão para a cidadania e Igualdade de Género. (2009). *Violência doméstica: encaminhamento para casa de abrigo*. Lisboa: Presidência do Conselho de Ministros.

Costa, J. M. B. (2003). *Sexo, Nexo e Crime*. Lisboa: Edições Colibri.

Coutinho, C. P., (2013). *Metodologias de Investigação em Ciências Sociais e Humanas: Teoria e Prática*. (2<sup>a</sup> ed.). Coimbra: Almedina.

Coutinhos, M. J. e Sani, A. I. (2010) *Casa abrigo: A solução ou o problema?* Vol.26, nº4, Psicologia: Teoria e Pesquisa.

Decreto de Lei n.º323/2000, de 19 de dezembro. *Diário da república, 1.ª série – N.º291*. Ministério Público. Lisboa. Acedido a 19 de dezembro.

Decreto de Regulamentar n.º1/2006, de 25 de janeiro. *Diário da república, 1.ª série – N.º18*. Ministério Público. Lisboa. Acedido a 19 de dezembro.

- Delgado, P. (2006). *Os direitos da criança. Da participação à responsabilidade*. Porto. Prof edições.
- Dias, I. (2004). *Violência na Família. Uma Abordagem Sociológica*. Edições Afrontamento. Biblioteca das ciências sociais.
- Dias, V.B., Pitolli, A.M.S., Prudêncio, C.A.V., Oliveira, M.C.A (2013). “o diário de bordo como ferramenta de reflexão durante o estágio curricular supervisionado do curso de ciências biológicas da universidade estadual de santa cruz- Bahia”; Atas do IX Encontro Nacional de Pesquisa em educação em ciências. Águas de Lindóia.
- Ferreira, S. & Silva, M. C. S. (2001) Faz o chão pra ela não ficar voando!: O desenho na sala de aula. In.: Ferreira, S. (Org.). *O ensino das artes: Construindo caminhos*. Campinas: Papyrus, 2001. p. 139-180.
- Gil, A. (1999). *Métodos e Técnicas de Pesquisa Social*. São Paulo: Atlas.
- Graal. (2012). *Jovens contra a violência no namoro, guia para a ação*. Lisboa .
- Guareschi, N. M. F., Rocha, B. M., Stock, B.S., Ecker, D. D., Leães, M. L. & Rendin, M. M. (2008). Fotografia: uma intervenção do olhar. In N.M.F. Guareschi, B. M. Rocha, B. S. Stock, D.D. Ecker, M. L. Leães & M. M. Redin. *Olhar vidas: a fotografia em uma pesquisa-intervenção* (pp. 13-23). Porto Alegre: Zouk.
- Guerra, I. C. (2010). *Fundamentos e Processos de Uma Sociologia de Ação. O planeamento em Ciências Sociais*. Estoril: Príncipeia.
- Júnior, C. J. Q. M., Dalmann, E. (2012). Oficinas Expressivas de Bonecos Mamulengos O teatro de bonecos como ferramenta de intervenção social. In Nascimento, A. *Metodologias Expressivas na Comunidade*. Lisboa: Tutitirév Editorial; 113-122.
- Kowalski, I. (2005). *...e a Expressão dramática*. Leiria: Instituto Politécnico de Leiria;5-24.
- Laban, R. (1990). *Dança Educativa Moderna*. São Paulo: Ícone Editora Ltda.
- Lei n.º 107/99, de 3 de agosto. *Diário da república, 1.ª série – Nº179*. Ministério Público. Lisboa. Acedido a 19 de dezembro.

Lima, R. (2003). *Desenvolvimento levantado do chão...com os pés assentes na terra: desenvolvimento local e investigação participativa – a animação comunitária*. Tese de doutoramento apresentada à Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade do Porto. Porto.

London Family Court Clinic. (2009) *Manual para os ensinios básicos e secundários – crianças e jovens expostas/os à violência doméstica: conhecer e qualificar as respostas na comunidade*. Comissão para a Cidadania e Igualdade de Género (CIG); Direção Geral da Educação (DGE).

Lopes, M. S. P. (2011). *O saber dramático a construção e a reflexão*. Fundação Calouste Gulbenkian.

Lopes, M. S. P., Sousa, J. G., Kowalski, M. P. (2012). Da intervenção artística à investigação: uma experiência entre escolas vizinhas. In Canastra, F., Santos, G. P., Lopes, M. S. P. *Animação Cultural Descobrimos caminhos*. Escola Superior de Educação e Ciências Social- Instituto Politécnico de Leiria, 191-204.

Machado, C. e Gonçalves, R. A., (2003). *Violência e Vítimas de Crimes*. Coimbra: Quarteto.

Magalhães, M.J., Canotilho, A.P. & Brasil. E (2007). *Gostar de mim, gostar de ti. Aprender a prevenir a violência de género*. Porto: UMAR.

Magueta, L. (s/d). *Participação, expressão e criatividade em experiência com a linguagem plástica desenvolvidas em espaços educativos por animadores em formação*. Escola Superior de Educação de Ciências Sociais de Leiria.

Maia, L. (2012). *Violência Doméstica e crimes sexuais*. Factor- edições de ciências sociais e política contemporânea.

Manita, C., Ribeiro, C., Peixoto. (2009). *Violência doméstica: Compreender para intervir, Guia de Boas práticas para Profissionais de Instituições de Apoio a Vítimas*. CIG: Lisboa.

Meirinho, D. (2016). *Olhares em Foco Fotografia participativa e empoderamento juvenil*. Editora LabCom.

Melo, M. C. (2005). *A Expressão Dramática- à procura de percursos*. Lisboa: Livros Horizonte; 7-31.

Monteiro, A. (1996). *A avaliação nos projectos de intervenção social: reflexões a partir de uma prática*. Sociologia – Problemas e Práticas, nº 22, pp. 137-154.

Moreira (2007) *Guia do Educador face aos maus-tratos*. Porto Editora.

Nanni, D. (2008). *Dança Educação - Princípios, Métodos e Técnicas*. Rio de Janeiro: 5.ª edição: Sprint.

Natt, E. D. M., Carrieri, A. P. (2016). *A Teoria da Ação Comunicativa nos Estudos e Corporeidade: Possibilidades de Avanços para a Administração?*. Revista Perspetivas Contemporâneas, v.11, n.1, p.55-76.

Orofino, R. (2012). *O teatro fora do teatro transformando as pessoas in Nascimento, A. Metodologias Expressivas na Comunidade*. Lisboa: Tuttirév Editorial; 123-130.

Portugal, Sílvia (2003). De que falamos quando falamos de violência doméstica?, in L. Fonseca, C. Soares, J. Vaz, *A Sexologia – perspectiva multidisciplinar II*. Coimbra: Quarteto editora, 199-214.

Regulamento Interno da Casa Abrigo.

Robinson, K. (2010). *O elemento*. Porto: Porto Editora.

Serrano, S. G. (2008). *Elaboração de Projetos Sociais. Casos Práticos*. Porto: Principia Editora.

Sousa e Carvalho (2015). Impacto da Violência doméstica em crianças e jovens em risco. In M. I. Carvalho, *Serviço Social com famílias*. Lisboa: Pactor- edições de ciências sociais, forenses e da educação.

Sousa, A. B. (2003) *Educação pela arte e artes pela educação- Bases psicopedagógicas*. 1º volume. Instituto Piaget: Horizontes pedagógicos.

Sousa, A. B. (2003). *Música e artes plásticas*. 3º volume. Instituto Piaget: Horizontes pedagógicos.

Sousa, Alberto B. (1980). *A Dança Educativa na Escola (Movimento Educativo – Expressão Corporal – Dança Criativa)*, II Vol., Básica Editora.

Sousa, Alberto B. (2003). *Educação pela Arte e Artes na Educação Drama e Dança* – 2ºVol, Instituto Piaget, Horizontes Pedagógicos.

Stufflebeam, D., & Shinkfield, A. (1995). *Evaluación sistemática - Guía teórica y práctica*. Barcelona: Ediciones Paidós Ibérica.

Varregoso, I., Machado, R., Barroso, M. (s/d) *A dança como contributo para a qualidade de vida de idosos institucionalizados e não institucionalizados*. Instituto Politécnico de Leiria, Escola Superior de Educação e Ciências Sociais.

Veiga, S. (2009). *Palcos de Conhecimento, Espaços de Transformação – Contributos da Metodologia Sociodramática para a Formação dos Educadores Sociais*. Dissertação.

Vendramin, C., Velho, L. R., Ferraz, W. (2016). *Diversos Corpos Dançantes: Uma proposta de improvisação e dança na comunidade*. Conceição-Concept, SP, v.5, n.2.

Vianna, T., Strazzacappa, M. (2001) *Teatro na Educação: Reinventado Mundos in Ferreira, S. Arte: Estudo e ensino*. São Paulo: Papirus editora.

Weigel, A. M. G. (1988). *Brincando de Música: Experiências com Sons, Ritmos, Música e Movimentos na Pré-Escola*. Porto Alegre: Kuarup.

## Anexos

## Anexo 1 – Questionários I – Crianças/Jovens

Nome:

Idade:

Sexo:

Escolaridade:

1. Qual destes tipos de arte mais gostas (assinala com um x):

<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

Vídeo

Plástica

Literatura

Fotografia

<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

Música

Teatro

Dança

2. Já alguma vez tiveste algum contacto com estas artes?

---

---

3. Como te sentes quando fazes experiências artísticas?

---

---

4. Gostarias de repetir a experiência? Porquê?

---

---

5. Há algum tipo de arte que gostarias mais de experimentar? Qual? Porquê?

---

---

6. Qual a tua opinião relativamente às atividades artísticas?

---

---

7. Que atividade mais gostas mais de realizar no teu dia-a-dia?

---

---

8. Com quem costumavas realizar essas atividades?

---

---

9. Onde realizas essas atividades?

---

---

## Anexo 2 – Questionários II – Mulheres/Mães

Nome:

Idade:

Sexo:

Escolaridade:

Profissão:

10. Qual destes tipos de arte mais gostas (assinala com um x):

<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

Vídeo

Plástica

Literatura

Fotografia

<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>

Música

Teatro

Dança

11. Alguma vez teve contacto com as artes? Quais?

---

---

12. Gostaria de repetir a experiência?

---

---

13. Considera que a arte pode ter importância na vida de uma pessoa?

---

---

14. Se sim, a que nível?

---

---

15. Tem algum interesse em ter contacto com as artes? Porquê? Quais?

---

---

## Anexo 3- Planificações das Sessões de Atividades- 1ª Fase

### Sessão nº1 (15/02/2018 -17/02/2018)

**Público-Alvo:** Mulheres/Mães e Crianças/Jovens

**Objetivos:** Conhecer o grupo de participantes; estabelecer relação com o grupo; esclarecer e motivar o grupo relativamente ao projeto e às sessões com as atividades artísticas que vão decorrer;

#### **Atividades:**

1. Explicar quem sou e o teor do meu Projeto. (sugeria que não entrasses em muitos pormenores com o grupo... podem-se assustar...)
2. Distribuir os questionários iniciais. (explicando que essa informação te poderá ajudar a organizar as sessões...)
3. Prestar esclarecimentos referentes às Sessões de atividades que vão ser realizadas. (explicar que serão atividades práticas, trazer roupas confortáveis, experiências com diferentes linguagens artísticas, etc...)
4. Jogo dos nomes 1(para ficarem a conhecer-se um pouco melhor... e experimenta as variantes que fizemos em aula: a andar, a correr, a saltar, a dançar...)
5. Jogo dos nomes 2 (se tiveres tempo) – em roda, uma pessoa diz o seu nome e uma coisa de que gosta; a pessoa a seguir repete o que a pessoa anterior disse e depois diz também o seu nome e o que gosta (ex.: tu és a Maria e gostas de chocolate e eu sou a Joana e gosto de música...), e assim sucessivamente até chegar à última pessoa da roda.
6. Distribuir as primeiras páginas dos Diários Individuais para elas personalizarem ao seu gosto. (colocando o nome - opcional) (e porque não fazerem o seu «Autorretrato» nesta 1ª página do seu diário?)

### Sessão nº2 (22/02/2018)

**Público-Alvo:** Mulheres

**Objetivos:** Pretende trabalhar a colaboração, a interajuda e o fortalecimento dos laços entre as participantes, bem com a exploração de movimentos corporais, de modo a desenvolver a atenção, a coordenação motora, o sentido rítmico, a imaginação, o contacto interpessoal e a criatividade.

#### **Atividades:**

##### **1. O Verdadeiro Olhar nos olhos de alguém**

As participantes caminham aleatoriamente pelo espaço, tentando passar por todos os lados, sem embater umas nas outras. Posteriormente estas devem continuar a caminhar pela sala, olhar nos olhos do colega, mas continuando no seu caminho.

Seguidamente, deve olhar nos olhos do colega e parar por dois segundos e continuar na sua caminhada e exploração pela sala, posteriormente deve escolher um colega e, sem este saber que foi o escolhido, caminhar na sala atrás desse colega.

##### **2. Queda segura**

Nesta atividade as participantes continuam a caminhar pela sala, sendo que quando são tocadas por um colega devem de cair no chão e só se devem levantar com ajuda de um colega. Posteriormente, devem continuar na mesma dinâmica, contudo, quando tocam no colega, estes devem fazer um movimento corporal com essa parte do corpo e só depois caem no chão.

### **3. Movimento através do Ritmo**

As participantes deveram mover-se através do ritmo da música. Esta movimentação deverá ser complementada por diversos movimentos corporais.

### **4. Criação e exploração de movimentos**

A pares, as participantes devem explorar movimentos corporais de modo a criarem uma pequena coreografia de movimentos. Por fim, essa criação deverá ser apresentada ao grupo.

### **5. Reflexão**

No final, o grupo irá refletir sobre a sessão e, posteriormente, deverá escrever e refletir no seu diário individual.

**Materiais Necessários:** Música Ambiente

### **Sessão nº3 (24/02/2018)**

**Público-Alvo:** Crianças

**Objetivos:** Reconhecer a relevância da utilização completa do espaço; desenvolver a atenção, coordenação motora, audição, sentido rítmico, imaginação, contacto interpessoal e criatividade.

**Atividades:**

#### **1. “Como é que... se o chão fosse feito de...”**

Os participantes caminham aleatoriamente pelo espaço tentando passar por todos os lados, sem embater uns nos outros. Posteriormente, surge a questão “Como é que andaríamos se o chão fosse feito de esponja” e todas reagem fisicamente, continuando a explorar e ocupar o máximo de espaço possível. Cada participante completa a frase, dando uma sugestão verbal “Como é que...” (exemplos: correríamos, saltaríamos, rebolaríamos) e de um material “se o chão fosse feito de...” (exemplos: fogo, picos, neve, gelatina). Aumentando o desafio:

#### **2. “Como é que... se o nosso corpo fosse feito de...”**

Aplica-se o mesmo método anterior. Posteriormente, acrescentam-se batimentos rítmicos (com palmas, partes do corpo, chão, parede), sendo que as participantes caminham ao ritmo dos batimentos e param quando o batimento cessa. Cada participante completa a frase e faz um batimento rítmico para as outras executarem.

### **3. Movimento através do Ritmo**

Os participantes deverão mover-se através do ritmo da música. Esta movimentação deverá ser complementada através de diversos movimentos corporais.

### **4. Criação e exploração de movimentos**

Em grupo, os participantes devem explorar movimentos corporais de modo a criarem uma pequena coreografia de movimentos. Por fim, essa criação deverá ser apresentada ao grupo.

### **5. Reflexão**

Cada participante tem a oportunidade de partilhar com o grupo o que entender, relativamente ao que experienciou, como por exemplo: aspetos positivos e negativos; o que gostou mais e o que não gostou; as dificuldades que sentiu. Posteriormente, cada um dos participantes escreve no seu Diário Individual, sendo que as crianças mais novas devem fazer um desenho relativamente à sessão.

**Materiais Necessários:** Música Ambiente

**Sessão nº4 (1/03/2018)**

**Público-Alvo:** Mulheres

**Atividade:**

**1. A minha marca, o teu desenho**

Numa folha de papel A3, cada participante deverá fazer uma marca na folha, sendo que esta só poderá ser feita nas pontas da folha. Posteriormente, deverá copiar as marcas para o mesmo número de participantes da sessão. Em seguida, cada participante deverá realizar um desenho ao seu gosto, sendo que deve utilizar as marcas em alguns elementos do seu desenho. No final, as participantes deverão juntar todos os desenhos conforme as marcas que fizeram no início, de forma a criar um puzzle.

## Anexo 4- Planificações das Sessões de Atividades - 2ª Fase

### Sessão nº1 (10/03/2018)

**Público-Alvo:** Famílias

**Objetivos:** Desenvolver competências familiares ao nível da comunicação e interação, mas também o trabalho em equipa.

**Atividades:**

#### 1. Mímica

O grupo deve sentar-se em círculo por família. A primeira família deverá escolher um cartão. De seguida, todos os elementos dessa família deverão mimar a ação perante os colegas, que terão de adivinhar o que está a fazer. A primeira família que adivinhar será a próxima a fazer a mímica. O grupo deverá ser motivado de modo a fazer gestos diferentes, não apenas aqueles que já conhece. O propósito é brincar com o corpo, com o movimento, aprender a expressar-se de forma diferente e divertida, em conjunto com a sua família.

#### 2. Desenho de família

Cada família deverá fazer um desenho que represente a sua família, este deverá ser personalizado ao gosto de todos os elementos da família. Após a realização do desenho, estes deverão escrever algumas palavras/frases que representem a sua família.

#### 3. Reflexão

Em roda, o grupo deverá expressar o que sentiu relativamente à primeira sessão em família. Posteriormente, cada um deverá escrever no seu diário, sendo que as crianças mais pequenas deverão pintar um desenho sobre a família.

**Material Necessário:** Cartão com imagens (para realização da primeira atividade); Cartolinas; Tesouras; Colas; Feltro; Esponja; Lápis de cor; Marcadores; Folhas coloridas;

### Sessão nº2 (17/03/2018)

**Público-Alvo:** Famílias

**Objetivos:** Estimulação auditiva de coordenação e de criatividade.

**Atividades:**

#### 1. Caminhar, caminhando

O grupo deverá caminhar livremente pela sala. Com uma colher de pau, a investigadora deverá bater num objeto de forma a criar diferentes ritmos, sendo que os participantes deverão movimentar-se de acordo com ritmo das batidas. (muito rápido, médio e muito lento).

Numa segunda fase da atividade, o grupo deverá dividir-se por famílias e por cada uma será distribuído um ritmo. Nesta fase da atividade, o grupo só poderia movimentar-se quando ouvisse o seu ritmo.

#### 2. Estátuas

Os participantes deverão juntar-se por famílias, sendo que preferencialmente estejam em número par, para que um fizesse de estátua e o outro de escultor. O escultor, no seu imaginário, teria de pensar de que material seria feito a sua estátua (madeira, plasticina, barro, mármore, etc.) e teria de a esculpir e dar-lhe forma.

Quando todos os escultores terminarem, estes deverão afastar-se das suas estátuas, para poderem observar as esculturas. Seguidamente, invertem-se os papéis, as estátuas passavam a escultores e os escultores a estátuas. Sendo que nesta estatuas os escultores tem que programar as suas estátuas como estatuas interativas, que os visitantes quando chegassem perto das estatuas elas se movimentassem.

O grupo de participantes deverá dividir-se em dois grandes grupos, sendo que um grupo representará os escultores e outro grupo as estátuas. O grupo de estátuas terá de se posicionar em diferentes locais da sala, de modo a criar um museu. O objetivo é criar uma sala interativa. Relativamente aos escultores, estes deverão ausentar-se da sala de modo a preparem a sua personagem (idosos) para visitar o museu. Quando estiverem todos preparados, iniciar-se-á a visita ao museu.

### **Momento de Reflexão**

Em roda, o grupo deverá expressar-se e refletir acerca do que sentiu durante a sessão. Posteriormente, os participantes deverão escrever no seu diário, enquanto as crianças mais novas irão colorir a folha de avaliação da satisfação relativa à sessão e às atividades.

**Materiais necessários:** Colher de pau

### **Sessão nº3 (24/03/2018)**

**Público-Alvo:** Famílias

**Objetivos:** Desenvolver competências de audição musical, de movimento e de dança.

**Atividades:**

#### **1. Trautear Músicas**

Os participantes deverão estar sentados em roda, sendo que um deverá ir ao centro do grupo, colocar os fones e deverá trautear a música conforme o cartão que lhe for atribuído.

Trautear em MU UM: Trautear em LA LA; Trautear em TI TI

Os restantes participantes deverão tentar adivinhar a música que o colega está a trautear. Quem acertar deverá ocupar o lugar no centro.

#### **2. Jogo das cadeiras**

Os participantes deverão fazer uma roda com as cadeiras. Posteriormente, deverá ser colocada música a tocar e, enquanto a música toca, os participantes deverão dançar à volta das cadeiras. Quando o som da música deixar de tocar, os participantes têm de se sentar nas cadeiras, quem ficar de pé perde e sai do jogo.

#### **3. Hino de família**

Em família, os participantes deverão escrever um hino/ ou escolher uma música e deverão adotá-lo como o hino oficial da família. No fim, todos os hinos serão apresentados ao grupo.

### **Momento de Reflexão**

Em roda, o grupo deverá refletir acerca das atividades propostas para esta sessão. Posteriormente, cada participante deverá escrever no seu diário.

**Recursos Matérias:** Fones; Música; Cadeiras; Folhas de Papel; Canetas/Lápis

### **Sessão nº4 (07/04/2018)**

**Público-Alvo:** Famílias

**Objetivos:** Desenvolver competências corporais, de movimento e de dança.

**Atividades:**

### **1. Dança das cadeiras**

Ao som da música, os alunos contornarão as cadeiras. Quando esta parar, todos procurarão sentar-se. A pessoa que não se sentar sairá do jogo e retira-se mais uma cadeira. Vencerá o último a sentar-se.

Neste jogo as cadeiras deverão estar conforme o jogo anterior. O principal objetivo deste jogo é não eliminar nenhum jogador, mas sim cadeiras, a cada rodada deverá ser tirada uma cadeira, contudo os participantes deverão conseguir-se sentar-se como puderem: no colo, no braço da cadeira, deitados sobre os colegas, etc...

Várias cadeiras deverão ser espalhadas pela sala. Em cima de cada uma delas haverá um balão. Os participantes deverão formar uma equipa constituída por dois elementos, um jogador e um guia. Os jogadores deverão estar vendados e uma música ritmada deverá animar o grupo. Estes devem dançar enquanto a música toca. Quando a música parar, eles deverão procurar uma cadeira, sentar-se e rebentar o balão que estiver na cadeira, sendo que devem ser guiados pelo seu guia. Haverá uma cadeira a menos, quem sobrar, é eliminado.

### **2. Toca e dança sem parar**

Nesta atividade os participantes terão equipas formadas. Após a formação de equipas, cada uma deverá escolher o primeiro participante a jogar. Nesta atividade os participantes terão de dançar diferentes estilos musicais (infantil, rancho, Kizomba, Samba, Rock, entre outros). Os participantes que estiverem a dançar não poderão parar de o fazer e o jogador deverá trocar de lugar sempre que ouvir o sinal da buzina. Neste jogo, no mínimo, deverá estar 1 elemento a dançar por equipa e, no máximo, poderão estar todos os membros da equipa a dançar.

Cada grupo deverá criar uma breve coreografia a partir de um dos estilos de uma música à sua escolha. Posteriormente, deverão apresentar essa coreografia ao grande grupo.

### **3. Momento de reflexão**

No final da sessão os participantes deverão refletir nos seus diários acerca das atividades propostas, bem com se sentiram na realização das mesmas.

**Recursos Matérias:** Cadeiras; Música; Balão; Vendas

### **Sessão nº5 (21/04/2018)**

**Público-Alvo:** Famílias

**Objetivos:** Conversar com o grupo (mulheres) relativamente ao projeto: Decidir com o grupo a continuidade ou não das sessões familiares; compreender a permanência de cada participante no projeto

## Anexo 5 – Planificações das Sessões de Atividades- 3ª Fase

### Sessão n°1 (08/03/2018)

**Público-Alvo:** Mulheres

**Objetivos:** Comemoração do dia Internacional da Mulher

**Atividades:**

Esta sessão é planeada pela equipa técnica da casa abrigo. Sendo este o dia da mulher e de forma a comemorá-lo com as utentes, foi planeada uma sessão de cinema com a equipa técnica e as utentes.

### Sessão n°2 (15/03/2018)

**Público-Alvo:** Mulheres

**Objetivos:** Estimular diferentes formas de olhar.

**Atividades:**

#### 1. 1...2...3...Flash

O grupo deverá andar normalmente pela sala. A investigadora deverá gritar o nome de um membro do corpo humano e as participantes deverão apenas movimentar essa parte do corpo.

Exemplo:

Andar pelo espaço normalmente + gritar “cotovelo” (elas param e só mexem o cotovelo...)

Andar pelo espaço normalmente + gritar “pé direito” (elas param e só mexem o pé direito...)

#### 2. “Recria fotos”

Nesta atividade todos os participantes terão 15 minutos para tirar fotografias. Estas fotografias deverão ser de partes corporais e de diferentes expressões faciais. Após terem tirado as fotografias, deverão passá-las para o computador e escolher as melhores fotografias.

#### 3. Momento de Reflexão

Em roda, o grupo deverá expressar e refletir acerca do que sentiu durante a sessão. Após a sessão, as participantes levam o seu diário para casa para terem mais tempo para refletir sobre o que se passou.

**Recursos:** Máquinas fotográficas; Computador

### Sessão n°3 (22/03/2018)

**Público-Alvo:** Mulheres

**Objetivos:** Trabalhar a imagem através da exploração de diversas técnicas da linguagem artística.

**Atividades**

#### 1. O retrato

As participantes deverão construir um autorretrato através de fotografias e de fotomontagens, que foram tiradas na sessão anterior. Nesta atividade, as participantes poderão utilizar algumas linguagens artísticas como o desenho, a pintura, a colagem plana e em volume. Nesta atividade, as participantes trabalham a sua imagem ou algo que as represente.

## **2. Momento de Reflexão**

No final da sessão, as participantes deverão reunir-se e refletir sobre o seu trabalho e a importância de trabalhar a imagem.

### **Recursos Matérias:**

Fotografias; Cartolina; Cola; Fita-cola; Lápis de cor; Marcadores; Pinceis; Tinta ou outros materiais de plástica

### **Sessão nº4 (29/03/2018)**

**Público-Alvo:** Mulheres

**Objetivos:** Trabalhar a imagem através da exploração de diversas técnicas da linguagem artística.

### **Atividades:**

#### **1. O retrato**

As participantes deverão continuar o seu trabalho de construção do seu autorretrato através de fotografias e de técnicas de expressão plástica.

#### **2. Momento de Reflexão**

No final da sessão, as participantes deverão escrever no seu diário sobre o seu trabalho e como este está a ser construído.

**Recursos Matérias:** Fotografias; Cartolina; Cola; Fita-cola; Lápis de cor; Marcadores; Pinceis; Tinta ou outros materiais de plástica

### **Sessão nº5 (05/04/2018)**

**Público-Alvo:** Mulheres

**Objetivos:** Trabalhar a imagem através da exploração de diversas técnicas da linguagem artística.

### **Atividade**

#### **1. O retrato**

As participantes deverão dar continuidade ao seu trabalho de construção do seu autorretrato.

#### **2. Momento de Reflexão**

No final da sessão, as participantes deverão escrever no seu diário sobre o seu trabalho e como este está a ser construído.

### **Sessão nº6 (13/04/2018)**

**Público-Alvo:** Mulheres

**Objetivos:** Trabalhar a imagem através da exploração de diversas técnicas da linguagem artística.

### **Atividade**

#### **1. O retrato**

As participantes deverão dar continuidade ao seu trabalho de construção do seu autorretrato.

## **2. Momento de Reflexão**

No final da sessão, as participantes deverão escrever no seu diário sobre o seu trabalho e como este está a ser construído.

### **Sessão nº7 (14/04/2018)**

**Público-Alvo:** Mulheres

**Objetivos:** Refletir acerca do seu trabalho bem com da importância do mesmo na sua vida; definir um dia e o local para exposição dos trabalhos realizados.

## Anexo 6 – Diário de Bordo das crianças/Jovens - 1ª Fase

### Criança/Jovem A

#### **Sessão Nº 1 (17-02-2018)**

*A criança fez um desenho*

#### **Sessão Nº 3 (24-02-2018)**

*A criança fez um desenho*

### Criança/Jovem B

#### **Sessão Nº 1 (17-02-2018)**

*A criança fez um desenho*

#### **Sessão Nº 3 (24-02-2018)**

*A criança fez um desenho*

### Criança/Jovem C

#### **Sessão Nº 1 (17-02-2018)**

*Eu não gostei eu adorei e claro que quero voltar a estar com a D. Catarina*

#### **Sessão Nº 3 (24-02-2018)**

*Hoje eu fui obrigada a vir brincar com a D. Catarina, mas até foi divertido quando chegou a hora de ir embora fiquei triste, mas a Catarina disse que se eu não quiser vir não vinha e agora cá estou eu a escrever esta notícia. (Fez um desenho com dois corações)*

### Criança/Jovem D

#### **Sessão Nº 1 (17-02-2018)**

*Gostei muito deste dia e gostava de, numa próxima, jogar futebol.*

### Criança/Jovem E

#### **Sessão Nº 1 (17-02-2018)**

*Eu gostei deste dia, porque brincámos muito, e também gostei do tema de hoje que foi a arte. Na próxima vez, as atividades que eu gostaria que houvesse aqui eram: jogos de futebol, coisas sobre arte e, por último, que tivesse basketball.*

### Criança/Jovem F

#### **Sessão Nº 1 (17-02-2018)**

*A criança fez um desenho*

#### **Sessão Nº 3 (24-02-2018)**

*A criança fez um desenho*

#### Criança/Jovem G

##### **Sessão Nº 1 (17-02-2018)**

*Hoje, o dia foi engraçado e divertido, foi muito fixe. Na próxima aula eu gostaria que fizéssemos dança, música e vídeo (desenho um sol uma arvore com grupos, uma borboleta e dois gatos).*

##### **Sessão Nº 3 (24-02-2018)**

*Hoje, eu gostei muito da sessão, porque tive oportunidade de dançar, dormir e de esmagar o J. Para a próxima gostaria de fazer plástica.*

#### Criança/Jovem I

##### **Sessão Nº 1 (17-02-2018)**

*A criança fez um desenho*

##### **Sessão Nº 3 (24-02-2018)**

*A criança fez um desenho*

#### Criança/Jovem J

##### **Sessão Nº 1 (17-02-2018)**

*A criança fez um desenho*

##### **Sessão Nº 3 (24-02-2018)**

*A criança fez um desenho*

#### Criança/Jovem K

##### **Sessão Nº 1 (17-02-2018)**

*A criança fez um desenho*

##### **Sessão Nº 3 (24-02-2018)**

*A criança fez um desenho*

#### Criança/Jovem L

##### **Sessão Nº 1 (17-02-2018)**

*O dia de hoje foi divertido, porque jogámos vários jogos que foram divertidos. O que eu achei mais divertido foi o pistoleiro.*

#### Criança/Jovem M

##### **Sessão Nº 1 (17-02-2018)**

*Eu hoje tive a desenhar tive a jogar ao jogo do pistoleiro em roda*

#### Criança/Jovem N

**Sessão Nº 1 (17-02-2018)**

*A criança fez um desenho*

Criança/Jovem O

**Sessão Nº 1 (17-02-2018)**

*A criança fez um desenho*

**Sessão Nº 3 (24-02-2018)**

*A criança V fez um desenho*

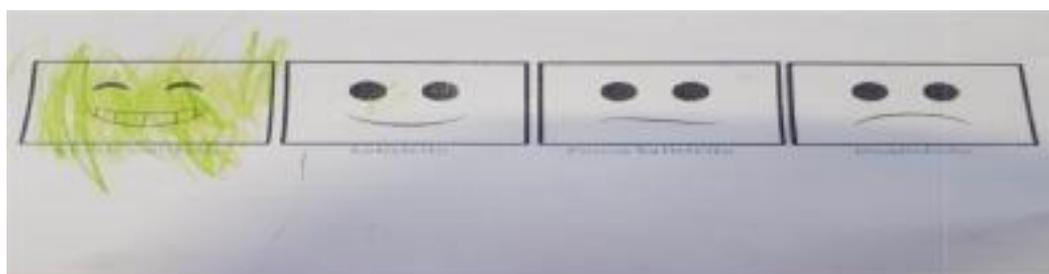
## Anexo 7 – Diário de Bordo das crianças/Jovens- 2ª Fase

Criança/Jovem A

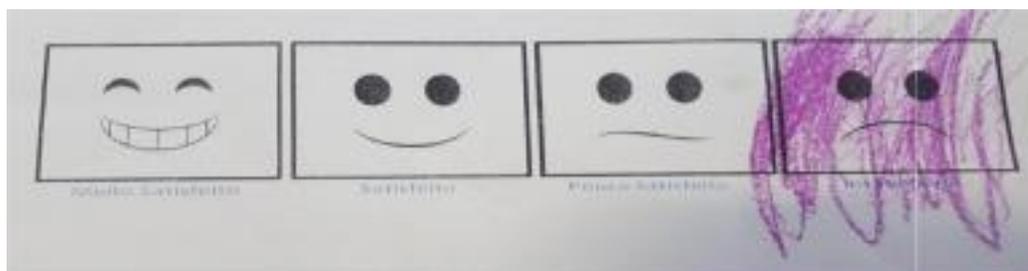
**Sessão Nº 1 (10-03-2018)**

*A criança pintou o desenho da família do Mickey.*

**Sessão Nº 2 (17-03-2018)**



**Sessão Nº 3 (24-03-2018)**

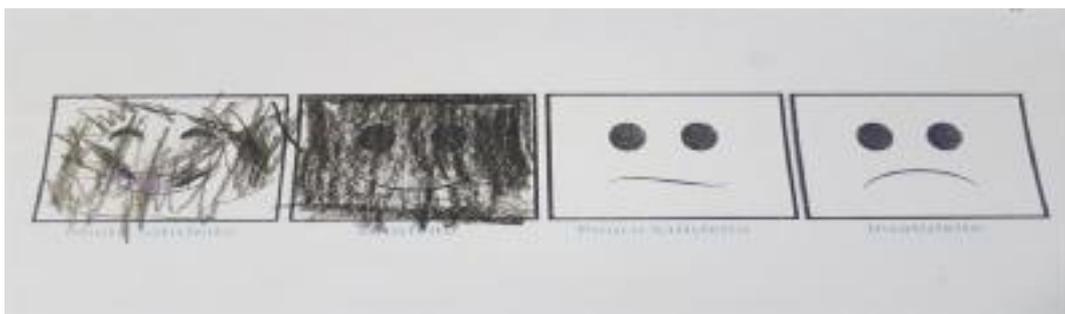


Criança/Jovem B

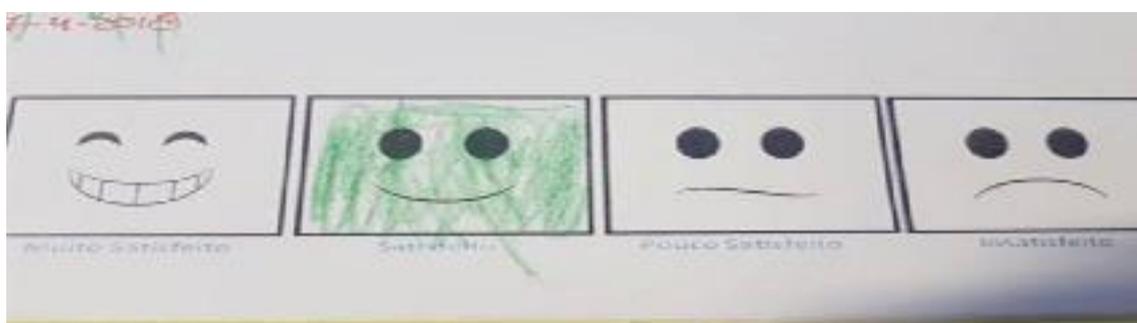
**Sessão Nº 2 (17-03-2018)**



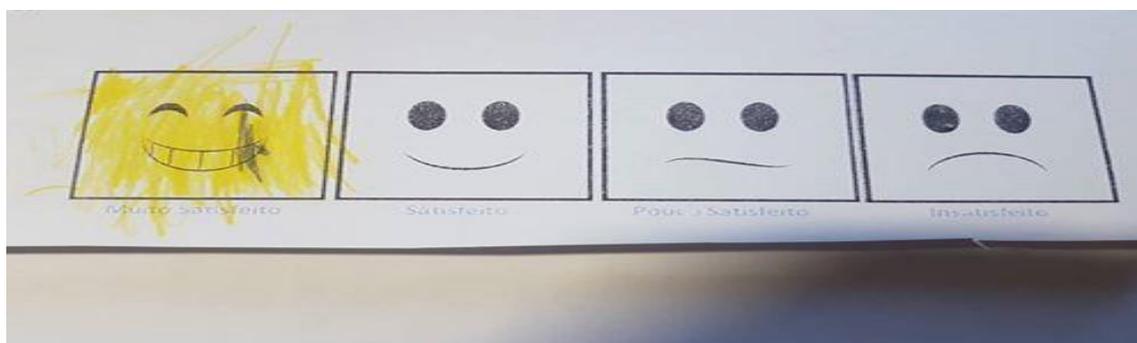
**Sessão Nº 3 (24-03-2018)**



**Sessão Nº 4 (07-04-2018)**



**Sessão Nº 5 (21-04-2018)**



**Criança/Jovem C**

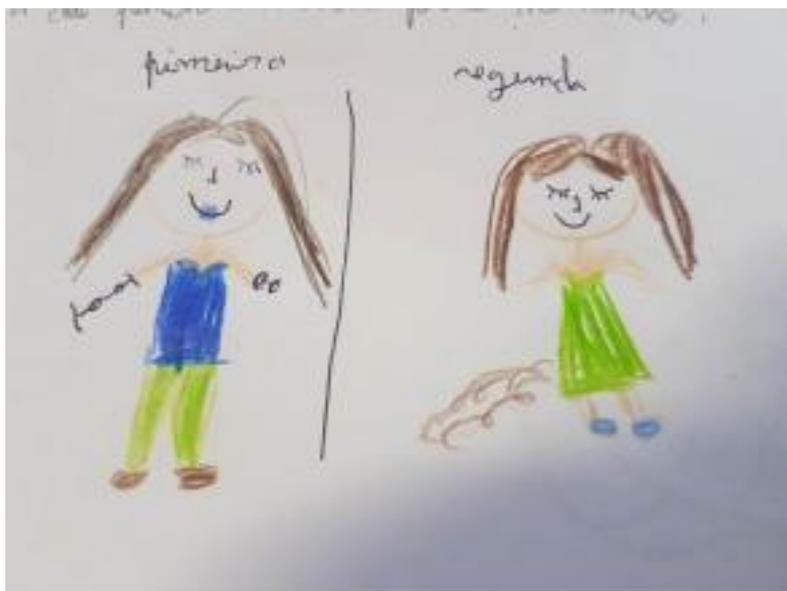
**Sessão Nº 1 (10-03-2018)**

*Eu gostei deste dia. Sabem porquê?*

*Porque fizemos desenhos de acordo com a nossa família! E até pintámos desenhos e escrevemos um poema, como vocês podem ver. Beijo*

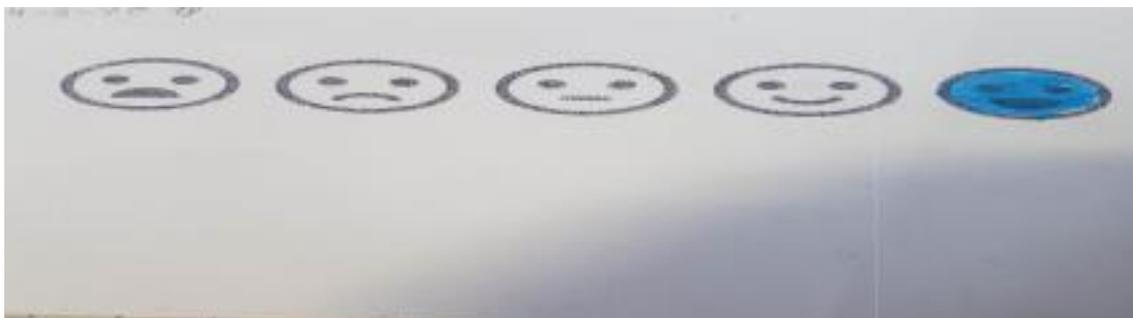
**Sessão Nº 2 (17-03-2018)**

Hoje, foi divertido porque fizemos mímica. Eu fiz uma pessoa a dar um “peidito” e a outra pessoa no rancho. A participante desenhou as duas mímicas que realizou na atividade



**Sessão Nº 3 (24-03-2018)**

*Adorei este dia*



**Sessão Nº 4 (07-03-2018)**

*Hoje gostei do dia, foi divertido. Jogámos ao jogo das cadeiras e dançámos (a criança desenhou um coração).*

Criança/Jovem D

**Sessão Nº 1 (10-03-2018)**

*Gostei muito desta atividade e espero voltar a repetir.*

**Sessão Nº 2 (17-03-2018)**

*Gostei muito e gostava de voltar a repetir.*

**Sessão Nº 4 (07-03-2018)**

*Gostei muito desta atividade, diverti-me imenso*

Criança/Jovem E

**Sessão Nº 3 (24-03-2018)**

*Eu gostei muito do dia do desenho e de desenhar a minha família.*

**Sessão Nº 4 (07-04-2018)**

*Eu não gostei muito da atividade de hoje, porque quando estava a jogar o jogo das cadeiras, a “mãe B” começou a chamar-me nomes: a dizer que eu era o mais velho e que era o mais burro, só porque eu magoei a “criança w” sem querer.*

Criança/Jovem F

**Sessão Nº 1 (10-03-2018)**

A criança K pintou o desenho da família do rei Leão.

Criança/Jovem G

**Sessão Nº 1 (10-03-2018)**

*Hoje, foi um dia muito fixe porque estivemos a fazer um desenho da família. Para a próxima queria fazer um vídeo.*

**Sessão Nº 2 (17-03-2018)**

*Hoje, eu gostei da sessão porque estivemos a jogar a um jogo que tinha estátuas e escultores. Os escultores tinham de construir a estátua e depois, com essas informações, tínhamos de fazer um teatro. Também estivemos a jogar um jogo em que tínhamos de andar ao som do que ouvíamos. Foi muito fixe e para a próxima gostava muito de fazer um vídeo.*



**Sessão Nº 3 (24-03-2018)**

*Esta atividade feita pela Dra. Catarina Guedes é essencial para as crianças e adultos de todas as idades. Eu gostei muito e espero manter-me em contacto com a Dra. Eu adorei Beijinhos L.*

**Sessão Nº 5 (17-03-2018)**

*Para mim foi importante passar estes momentos em família, porque permitem que estejamos juntos, sem ninguém a perturbar-nos.*

Criança/Jovem H

**Sessão Nº 1 (10-03-2018)**

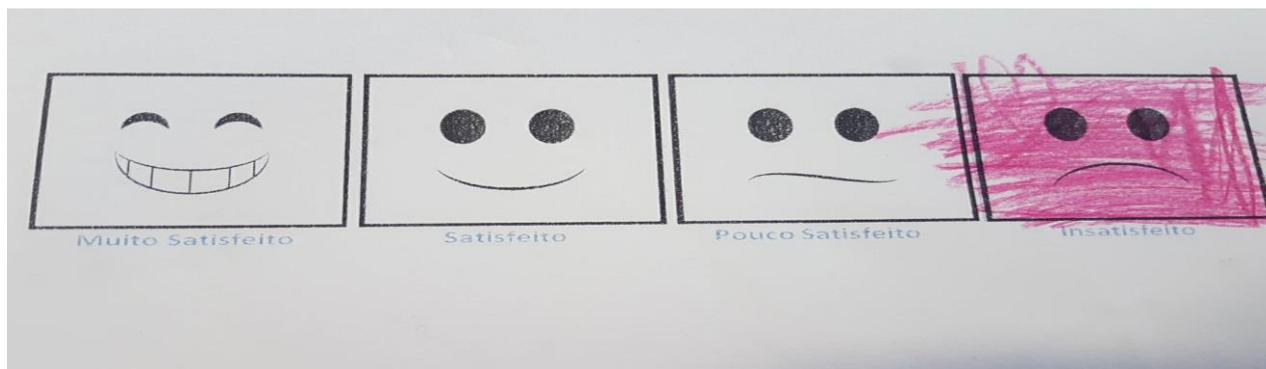
A criança escolheu para pintar o desenho da família do Ruca.

Criança/Jovem I

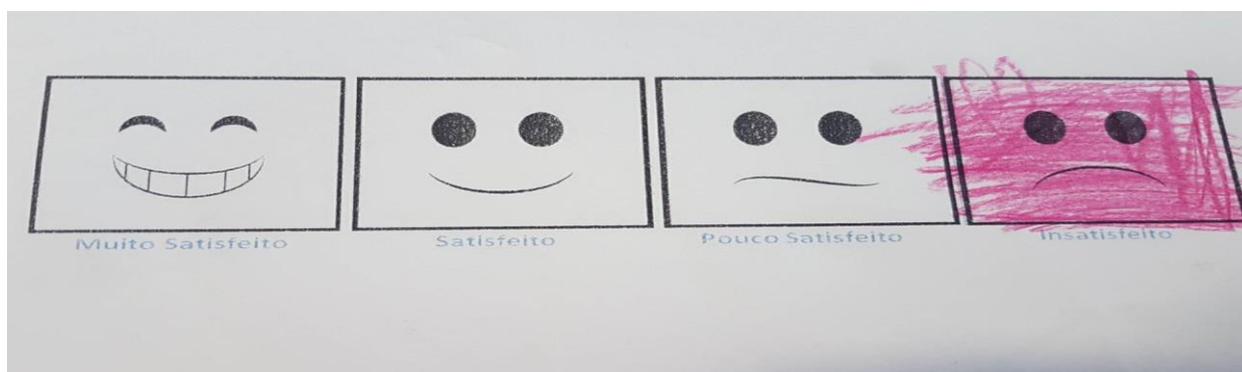
**Sessão Nº 1 (10-03-2018)**

A criança pintou o desenho da família do Mickey

**Sessão Nº 2 (17-03-2018)**



**Sessão Nº 3 (24-03-2018)**

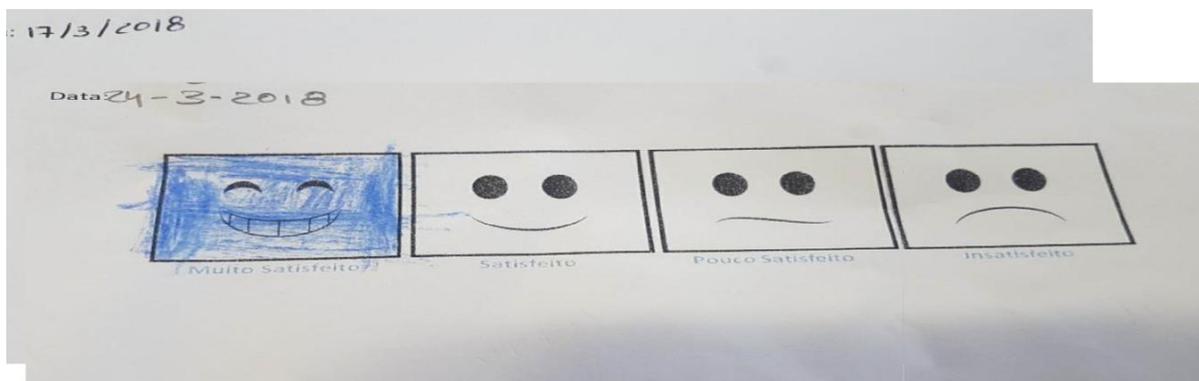


Criança/Jovem J

**Sessão Nº 1 (10-03-2018)**

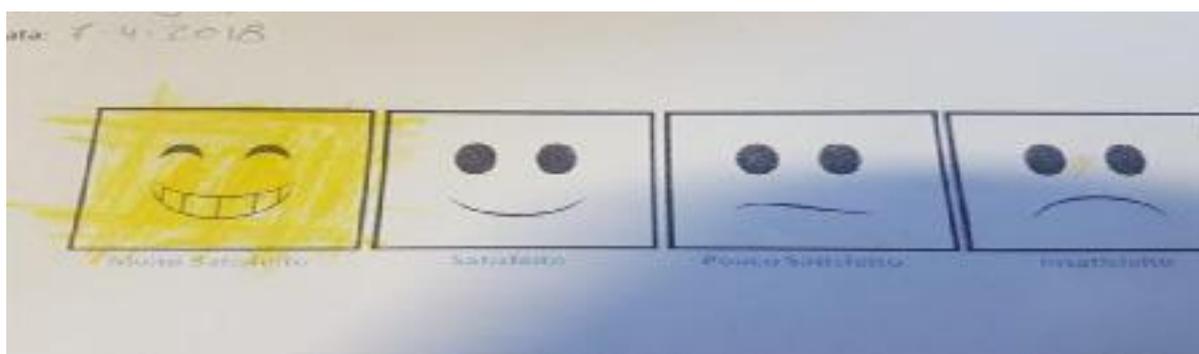
A criança S pintou o desenho da família do rei Leão

Sessão Nº 2 (17-03-2018)

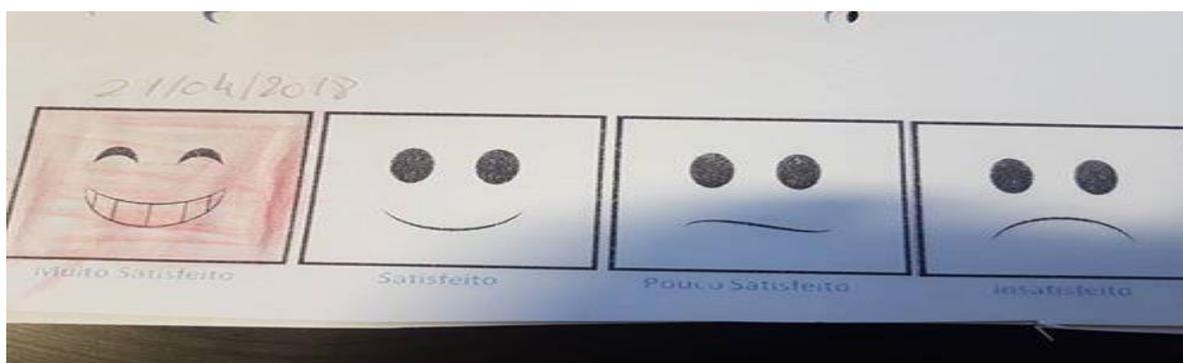


Sessão Nº 3 (24-03-2018)

Sessão Nº 4 (07-04-2018)

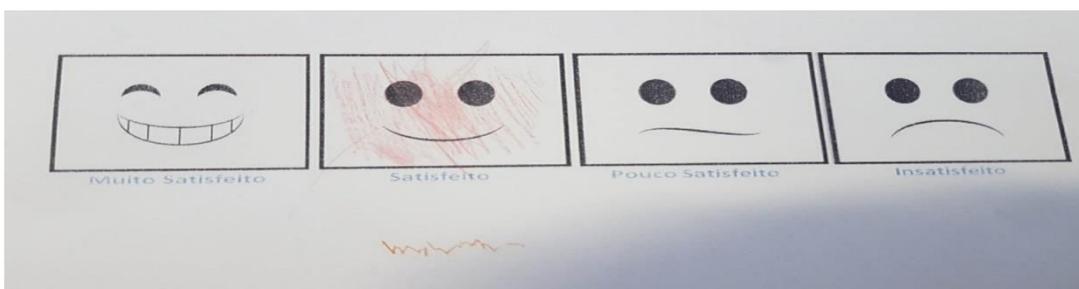


Sessão Nº 5 (21-04-2018)

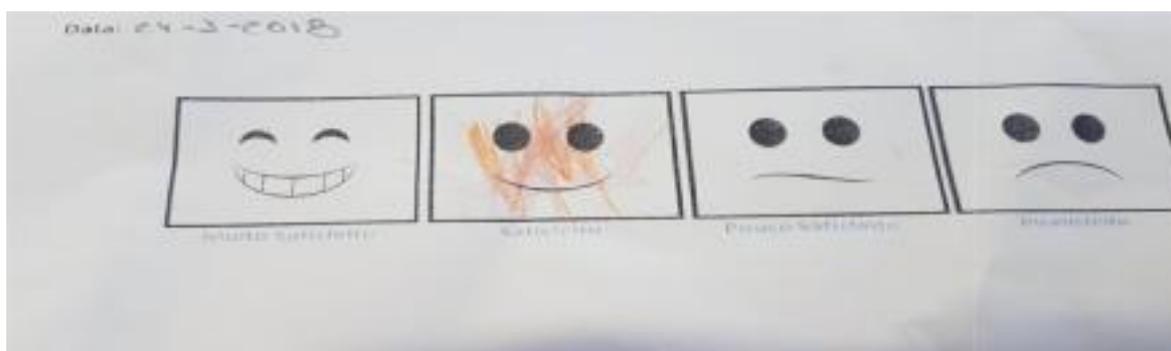


Criança/Jovem K

**Sessão Nº 2 (17-03-2018)**



**Sessão Nº 3 (24-03-2018)**



Criança/Jovem L

**Sessão Nº 1 (10-03-2018)**

*No dia de hoje, fiz um desenho com a minha mãe que representava a nossa família num jardim. O desenho ficou bom, na nossa opinião. Eu e a minha mãe gostámos.*

**Sessão Nº 2 (17-03-2018)**

*Hoje, eu e a minha mãe fizemos de estátuas. Depois disso fizemos um museu em que fingíamos ser estátuas e depois visitantes. De seguida, os meus colegas fizeram peças de teatro a que eu assisti e de que gostei.*

**Sessão Nº 3 (24-03-2018)**

*Hoje, nós fizemos uma atividade em que uma pessoa ficava com os fones a ouvir música e com 2 sílabas apenas tinha de cantarolar essa música. Nós tínhamos de adivinhar qual era a música. Gostei da atividade.*

Criança/Jovem M

**Sessão Nº 4 (07-04-2018)**

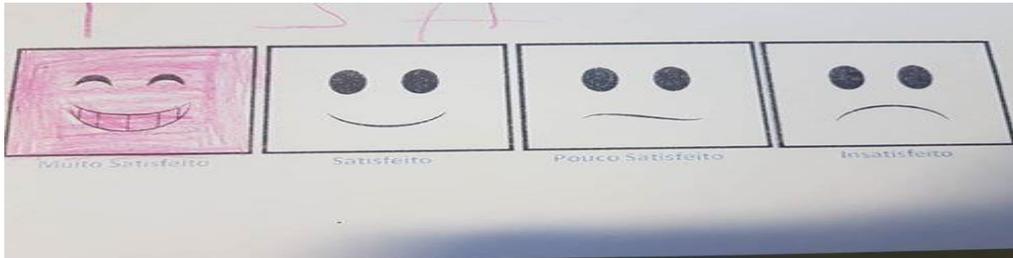
*Hoje, gostei muito da atividade. Joguei ao jogo da cadeira e foi um jogo fixe.*

Criança/Jovem N

**Sessão Nº 1 (10-03-2018)**

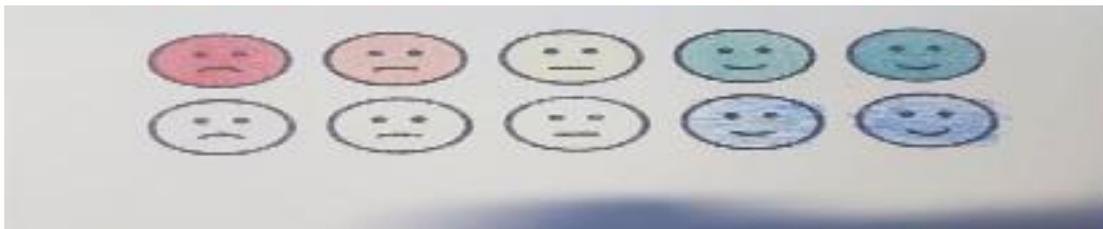
*A criança pintou o desenho da família da princesa Sofia.*

**Sessão Nº 4 (07-03-2018)**



Criança/Jovem O

**Sessão Nº 4 (07-03-2018)**



Criança/Jovem P

**Sessão Nº 1 (10-03-2018)**

*A criança pintou o desenho da família do Ruca.*

Criança/Jovem Q

**Sessão Nº 1 (10-03-2018)**

*Hoje gostei muito.*

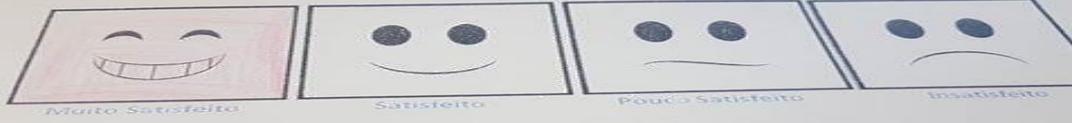
Criança/Jovem R

**Sessão Nº 1 (10-03-2018)**

*A criança pintou o desenho da família da princesa Sofia.*

**Sessão Nº 4 (07-04-2018)**

Data: 7-4-2018.



## Anexo 8 – Diário de Bordo das mulheres/mães- 1ª Fase

Mulher/Mãe B

### Sessão Nº 1 (15-02-2018)

*Gostei muito, foi divertido. Gostei de decorar o diário de bordo.*

Mulher/Mãe C

### Sessão Nº 1 (15-02-2018)

*Para o 1º dia de aula, eu gostei muito de fazer as brincadeiras com os nomes. Foi muito divertido. Andar ao pé do sofá fez-me lembrar as brincadeiras de infância. A última atividade que fizemos foi, para mim, a mais divertida. Já há muito tempo que não me ria tanto. O facto de termos feito o retrato umas das outras foi superdivertido.*

Mulher/Mãe D

### Sessão Nº 1 (15-02-2018)

*Gostei. Foi formidável e muito criativo.*

### Sessão Nº 2 (22-03-2018)

*Gosto muito desta atividade e espero que possa continuar para não estarmos a pensar nos problemas de casa, em situação muito complicada, e viver a vida com mais alegria.*

### Sessão Nº 4 (01-03-2018)

*Hoje, fiz um desenho sobre o dia. Há dias em que chove e outros de sol, mas eu adorei tudo. É criativo.*

Mulher/Mãe F

### Sessão Nº 1 (15-03-2018)

*Bom, em primeiro lugar, foi um gosto ter conhecido a Dra. Catarina. Obrigado pelo bocadinho aqui passado. Foi pouquinho, mas bem-recebido. Gostei das atividades em grupo e da atividade do manual. Jamais pensei que atividades tão básicas fossem tão importantes para o nosso dia-a-dia. Aguardo por novas experiências.*

### Sessão Nº 4 (01-03-2018)

*Boa tarde, querido diário. Hoje, começámos com um trabalho de grupo (por exemplo: um desenho ao nosso gosto, até concluirmos os desenhos e juntá-los). Foi como um projeto de pessoas que faziam desenhos diferentes e originais. Como sabes, o tempo passa a correr. Por hoje ficamos por aqui, com muita pena minha. Gostei da atividade idealizada pela formadora. Sempre com sucesso. Até breve. Aguardo por novos projetos.*

## Mulher/Mãe G

### Sessão Nº 1 (15-02-2018)

*Gostei de tudo.*

### Sessão Nº 2 (22-03-2018)

*Gostei muito da atividade e gosto muito da Catarina. É boa professora. Gosto de estar aqui, pois assim distraio-me.*

### Sessão Nº 4 (01-03-2018)

*Foi uma atividade diferente. A Catarina tem muito jeito para ensinar as pessoas. Gosto de andar na atividade.*

## Mulher/Mãe H

### Sessão Nº 1 (15-02-2018)

*Eu gostei muito de participar nesta atividade. Aprendi algumas coisas, diverti-me muito e ri-me imenso com as minhas colegas.*

## Mulher/Mãe J

### Sessão Nº 1 (15-02-2018)

*Gostei muito da primeira sessão. Só no fim não gostei pois queria decorar o meu diário e não consegui. Queria fazer uma flor com papel cor de rosa e não tinha material para o fazer.*

### Sessão Nº2 (22-02-2018)

*Gostei muito da aula de hoje pois foi muito divertida. Foi pena só estarmos 3 pessoas, mas paciência. Como se diz na minha terra: "poucas, mas boas". Foi uma pena não ter feito muita coisa, pois estava muito cansada. Na próxima aula vou fazer mais.*

### Sessão Nº 4 (01-03-2018)

*Gostei muito da aula. Quero continuar, mas só se for às quintas-feiras, pois ao sábado não consigo estar em conjunto com as crianças pois fazem muito barulho.*

## Mulher/Mãe L

### Sessão Nº 4 (01-03-2018)

*Olá querido diário, hoje foi a minha primeira aula, posso dizer que até gostei bastante. Fizemos um desenho e pintamo-lo. Esse desenho vai ficar connosco. A prof. Catarina é bué fixe.*

## Anexo 9 – Diário de Bordo das mulheres/mães- 2ª Fase

Mulher/Mãe A

### Sessão Nº 1 (10-03-2018)

*Atividades da casa abrigo com a Catarina.*

*Hoje, eu vim acompanhar a I para que ela não se viesse sem a mãe, enquanto os outros meninos estivessem com as suas mães. Jogamos à mimica e a I acertou várias vezes.*

*Depois fizemos um desenho da família numa cartolina grande cor-de-rosa e, com recurso a vários materiais, a I desenhou a mãe, ela própria e amigos da pré e do colégio português. Não incluiu mais ninguém da família nem pessoas de cá.*

### Sessão Nº 2 (17-03-2018)

*Hoje só fizemos atividades corporais:*

*1º aos pares, uma pessoa foi o escultor e outra a estátua;*

*2º trocámos de posições;*

*3º voltámos a fazer estátuas, mas com movimento e vice-versa. Eu fiz com a nuca para a frente e trás e a minha filha ficou de braços no ar enquanto dançava o rancho.*

*4º depois os “1” dos pares fizeram de estátuas num museu. Estas eram estátuas novas. Os “2” entraram no museu encarnando um tipo de pessoa à sua escolha.*

*5º finalmente, fizemos um teatro com todos os movimentos representados e encenámos o capuchinho vermelho, porque o X tinha sido o lobo no museu.*

*Curiosamente, hoje a minha filha tinha-me dito para não a acompanhar, mas depois, na hora, veio chamar-me ... e divertiu-se...*

Mulher/Mãe C

### Sessão Nº 1 (10-03-2018)

*Esta foi a 2ª vez que eu pude participar nestas atividades e tenho a dizer que me diverti muito. O jogo da mímica foi muito divertido, principalmente porque foi feito em conjunto com o meu filho. A parte de fazer o retrato da família foi muito bom e educativo para os meninos. Este dia foi muito bom, pois as atividades foram feitas em conjunto com os nossos filhos. Adorei.*

### Sessão Nº 2 (17-03-2018)

*Este dia foi superdivertido. Trabalhar com o meu filho é sempre muito bom. A atividade de hoje estava relacionada com o teatro, que é uma das coisas que eu gosto e não tenho muita dificuldade em fazer. Tivemos que inventar uma pequena história em muito pouco tempo, mas foi muito divertido. Apesar de não ter saído lá grande coisa deu para nos divertirmos imenso. A parte de termos de andar ao ritmo do som foi um pouco difícil, mas lá consegui fazer. Fazer de estátua é complicado. Estar sempre na mesma posição, sem mexer requer muita capacidade de concentração, coisa que eu não tenho. Adorei esta atividade e espero poder voltar a repetir.*

## Mulher/Mãe D

### Sessão Nº 1 (10-03-2018)

*O dia de hoje foi muito criativo. Foi com o meu filho e eu adorei fazer o desenho. É um belo passatempo.*

### Sessão Nº 2 (17-03-2018)

*Adorei o tema sobre o teatro e as estátuas. Foi engraçado e divertido*

### Sessão Nº 3 (24-03-2018)

*Foi a atividade sobre a música. Foi giro fazê-lo com o meu filho.*

## Mulher/Mãe F

### Sessão Nº 1 (10-03-2018)

*Boa tarde, querido diário. Bem, hoje começámos com uma atividade para descontrair - o jogo da "mímica". Foi bastante divertido o jogo entre mães e filhos. Diverti-me imens., Participar no que quer que seja com os nossos filhos é muito bom. Depois passámos à atividade de formar um diário da nossa família e foi novamente uma atividade com os nossos "mais que tudo". A minha família é o essencial para mim. Sempre com atividades bastante interessantes, é com muita pena que me vou ausentar. É sempre um gosto participar. Bom, por hoje foi esta a minha tarde. Sempre divertida e em boa companhia. Beijinhos e até à próxima. Sempre um gosto, tudo de bom.*

### Sessão Nº 2 (17-03-2018)

*Boa tarde, querido diário. Hoje, para começar a nossa atividade com os nossos pequeninos, fizemos um exercício dedicado ao teatro. Começámos por fazer os ritmos de 1 a 3, em que cada criança ou mãe tinha de fazer o seu número que lhe tinha sido atribuído.*

*Depois de terminada essa atividade, iniciamos as estátuas em grupo. Terminámos com uma peça de teatro com o grupo de quatro, a idealizar cada personagem pretendida.*

*Hoje, e como sempre, a tarde foi espetacular. As nossas tardes de sábado são sempre uma diversão. Obrigado, Dr.ª Catarina. Beijinhos e até próximo sábado.*

## Mulher/Mãe H

### Sessão Nº 1 (17-03-2018)

*Hoje, não estava nos meus dias. Peço desculpa por não fazer o teatro, mas gostei de participar na atividade.*

### Sessão Nº 3 (24-03-2018)

*Hoje, a atividade foi muito divertida.*

## Mulher/Mãe I

### Sessão Nº 1 (10-03-2018)

*Olá. Eu sou a mãe da "criança O". Foi a 1ª vez que viemos à atividade... gostámos e foi muito divertido.*

Mulher/Mãe K

**Sessão N° 1 (10-03-2018)**

*Oi. Eu sou a mãe “das crianças, P, Q e R”. Gostei muito das atividades que decorreram hoje. Fomos todos muito criativos. As crianças adoraram.*

## Anexo 10 – Diário de Bordo das mulheres/mães- 3ª Fase

### Mulher/Mãe A

#### Sessão Nº 4 (29-03-2018)

*Esta foi a primeira quinta-feira que vim, porque a minha filha está em casa, de férias e quis vir à atividade. Vim para a acompanhar. A atividade foi uma surpresa para mim:*

*- fazer um autorretrato com fotografias...basicamente, é para tirar fotos a mim mesma e depois, através delas, numa tela, montar um autorretrato. Gostei do desafio. Ainda não fiz a tal montagem, mas à medida que pensava em como me podia definir fui tendo ideias:*

*-Numa foto com a minha filha é importante que eu esteja, mas que apenas se veja o rosto dela abraçada a mim. Isto significa que ela faz parte de mim e que “abraçá-la” é, na vida, uma das definições da minha pessoa. Eu também tenho interesse, por isso apareço de costas para a foto e voltada para ela, pois o que interessa é “abraçá-la”. Foi bom para ela ensiná-la a crescer e conseguir ver aquilo que ela É, até conseguir fazê-lo sozinha. Essa é a minha missão de mãe.*

*Lembrei-me de me definir por coisas que mostrem a minha essência, independentemente de eu a conhecer verdadeiramente, ou de os outros a conhecerem ou verem. Há uma essência em mim que se vai demonstrando e denunciando silenciosamente:*

*- um olhar- a expressão continua no olhar de uma pessoa, o corpo de uma pessoa mostra-a, quer a vejam quer não, ela mostra-se.*

*- o sorriso e o riso, mas o sorriso mesmo sem o som do riso, mostra a pessoa.*

*- inclui também o resto todo. Seja bonito ou feio, é meu, e quem o vê sabe logo de quem se trata. É o que é.*

*-as mãos significam o gesto, as ações. Aqui incluo um determinado gesto ligado à minha ação que me trouxe a este sítio: por um lado, a mão aberta que quis chegar, alcançar qualquer coisa nova, uma vida, fôlego novo, um não desistir, e a outra mão é como se agarrasse uma corda para chegar à superfície - eu fui salva, resgatada numa missão de socorro.*

*- depois os pés, numa sequência de movimento. Para mim, no momento em que senti que estava a ficar sem movimento, sem expressão, amarrada sem expressão, sem vida.... Fugi para correr para a vida, em busca da liberdade.*

*Depois ainda incluí aqui coisas que me têm definido e de que gosto.*

*- Tenho ajudado as senhoras a sentirem-se mais bonitas. Muitas vezes, quando maquilho ou/e penteio as senhoras e elas se vêm ao espelho, elas têm dito “estou muito bonita, nem pareço eu!” – elas não sabiam que eram bonitas. Algumas nem conseguem olhar-se ao espelho e dizer “eu gosto de ti”.*

*- Gosto de ler- tenho lido coisas muito importantes para despertar a minha consciência: do meu valor, do meu poder na minha vida, do meu conhecimento sobre mim e da minha influência nos outros. Eu não conseguia ler há vários anos.*

*- Tenho tido tempo para usar o computador para o meu benefício pessoal, para ouvir músicas que me inspiram ou me satisfazem, para ver filmes que me ensinaram, para pesquisar e fazer trabalhos. Eu não usava o computador para os meus interesses há vários anos, e as poucas vezes em que o tinha feito, foi sob recriminação... e curiosamente, o computador é o mesmo, eu trouxe-o da casa e aqui consigo usá-lo.*

*- Fiz dois cursos enquanto aqui estive. Achava que nunca na vida ia ter condições para os fazer: Certificado Internacional em PNL e Curso Profissional de Coach.*

- Finalmente, ainda vou incluir uma foto do comprimido vermelho (Matrix) que representa a escolha da consciência, sem volta atrás, e outra da fénix que representa o renascer das suas próprias cinzas.

*Tudo isto é um pouco do que sou no presente. O que sinto ao fazer esta montagem de um autorretrato? Sinto-me bem com as minhas escolhas, sinto que tu isto me define no momento presente, embora às vezes pareça muito pouco, muito infantil, muito ilusório, mas quando penso que faz parte de mim e é importante, agradeço-o muito, compreendo-me e valorizo-me. Sinto que tenho de utilizar estas coisas simples, quase infantis, para ir em frente e viver o resto. Pode ser pouco, mas para mim é o que preciso para ter consciência e valorizar-me, para fazer mais e fazê-lo sentindo-me livre e de bem comigo, com a minha natureza e com a minha essência.*

«O que sinto» É natural que sintas...

*As pessoas já não pensam ... só sentem! Que dos grandes problemas da nossa época é o facto de sermos governados sentimentos e por gente que liga mais a sentimentos do que a pensamentos e ideias. Pensamentos e ideias, isso sim interessa-me. Atenção aos pensamentos pois tornam-se palavras. Atenção às palavras pois tornam-se ações, atenção as ações pois tornam-se hábitos. Atenção aos hábitos pois tornam-se o nosso carácter. E atenção ao carácter pois torna-se o nosso destino. Os nossos pensamentos moldam-nos. Tornamo-nos no que pensamos. Margaret Thatcher*

*Há uma coisa muito gira. Toda a vida lutei para contrariar sentimentos e emoções, desvalorizá-las, camuflá-las, reprimi-las, derrotá-las como inimigas. Tenho 45 anos. Agora aprendi que não vivendo unicamente e cegamente em função delas, elas fazem parte de mim, são um pensamento importante que me ajuda a tomar decisões e preciso delas para ser feliz*

#### **Sessão Nº 5 (05-04-2018)**

*Hoje a minha filha quis vir à atividade e está a pintar com pinceis e tinta, e está muito dedicada e envolvida. Está deliciada com o avental e as luvas! Eu terminei a montagem digital das fotos. A Catarina irá imprimi-las a cores e para a semana farei o placard do meu “quase” autorretrato relativo à pessoa na casa abrigo vítimas de violência doméstica.*

#### **Sessão Nº 6 (13-04-2018)**

*Hoje, com as fotos a cores, o placard, o spray cor-de-rosa e todas as coisas, fiz a montagem final. Fiquei muito satisfeita. Gosto do meu placard. Ele ilustra a minha viagem nas nas casa abrigo vítimas de violência doméstica. em que pretendi mudar o rumo da minha vida.*

*Há momentos em que me sinto insegura, apesar de tudo...até com pouca esperança..., mas olhando para o meu placard, parece que fico mais confiante em mim e na minha coragem e capacidades...acredito ser a tal fénix que ressurgue das cinzas, mais forte e sem necessidade de ser como as outras mulheres, mas de ser a mulher que sou.*

#### **Sessão Nº 7 (14-04-2018)**

*Hoje montámos a exposição e chamámos-lhe “Autorretrato – Vidas Novas”. Apenas contou com 4 placardes... Poucos, mas bons...*

### **Mulher/Mãe D**

#### **Sessão Nº 1 (15-03-2018)**

*Hoje, eramos 4 colegas e fomos tirar fotos. Ficaram engraçadas e foi divertido.*

#### **Sessão Nº 4 (29-03-2018)**

*Gostei da atividade, é sempre muito engraçado e giro!*

#### **Sessão Nº 5 (05-04-2018)**

*O “meu filho L” ajudou a fazer a tela. Foi muito giro.*

**Sessão N° 7 (14-04-2018)**

*Fizemos a exposição. Foi agradável.*

## Anexo 11- Diário de Bordo da Investigadora 1ª Fase

### Sessão Nº 1 (15-02-2018)

#### **Público: Mulheres**

A primeira sessão foi realizada apenas com as mulheres. A primeira parte desta sessão decorreu na sala de convívio da casa abrigo, onde foram reunidas todas as mulheres que habitam naquela residência, sendo que apenas faltavam duas porque estavam em horário de trabalho. Nesta primeira parte da sessão, estavam presentes 13 mulheres, a quem foi explicitado o teor do projeto, bem como feitos os esclarecimentos relativamente às sessões e atividades a serem realizadas. Ao longo deste esclarecimento, as participantes foram mostrando o seu interesse em participar no projeto, colocando dúvidas quanto ao horário das sessões bem e mostrando a sua satisfação por poderem ter um espaço onde podiam descontraír e aprender. Após este esclarecimento, estas foram convidadas a descolarem-se para outra sala fora da casa abrigo, mas que pertence a instituição. Esta é uma sala ampla, dividida em duas partes, sendo que uma das partes tem mesas e cadeiras e a outra é uma sala ampla sem qualquer tipo de móveis. De modo a que fosse possível ter um espaço amplo para a realização do projeto, foi sugerido por mim à equipa técnica a utilização de uma sala que era o antigo ATL da instituição e que naquele momento estava sem qualquer atividade. Esta proposta foi aceite e até houve uma valorização por parte da equipa técnica, referindo que “é muito bom elas poderem fazer estas atividades noutros espaços, fora daqui” - Dr. M.

Quando foi sugerido descolarmos-nos para outro espaço, apenas 3 das participantes não se mobilizaram com o grupo. Os motivos estavam relacionados com o facto de estarem doentes; terem o filho doente e por estar prevista a saída no próximo fim-de-semana da casa abrigo. A utente explicou “não faz sentido começar uma coisa que não irá ter continuidade”. Estando o grupo organizado, houve uma mobilização para a sala onde as participantes preencheram o questionário inicial. Nesta altura, deparei-me com um contratempo: a Maria não sabia escrever nem ler, deste modo ajudei-a preencher o seu questionário. Relativamente às duas senhoras que ficaram na casa abrigo por motivos de saúde, estas ficaram a preencher os questionários lá.

Relativamente às atividades dos Nomes I, as mulheres não apresentam resistências nem qualquer sinal de intimidação ou de vergonha, muito pelo contrário. Estavam muito divertidas e interessadas em ajudar as colegas que inicialmente não tinham compreendido bem as atividades. Relativamente às variantes deste jogo, algumas regras tiveram de ser adaptadas ao que estava planeado, devido ao facto de uma das utentes não poder correr nem saltar ao pé coxinho por estar grávida de seis meses. Deste modo, foi sugerido que as variantes fossem alteradas para andar lentamente ou de costas.

O jogo dos Nomes II correu bastante bem. As participantes foram-se mostrando colaborativas e participativas, “Eu sou A e gosto de dança; eu sou B e gosto de música; eu sou C e gosto de dança; Eu sou D e gosto de dança e música; Eu sou E e gosto de dança e música; Eu sou F e gosto de chocolate; Eu sou G e gosto de dormir; Eu sou H e gosto de danoninhos; Eu sou I e gosto de doces;”.

Através desta atividade, fiquei a saber de alguns gostos das participantes, bem como o facto de estas estarem privadas de algumas coisas como doces e chocolates.

Quanto à atividade de criarem as primeiras páginas e personalizarem o seu diário de bordo, as participantes começaram por criar um retrato, em grupo, bem como escolher algumas palavras que caracterizam a pessoa que está indicada na folha. Inicialmente, estas escreveram o seu nome na folha, passaram a folha duas vezes para a direita, desenharam a forma do rosto da pessoa que estava na folha e foram passando a folha e criando o rosto (olhos nariz, boca, orelhas, cabelo, sardas, óculos) de quem estava indicando na folha. Seguidamente, foi pedido que estas escrevessem qual o animal/ a cidade/ o segredo/ o objeto/ o artista que aquela pessoa seria; por fim, que acrescentassem uma qualidade e uma dedicatória. Quando foi pedido que escrevessem, percebi que existam duas participantes que não sabiam escrever. Então, decidi ajudar e escrevi o que estas pretendiam dizer às colegas. Ao longo da concretização deste retrato, as participantes mostraram-se muito animadas e divertidas.

Após terem terminado o retrato, estas entregaram os retratos e passaram para a criação e decoração do seu diário individual, através de material (cartolinas, folhas coloridas, brancas e de linhas; folhas de eva; feltro; panos; fitas) que permitiram a criação e imaginação para o desenvolvimento e de personalização do seu diário.

Para finalizar a sessão, as participantes tiveram alguns minutos para escreverem no seu diário de bordo o que sentiram ao longo desta primeira sessão. Mais uma vez, ajudei as duas participantes a escrever no seu diário, contudo senti que estas não estavam à vontade para o fazer, pois não desenvolveram e apenas quiseram que escrevesse que tinham gostado muito da sessão. Deste modo pensei que na próxima sessão deviam ser as colegas a escrever por elas no seu diário. No final da sessão, algumas participantes confessaram mesmo que nunca se tinham rido tanto deste que estão na casa abrigo.

Sessão Nº 1 (17-02-2018)

Público: Crianças

A primeira sessão com as crianças foi bastante satisfatória apesar de ter havido alterações ao plano, de forma adaptar-se ao grupo e às idades das crianças. Nesta sessão estiveram presentes 15 crianças com idades compreendidas ente os 3 e os 15 anos de idade, sendo este um grupo bastante heterogéneo e com existência de algumas fratrias.

Este grupo é composto por 8 rapazes e 7 raparigas. A sessão iniciou-se com a apresentação de todos, referindo o seu nome e a sua idade. Seguidamente passei à minha apresentação e a uma breve apresentação do projeto. Posteriormente, as participantes passaram para um parque ao ar livre, onde realizaram a primeira atividade do plano de atividades. Nesta atividade duas das meninas mais novas, a I e a R (3 anos), como estavam muito envergonhadas e com algum receio, mantiveram-se no seu lugar. Contudo, com a dinâmica e as vertentes do jogo, foram participando cada vez mais, mas sempre muito reticentes.

Relativamente à segunda atividade proposta, o grupo estava mais bem-disposto e foi-se entregando cada vez mais ao jogo. Quando esta atividade terminou, iniciei um jogo de descontração e de movimento, designado por “pistoleiro”. Este jogo consiste na formação de uma roda por parte do grupo. Um elemento do centro da roda tem de apontar para o colega, este deve de baixar-se de imediato e os colegas que estão ao seu lado direito e esquerdo devem dizer “pum”. O que for mais rápido ganha e o outro tem de sair do jogo, e assim sucessivamente até não haver mais ninguém na roda. Esta dinâmica foi realizada quatro vezes pelas crianças.

Na segunda parte da sessão, as crianças voltaram para dentro da sala onde preencheram o inquérito. As crianças mais novas foram ajudadas pelos colegas mais velhos e por mim. Posteriormente, iniciaram o seu diário individual. Esta atividade iniciou-se com a retrato elaborado pelos colegas, tal como a atividade realizada na primeira sessão com as mulheres. Seguidamente, as crianças mais pequenas fizeram um desenho sobre o dia e as atividades que tinham feito, enquanto os mais velhos tiveram a oportunidade de escrever no seu diário que tinham personalizado. Nesta atividade de escreverem o diário e personalizarem existiu, entre as crianças mais novas e as mais velhas, uma entreajuda. No final, as crianças tiveram 10 minutos para brincarem à “caçadinha”

## **Sessão N° 2 (22-02-2018)**

### **Público: Mulheres**

Nesta sessão participaram três pessoas e, deste modo, o plano de atividades teve de ser adaptado ao grupo presente. Inicialmente, as participantes estavam a conversar entre si sobre alguns problemas que têm ocorrido dentro da casa, relacionados com o desaparecimento de “tabaco”. Apesar desta problemática, as participantes encontravam-se muito bem-dispostas e muito entusiasmadas para mais uma sessão.

Na primeira atividade realizada, as participantes estavam pouco recetivas, isto porque se sentiam envergonhadas, mas com alguns risos pelo meio. Contudo, como o grupo era pequeno, esta atividade acabou por ser pouco dinâmica. A participante P, nesta sessão, estava um pouco indisposta. Inicialmente pensei que se devesse ao facto de a mesma estar grávida, mas esta acabou por informar que tinha ido tirar sangue de manhã e que estava um pouco indisposta.

Na segunda atividade proposta, apenas duas participantes estiveram na realização de movimentações do corpo. Apesar de estarem poucas participantes, estas mostraram-se muito animadas e entusiasmadas, a movimentarem-se e a ajudarem-se mutuamente na criação de passos, bem como na execução dos mesmos. Nesta atividade, a participante M pediu-me que a ajudasse na criação de alguns movimentos, de modo a poderem no final criar uma coreografia. Após este pedido, estive a ajudar as duas participantes na realização de movimentos, enquanto a participante P estava a observar e a dar algumas dicas às participantes. No final desta atividade, as participantes preferiram não realizar uma coreografia, pois não se sentiam confortáveis com a mesma.

No momento de reflexão, as participantes referiram que tiveram “pena” de estarem poucas porque “hoje era um bom dia para se divertirem todas, através da dança”. Contudo, estas afirmaram que foi uma boa sessão e que gostariam de repetir mais vezes estas dinâmicas, de modo a poderem mexer-se e a movimentar-se. A participante P referiu “hoje não estou nos meus dias e por isso não consegui aproveitar”, contudo gostaria de repetir, mas também de ter atividades ligadas à plástica. A participante M referiu que gostava também de ter atividades em que pudessem desenhar. Por último, a participante J referiu que gostou muito da sessão, pois conseguiu mexer-se e “isso faz falta cá em casa, estamos sempre sentadas sem fazer nada”. Contudo, foi unânime por parte das participantes o pedido de mais atividades como estas de forma a poderem ser mais dinâmicas. Estas referiram ainda que foi pena que não estivessem mais pessoas presentes, pois, se assim tivesse acontecido, teriam sido capazes de se exprimir mais, mas também de ter uma melhor dinâmica.

No final da sessão, a participante J referiu que quando as sessões passassem a ser aos sábados com as crianças e com as mulheres, esta não iria estar presente uma vez que a confusão e o barulho fazem-lhe alguma confusão. No entanto, a participante G referiu que não iria ser fácil participar nas sessões, uma vez que a sua relação com o seu descendente não era fácil, afirmando “quando ele está comigo tem uma atitude, quando está sem mim é um bom miúdo”. As participantes, no caminho de volta a casa, voltaram a falar na problemática referida no início da sessão, sendo que estavam a decidir se iam comunicar o sucedido à equipa técnica.

### **Sessão Nº 3 (24-02-2018)**

#### **Público: Crianças**

Nesta sessão estiveram presentes 9 participantes com idades compreendidas entre os 3 e os 11 anos de idade. Esta sessão foi realizada no espaço exterior. Na primeira atividade designada por “Como é que... se o chão fosse feito de...”, as crianças tinham de se movimentar de forma a reagir fisicamente e corporalmente para explorar e ocupar o máximo espaço possível. Numa primeira fase, a investigadora foi referindo diferentes formas de as crianças se movimentarem no espaço. Posteriormente, estas foram dando algumas indicações de forma a prosseguir na atividade. Nesta primeira fase da sessão as crianças estavam muito bem-dispostas e a gostar da atividade. Isto era visível através das suas expressões faciais (sorrisos) e corporais (corriam, saltavam, rebolavam no chão, davam gargalhadas).

Após esta atividade, foi feito um pequeno intervalo para as crianças irem à casa de banho, mas também para descansar, pois esta atividade durou sensivelmente 45 minutos e estas já referiam que estavam cansadas. Posteriormente, passei para o desenvolvimento da terceira atividade que consistia no Movimento através do Ritmo, ou seja, os participantes deveriam mover-se conforme o ritmo da música. Nesta atividade apenas a criança/jovem E não a queria realizar, dizendo “eu não gosto de dançar, não quero fazer”, ao contrário da criança/jovem C e da criança/jovem G que gostaram muito da ideia de dançar. O grupo estava todo a interagir, sendo que a criança/jovem E acabou por realizar esta atividade com a criança/jovem K e a criança/jovem A, que são membros do grupo mais novo. A criança E realizava um movimento e os restantes repetiam conforme o ritmo da música. Era visível a animação destes na execução dos movimentos e na

atividade. Relativamente ao restante grupo, estes ou estavam a criar movimentos sozinhos, ou estavam em pequenos grupos, sendo que estes grupos não eram sempre os mesmos.

Seguidamente, foi pedido às crianças a Criação e exploração de movimentos. Em grupo, os participantes devem explorar movimentos corporais de modo a criarem uma pequena coreografia de movimentos. Na execução desta atividade, as crianças já estavam bastante exaustas e já se notava um pouco de cansaço. Contudo, todas as crianças foram dançando, criando e demonstrando alguns passos. Posteriormente, o grupo decidiu copiar os passos que a criança/jovem C e a criança/jovem G estavam a fazer. Inicialmente, a criança/jovem E tinha dito que não gostava de dançar, mas agora estava a realizar a tarefa com os seus colegas. Esta atividade foi interrompida para mais uma pausa de idas à casa de banho, e nesta pausa a criança/jovem C estava quase a chorar. Perguntei-lhe o que se passava e ela não respondeu. A criança/jovem G referiu que a mãe da criança C a tinha obrigado a vir à sessão. Mais uma vez tentei conversar com a criança C questionando-a se ela estava triste porque a sua mãe a tinha obrigado a vir, ao que esta respondeu que sim. De modo a tentar acalmar a criança C, expliquei-lhe que ela não era obrigada a vir às sessões e que apenas queria que ela viesse quando tivesse vontade. Após esta conversa, a criança C ficou mais feliz e continuou a atividade com a sua amiga G.

Por fim, as crianças fizeram uma roda no chão de modo a podermos conversar sobre a sessão. De uma forma geral todas as crianças gostaram da sessão, exceto a criança/jovem E porque “não gosto de dançar”. A criança/jovem B, que nunca quase interage com os colegas nem nas atividades, referiu “gostei muito de estar aqui hoje”. Esta foi a sessão em que esta criança realizou mais atividades com o grupo.

## **Sessão N° 5 (15-03-2018)**

### **Público: Mulheres**

Nesta sessão estiveram presentes seis participantes, sendo que para duas das mulheres/mães era a primeira vez que vinham à atividade. Deste modo fizemos uma breve apresentação de forma a conhecer melhor as novas participantes. Após esta breve apresentação, comecei por explicar a atividade da sessão às participantes, peguei num bloco de folhas A3 e pedi que cada uma das participantes colocasse uma marca na folha, seguidamente copiei as marcas para 5 folhas de modo a que cada uma tivesse a sua própria folha com todas as marcas que tinham feito. Depois de distribuir as folhas, pedi que cada participante realizasse um desenho na sua folha sendo que a única regra que tinham era “tem de utilizar algumas das marcas que fizeram na vossa estrutura do desenho”. Inicialmente, as participantes acharam que não iriam conseguir desenvolver a atividade, porque estavam sem imaginação. Mas com o passar do tempo estas começaram os seus desenhos e a pintaram-nos. Nesta sessão, a participante G não estava muito recetiva, sendo que não quis pintar o seu desenho e a elaboração do mesmo foi de uma forma muito rápida. Questionei a mesma se estava tudo bem ela disse que sim, “hoje não estou com muita vontade de desenhar, mas o meu filho tem muito jeito para o fazer.” O restante grupo estava muito envolvido no seu desenho e quase não havia comunicação umas com

as outras. Quando estas terminaram a atividade, os desenhos foram reunidos de modo a completar um puzzle com as marcas que tinham sido feitas inicialmente na folha. As participantes referiam que gostaram muito do resultado final, e que era curioso que não estavam a ver os desenhos umas das outras, mas que havia desenhos que se ligavam através de alguns elementos como casas, árvores, estradas e o sol. Estes são apenas alguns dos elementos que foram encontrados nos desenhos das participantes. Posteriormente, a pedido do grupo, cada pessoa teve de dizer o que representou no seu desenho, sendo que grande parte desses representavam as suas casas, mas também o que desejam para o seu futuro.

No fim da sessão, foi explicado às participantes que aquela era a última sessão apenas com elas, que agora iriam iniciar as sessões em conjunto com os seus filhos. A participante P referiu que não iria estar presente nessas sessões porque o barulho que as crianças faziam a incomodavam e, desse modo, preferia não estar presente. A participante I referiu que tinha pena que estas sessões não pudessem continuar à quinta-feira, porque gostava muito de vir, apesar de daqui a umas semanas ter de abandonar a sua casa. A participante M referiu que gostaria de continuar estas sessões. Tendo estas expressado uma vontade de continuar as sessões à quinta-feira, ficou combinado que iria comunicar à equipa técnica essa informação e, se estes aceitassem, continuaria a vir à quinta-feira, para estar com as mulheres, e que aos sábados seriam sessões de família (mulheres e crianças). Estas ficaram entusiasmadas com o facto de poderem continuar a ter experiências com as artes, sendo que acabaram por dar algumas sugestões para a próxima sessão ligada à fotografia.

## Anexo 12- Diário de Bordo da Investigadora 2ª Fase

### Sessão Nº 1 (10-03-2018)

Esta foi a primeira sessão em família, no total estiveram presentes cerca de 25 participantes, sendo 9 mulheres e 16 crianças. Nesta sessão estiveram presentes, pela primeira vez, duas famílias em que uma era composta por 5 elementos - um deles ainda um bebé de colo, dois rapazes de 7 e 11 anos e uma menina de 5 anos, e a outra família era composta por duas pessoas, a mãe e a criança M com 5 anos.

Antes de iniciar as atividades, foi feita uma breve apresentação destas famílias, bem com a explicação das sessões. Enquanto se fazia esta explicação, a participante I pediu para se ausentar para ir chamar algumas pessoas que não estavam presentes na sala. A participante I trouxe consigo a criança J que não estava muito contente por vir, a mãe de J só poderia vir mais tarde, após terminar a sua tarefa de lavar louça. Contudo, questionei a criança se queria ausentar-se, ao que respondeu que queria ficar na sessão.

Depois das apresentações feitas e de todas as explicações deu-se início a sessão com a primeira atividade. A primeira atividade era a Mímica nesta atividade. Nesta primeira atividade estavam presentes 7 famílias, compostas por 6 participantes e 12 crianças. Neste jogo a criança J não quis juntar-se a nenhuma família e preferiu ficar a jogar sozinho O grupo fez sentou-se em um semicírculo. A primeira família que era composta pela participante K e a criança I escolheram um cartão e tiveram que mimar a ação em conjunto perante o grupo, assim foi feito sucessivamente até não haver mais cartões. Nesta atividade a família composta pela mulher/mãe D e pela criança/jovem L apenas participaram uma vez, sendo que esta participante ter sido feito após alguma existência por parte de alguns elementos do grupo. A criança/jovem E apesar de estar a jogar sozinha estava muito ativa no jogo. Relativamente ao bebe este permaneceu durante toda a sessão no carrinho. De uma forma geral as famílias estavam bastante entusiasmadas e participativas nesta atividade. No fim desta atividade a mulher/mãe C referiu que esta ia ser uma das atividades que tinha planeado realizar no domingo, mas que tinha gostado muito de fazer na sessão.

Após a primeira fase de aquecimento e de descontração pedi que cada família escolhesse um espaço que tivesse uma mesa e que se juntasse em família para dar início a segunda tarefa da sessão que consistia num Desenho de família. Nesta segunda atividade da sessão chegaram mais duas famílias e a mulher/mãe G mãe da criança/jovem E que se juntaram ao grande grupo. Esta atividade consistia na realização de um desenho em conjunto de forma a representarem a sua família. Após colocar a disponibilidade todo o material estes começaram por elaborar o seu desenho em família, contudo foi visível que em algumas famílias eram as mães que conduziam o desenho enquanto noutras eram os filhos. A mulher/mãe G não ficou muito contente quando o filho E decidiu retratar no desenho a figura materna acabando assim apenas por ser o filho a desenhar, esta família foi a única que não conseguiram terminar o seu desenho, sendo que a mulher/mãe G não colaborou com o filho ficando apenas pela observação do mesmo. Relativamente a família da participante Z que era composta por 4 crianças sendo uma delas um bebé de colo, de modo a esta família conseguir trabalhar em conjunto e porque o bebe estava a ficar irritado de estar presa do carrinho, durante esta atividade ficou comigo no colo, sendo que foi acompanhando por todas as famílias e bastante bem-

disposta. Relativamente ao ambiente sentido na sala na execução destas tarefas era visível que algumas mães por vezes perdiam alguma paciência com os filhos de modo a que se gerava alguma confusão (gritos), contudo este conflito terminava e continuavam atividade, contudo é importante referir que grande parte do grupo é composto com crianças com idades compreendidas entre os 3 e os 5 anos de idade.

No fim como já estava na hora do lanche e de forma a não entrar em conflito de horários da casa abrigo apenas pedi que escrevessem no seu diário, sendo que as crianças mais pequenas pintaram um desenho sobre a família. Por fim foi feito um registo fotográfico dos trabalhos realizados pelas famílias, e foram devolvidos os desenhos.

## **Sessão N° 2 (17-03-2018)**

Nesta sessão estiveram presentes 7 famílias. Na primeira atividade da sessão os participantes tiveram que caminhar ao som de batimento da colher de pau na mesa. Os participantes estiveram muito alegres nesta atividade era visível os seus sorrisos bem como a integração e interação do grupo todo nesta atividade. Na segunda fase desta atividade os participantes foram divididos em três grupos, sendo que estes grupos foram feitos aleatoriamente, ou seja, foram distribuídos números de 1 à 3 pelos participantes, sendo que posteriormente os participantes que tinham o número 1 tem que se movimentar lentamente ao ritmo da colher, o número 2 tinham o movimento normal e os participantes que continham o número 3 o movimento mais rápido. Os participantes tinham que se concentrar para ouvir o som, e apenas só se podiam movimentar quando ouviam o seu som. Relativamente a esta atividade as crianças estavam a achar muito engraçado ver as suas mães movimentar-se aos ritmos dos sons, isto porque havia muitas gargalhadas por parte destas na atividade.

Na segunda atividade desta sessão denominada por “Estatuas” os participantes continuaram com a sua boa disposição. Nesta atividade foi pedido ao grupo que se dividissem em grupos de dois elementos, sendo que um seria a estatua e outro o escultor. Grande parte dos grupos formados era composto por mãe e o seu progenitor, apenas dois grupos eram constituídos por fratrias. No início desta atividade um dos elementos do grupo era o escultor e outro a estatua sendo que após o escultor ter terminado a sua obra teria que afastar-se da sua criação, após todos os escultores terem terminado o seu trabalho iriam ver o trabalho dos colegas, sendo que estes deveriam permanecer exatamente como os escultores o deixaram. Seguidamente foi trocado os papéis dos participantes. Na primeira ronda grande parte dos escultores eram as mães, sendo quando os papéis se invertem as crianças ficaram bastantes satisfeitas por poderem moldar as mães, sendo que aparecerem figuras muito divertidas.

Na segunda fase desta atividade os participantes voltaram a sua personagem inicial sendo que desta vez as estatua teriam que pensar e criar a sua própria estatua interativa e o grupo dos escultores passaram a ser visitantes do museu sendo que deveriam criar diferentes personagens. As personagens criadas pelas participantes passaram desde um casal de idosos a crianças. Após os dois grupos terem passado pelos dois papéis de estatua e de visitante do museu passou-se para o terceiro exercício sendo que neste exercício os

participantes juntaram-se por famílias sendo que a família constituída por apenas 2 elementos deveria juntar-se a outra família. Neste último exercício foi pedido aos participantes que criassem um breve teatro que se engloba as diferentes estatuas e as interações que criaram nos exercícios anteriores. Ainda quando estava a explicitar o exercício a mulher/mãe B decidiu abandonar a sessão com as suas filhas N e O sem qualquer explicação.

Após a explicação do exercício foi dado aos grupos 15 minutos para preparar a história e se prepararem. Neste exercício foram constituídos três grupos sendo que um deles decidiu não realizar atividade porque não se sentiam muito a vontade para a realização de um breve teatro, “sabe Catarina eu não tenho muito jeito para o teatro” referiu a mulher/mãe D, enquanto a criança/jovem L mencionou “ eu tenho muita vergonha”. Ao contrário dos outros grupos que foram ensaiar para outras salas, durante os ensaios era notório que as mães tinham um papel mais diretivo e de decisão sendo que as apenas executavam o que eles pediam. Seguidamente ao ensaio e a caracterização dos participantes deu-se início ao teatro. A primeira peça retratada pelo primeiro grupo era o capuchinho vermelho sendo que nesta história o grupo decidiu terminar a história com um final feliz entre o lobo mau e o capuchinho vermelho. Relativamente a história apresentada pelo segundo grupo esta retratava uma discussão entre casal de idosos que estava a manifestar o seu amor num local público e uma senhora rabugenta que passaram naquele jardim e que não gostou do que estava a ver. De um modo geral as histórias apresentadas pelo grupo foram muito divertidas e viu-se nas expressões deles que estavam com uma grande satisfação na realização do mesmo.

No final como já estava na hora do lanche e para não atrasar os horários da casa abrigo pedi apenas aos participantes que escrevessem no seu diário, enquanto as crianças mais novas pintaram a avaliação da sessão.

### **Sessão N° 3 (24-03-2018)**

Nesta sessão estiveram presentes 3 mulheres e 10 crianças sendo que apenas 3 delas são filhos das participantes que estavam presentes. Apesar das mães das restantes crianças estarem na casa abrigo não quiseram comparecer. Deste modo a atividade acabou por ficar um pouco comprometida porque as atividades planeadas para esta sessão, são atividades familiares, ou seja, atividades para as mães e os filhos realizarem, sendo quando as mães não comparecem as crianças acabam por ficar integrada noutra família.

Mesmo com as dificuldades sentidas na sessão iniciamos a sessão com a primeira atividade, sendo que esta era uma atividade que não necessitava que as mães das crianças estivessem presentes, contudo nesta atividade foi notória a dificuldade das crianças mais novas na execução da mesma, isto porque quando estas colocavam os fones apesar ficavam a ouvir a música, mas não troteavam a música, contudo estas queria sempre ouvir a música, apesar das dificuldades sentidas pelas crianças mais novas o grupo realizou esta atividade muito bem e quando esta terminou as crianças pediram para continuar atividade porque estava a gostar muito, deste modo prosseguimos mais algum tempo nesta atividade. Durante a execução desta atividade a mulher/mãe B apareceu com as suas filhas N e O e juntou-se ao grupo sendo que mais uma vez decidiu abandonar o grupo sem dar qualquer justificação quando comecei a explicar o segundo exercício ao grupo.

Quando esta atividade terminou expliquei ao grupo a seguinte atividade sendo que esta consistia na realização de um hino de família, sendo esta uma atividade em família e grande parte das crianças não tinham as suas progenitoras presentes o grupo chegou ao acordo que não fazia sentido realizar esta atividade, deste modo demos por concluído as atividades e passamos para o momento de reflexão.

No momento de reflexão as mulheres/mães presentes na sessão mencionaram que estas atividades só fazem sentido com as mães presentes, e quando estas não estão as crianças não deveriam ir pois isso comprometia o grupo e as atividades. Sendo esta uma opinião global das participantes presentes, relativamente as crianças presentes estas gostaram muito da atividade, sendo que as crianças mais envergonhadas tiveram uma grande abertura e envolveram-se bastante na atividade.

#### **Sessão Nº 4 (07-04-2018)**

Quando cheguei a casa abrigo a mulher/mãe A veio falar comigo esclarecendo que hoje não poderia estar presente porque tinha que ir advogada resolver uns problemas, contudo esta mencionou “a minha filha C não vai comigo, porque ela me pediu muito para ficar hoje cá para ir atividade com a Catarina”. Após reunir o grupo todo passamos para a sala de atividades sendo que estavam presentes 13 crianças e a mulher/mãe B. Sendo a mulher/mãe B a única progenitora presente esta pediu para não realizar as atividades preferindo apenas ficar a observar as crianças.

Demos assim inicio a sessão começando pelo jogo das cadeiras, e o entusiasmo das crianças era visível por fazerem esta atividade. Antes de iniciar atividade pedi que as crianças mais velhas tivessem algum cuidado com as crianças mais novas sendo que estavam presentes crianças desde os 12 Anos de idade e os 4 anos. Após explicar algumas regras deu-se início atividade, sendo visível a satisfação, das crianças no jogo, enquanto as crianças estavam a realizar atividade a mulher/mãe B estava a tirar fotografias.

A criança/jovem E numa das voltas sem querer magoou a criança/jovem N. que é filha da a mulher/mãe B esta que não gostou que a sua filha se tivesse magoado insultou a criança/jovem E referindo “és um burro, és o mais crescido e o mais burro” a criança/jovem E não gostando do que ouviu tentou sair da dala, contudo pedi que esta ficasse dentro da sala, este voltou para trás e sentou.se num banco e colocou o seu capuz. Enquanto isso a mulher/mãe B tentava convencer a sua filha a não jogar mais porque podia cair e magoar-se seriamente. Após esta perceber que não conseguia que a filha fosse embora esta desistiu e saiu da sala. Deste modo o jogo prossegui-o pedindo mais uma vez que as crianças maiores tivessem cuidado com as mais pequenas.

Quando terminou este jogo as crianças pediram para voltar a jogar, sendo que nesta rodada haviam duas rodas, uma roda para as crianças mais velhas e uma roda para as crianças mais novas, enquanto o jogo decorria fui falar com a criança J. que já se encontrava mais calma a qual esta referiu que não queria mais jogar. Ao questionar esta se queria ir para a casa esta referiu que não e disse que “eu não estou zangado contigo , só não gostei do que a participante I me disse” ao qual mencionei que “ eu não acho que sejam uma criança burra, muito pelo contrário eu acho que és muito inteligente, eu gostava muito que continuasses agora fosses brincar com os teus colegas e esquecesses o que a participante I te disse, e não te preocupes

que irei falar com ela sobre este assunto, pois ninguém tem o direito de mal tratar ninguém, Após uma longa conversa com esta criança este decidiu entrar no jogo das cadeiras dos mais crescidos.

No segundo exercício da sessão em que o principal objetivo era não eliminar nenhum dos participantes, mas sim a cada rodada retirar uma cadeira, inicialmente as crianças conseguiram cumprir com atividade, contudo estes tiveram mais dificuldades apenas quando sobravam apenas duas cadeiras, contudo estes começaram a trabalhar em equipa até conseguirem estar todos sentados, o mesmo aconteceu quando apenas estava uma cadeira.

Relativamente ao último exercício “Toca e dança sem parar” as crianças dividiram em duas equipas sendo que estas foram formadas por género a pedido deles, ou seja, rapaz de um lado raparigas de outro. Enquanto as crianças estavam a fazer as suas equipas a participante J. chegou com o seu filho pedindo se podiam assistir a sessão.

Quando as equipas estavam formadas e o jogo explicado começaram a jogar, contudo era notória o cansaço destas crianças principalmente das mais pequenas, estando estas já exausta esta atividade apenas durou alguns minutos.

No final da sessão as crianças mais velhas escreveram no seu diário e as crianças mais novas pintaram a ficha de avaliação tal como, nas sessões anteriores.

### **Sessão N° 5 (21-04-2018)**

Quando cheguei a casa abrigo pedi que todas as participantes se reunissem na sala, quando cruzei com a participante H. e com a sua filha I esta referiu que hoje não iria estar presente inicialmente porque “como vou embora na segunda-feira o Dr. M. vai ajudar-me a levar algumas das minhas coisas para a casa nova, contudo se chegar cedo ainda vou ter consigo”, deste modo questioneei a criança I se queria vir comigo porque hoje iríamos apenas conversar sobre as sessões, ao que esta respondeu que “ sim, mas só quando a mãe for levar as coisas”. Quando ia em direção a sala a criança A ia comigo, e no corredor cruzamos com a sua progenitora esta ficou a conversar com a mãe enquanto eu dirigia-me a sala, sendo que a mãe desta criança lhe disse “hoje vai atividade!” ao que a criança referiu “não quero, quero ficar aqui contigo” e a progenitora da mesma referiu “se tu fores, quando voltares dou-te um coca-cola” ao que a criança começou a correr atrás de mim em direção a sala onde as participantes estavam reunidas para a sessão.

Nesta sessão estiveram presentes 3 participantes e 4 crianças. Quando cheguei a sala dei pela falta da participante I ao que foi explicado pelas participantes presentes que esta participante não voltou a casa abrigo após a sua saída a visita familiar, “ela tinha tudo planeado, pois levou quase tudo, apenas deixou ficar algumas coisas que já estavam estragadas” referiu a participante MD.; “não sei porque ela foi embora sem dizer nada a ninguém nós não estamos aqui presas podemos ir embora quando quisermos” mencionou a participante JN; “ela foi esperta assim foi embora sem limpar o quarto”. Após alguns minutos de conversa sobre este tema era visível o descontentamento, por parte das participantes o facto de a participante I ter ido embora sem se ter despedido.

Posteriormente a esta conversa iniciamos a sessão começando por questionar estas se estavam a gostar das sessões, sendo que todas as participantes referiram que sim, “eu gosto muito, tenho pena de não poder vir mais vezes, porque estou a trabalhar” mencionou a participante JN, já a participante MD disse que “gosto muito, mas não tenho tido muito tempo porque ando a resolver algumas coisas para mudar de casa” por último a participante JJ. referiu “gosto muito destas atividades com o meu filho”. Apesar das participantes estarem bastantes satisfeitas com o projeto, pelo facto de estarem com os seus filhos e de fazerem isto com eles, contudo a participante JJ, mencionou, “como já disse eu gosto muito das atividades, mas acho que vir cá só por uma pessoa não faz sentido, como tem acontecido algumas vezes, só vou eu e as crianças”, já a participante MD disse “sabes as pessoas que começaram as atividades estão a ir-se todas embora, agora só restamos nós eu tenho andado ocupada a JN trabalha”, a participante JN referiu que “tenho pena que as sessões termine e que tu te vás embora, mas a verdade e que as pessoas estão todas a ir embora e outras trabalham e fica complicado teres alguém. Após alguns minutos de conversa com as participantes presentes ficou decidido entre elas terminar com as sessões visto que não há condições para continuar. Tendo sido esta uma dedicação por parte das participantes do projeto iniciei uma pequena atividade com as participantes onde estas tinham que responder algumas questões sendo que apenas poderiam utilizar uma única palavra para descrever. Algumas das questões colocadas as participantes e as crianças presentes foram:

Estas sessões para ti foram?

Como te sentiste ao trabalhar com o teu filho / a tua mãe?

Descreve-te

Descreve o teu filho

Descreve a tua vida?

Relação com o teu filho/ mãe

Qual a linguagem artística que mais gostaste?

A cada pergunta realizada aos participantes estes tinham que escrever num papel, sem que este foi anonimo, a cada pergunta era entregue outro papel.

Como a participante MD não sabe escrever questioneei se esta queria fazer atividade juntamente com outra pessoa, ao qual esta referiu que fazia comigo, quando esta foi questionada com o que tinha sentido ao trabalhar com o seu filho, esta disse que era bom, quando questioneei o que esta tinha sentido quando realizou o retrato de família com o filho esta mencionou que tinha gostado contudo tinha trazido muitas lembranças.

Relativamente a pergunta “o que estas sessões foram para ti?” as participantes e as crianças mencionaram “simpática”, “gratificante”, “feliz”, “Maravilhosa”, “Divertido”, “Maravilhosa”, “Boas”.

Na questão “Como te sentiste ao trabalhar com o teu filho / a tua mãe?” referiam que “Adorei”, “Feliz”. “Adorei”, “Maravilhada”, “Feliz”, “Feliz”. Relativamente as palavras escolhidas pelos participantes para

se descreverem estes utilizaram “simpática”, “simples”, “bonita”, “divertida”, “criança” “muito”, “orgulhosa”. Relativamente a resposta “criança” foi dada pela uma das crianças presentes bem com “orgulhosa” e “simples”.

Já as palavras mencionadas para descrever o teu filho/ mãe as participantes utilizaram as palavras “querido”, “miminho”, “lindo”, já as crianças caracterização as suas progenitoras como “elegante”, “adorável”, “bonita” e “irritante”. Relativamente a palavra “irritante esta foi mencionada pela criança I, isto porque ela disse que a mãe mandava fazer muitas coisas, ela gostava de ir as sessões sozinha, pois assim podia fazer o que queria e a mãe não a “chateava”.

As palavras que as crianças utilizaram para descrever a sua vida foram “mudança”, “estranha”, “horrível”, “mudança”, enquanto as participantes mencionaram “certa”, “mudança”, “vida boa”. Seguidamente a questão da relação com o seu filho, as progenitoras mencionaram “bem”, “excelente”, “mal”. Relativamente a resposta “mal” esta foi dada pela progenitora MD, eu questionei a mesma de ter dado esta resposta ao que ela mencionou porque ele tem atitudes muito complicadas “ainda hoje me fez uma cena enorme na rua quando vínhamos do café, vínhamos a caminhar e eu peguei-lhe no telemóvel ele ficou todo ressaltado, quando o devolvi ele pegou no telemóvel e atirou contra o chão, o telemóvel ficou com o vidro todo partido, deixe-lhe aquele telemóvel que era meu, ele fez-me isto, eu só peguei no telemóvel não lhe fiz nada” enquanto a participante me contava este episodio a criança J filho desta progenitora estava a dormir no quarto porque estava de castigo e por esse motivo não tinha ido a sessão. Já as crianças mencionaram que a sua relação com a sua progenitora é “adorável”, “bem”, “maravilhosa”, “bem”. Por último foi perguntado aos participantes qual a linguagem artística que mais gostaste? Sendo que 6 participantes responderam música e 1 respondeu teatro.

Após esta atividade foi pedido às participantes que realizassem uma reflexão final, tal como aconteceu na última sessão das mulheres foi entregue uma folha onde tinham algumas das questões para ajudar na sua reflexão final, mais uma vez ajudei a participante MD a realizar a tua reflexão a pedido da mesma, Relativamente as crianças as duas mais velhas escreveram no seu diário tal como as participantes, e as duas crianças mais pequenas pintaram a sua avaliação relativamente as sessões todas do projeto. Após os diários concluídos estivemos todos a jogar alguns jogos propostos pelas crianças mais novas.

## Anexo 13- Diário de Bordo da Investigadora 3ª Fase

### Sessão N° 1 (08-03-2018)

Nesta sessão a casa abrigo tinha planeado o visionamento de um filme de forma a comemorar o dia Internacional da Mulher. O filme escolhido pela equipa técnica foi “50 sombras”. Quando cheguei a instituição as participantes estavam muito entusiasmadas por irem ver este filme, deste modo começou-se a prepararem a sala de modo a que todas as participantes ficassem confortáveis para o visionamento do filme. A auxiliar na instituição fez pipocas. Após esta criado o ambiente do cinema da sala, as participantes estavam muito concentradas no filme. Este filme teve a duração de duas horas, e estiveram presentes 10 participantes e a 2 elementos da equipa técnica.

Quando este filme terminou, as participantes pediram a equipa técnica que poderiam ver o segundo episódio deste filme após o lanche enquanto as crianças não vinham da escola. Estas referiam que sim, mas primeiro tinham que lanchar. No lanche foi distribuído pela equipa técnica uma pequena lembrança de modo a simbolizar o dia internacional da mulher, por todas as participantes a equipa técnica ofereceu uma flor e um saco que continha uma bijuteria.

### Sessão N°2 (15-03-2018)

Nesta sessão estiveram presentes quatro participantes. Sendo esta sessão dedicada a fotografia as participantes pediram se poderia dar algum tempo para estas poderem trocar de roupa, maquiar-se e pentear-se. Achei importante dar algum tempo as participantes para se arranjar de modo a contribuir para uma melhor participação desta da sessão, bem como a melhoria de confiança e de autoestima das mesmas. Após todas as participantes estarem prontas para o início da atividade deslocamo-nos a sala de atividades dando assim inicio a sessão planeada.

Na primeira atividade as participantes foram movimentando-se pelo espaço livremente, sendo que estas apenas paravam de movimentar quando ouviam o nome do membro do corpo, quando isso aconteciam apenas podiam movimentar esse membro. Foi visível nesta atividade a boa disposição do grupo, bem com o seu entusiasmo.

Na segunda atividade que era tão aguardada pelo grupo, estas foram divididas em dois grupos de dois elementos, enquanto uma participante fotografava a outra era fotografada, sendo que estava trocavam de papeis e de grupo assim que desejaram. Nesta atividade só veio confirmar a boa-disposição do grupo bem como a sua emoção satisfatória na realização da mesma. Inicialmente as participantes tiraram diversas fotografias a nível individual em diferentes posições e a diferentes membros do corpo. Posteriormente tiraram algumas em grupo. Após a sessão fotográfica as participantes estiveram a visualizar as fotografias que registaram na sessão, por fim fizeram uma seleção nas fotografias de modo a imprimir e trabalhar na próxima sessão.

No final da sessão o grupo sentou-se numa cadeira de modo a refletir a sessão. As participantes começaram por referir que gostaram muito desta sessão e que foi muito engraçada. A mulher/mãe J referiu que gostou muito desta sessão, contudo “gosto mais de fotografar só que ser fotografada (...) gostava muito de ser fotografa e de tirar um curso de fotografia”. Enquanto a participante J mencionou que “gostei muito desta sessão apesar de acha que que não tenho muito jeito”. De uma forma geral é possível afirma que as participantes gostaram muito desta sessão e que conseguiram trabalhar em equipa, bem como exportar-se a frente de uma camara fotográfica.

### **Sessão N° 3 (22-03-2018)**

Esta sessão não se realizou porque quando cheguei a casa abrigo apenas estava uma pessoa para atividade sendo que as restantes participantes tiveram que ir resolver problemas burocráticos e pessoas. Deste modo, e depois de ter conversado com a equipa técnica e com a participante que estava para a sessão chegamos a um consenso que as atividades planeadas para esta sessão passara para a próxima quinta-feira de modo a ter mais participantes nesta atividade.

### **Sessão N° 4 (29-03-2018)**

Nesta sessão estiveram presentes 3 participantes, sendo esta semana, as férias da pascoa das crianças e equipa técnica pediu se as crianças destes participantes poderiam ir atividade, porque apenas tinham uma monitora de serviço e esta não conseguiria tomar conta de tantas crianças sozinha. Deste modo foram 3 crianças filhas das participantes e mais duas crianças que as mães estavam no trabalho, mas que pediram para ir atividade. Como não tinha nenhuma atividade programa para as crianças estas quando chegaram a sala pediram para pintar desenho.

Enquanto as crianças estiveram na sala a pintar uns desenhos a participante I e a participante J deram continuidade ao seu projeto de autorretrato começando por explorar os materiais e de diferentes formas. Enquanto a participante H começou a sua sessão fotográfica comigo, no decorrer desta sessão fotografia a participante trouxe alguns objetos que a caracterização enquanto pessoa. Nesta sessão fotográfica a mulher/mãe A confidenciou-me que a sua filha C no passado sábado tinha pedido a mãe para esta não ir porque queria ir sozinha, contudo hoje tinha sido a sua filha a pedir para ela ir atividade com a mãe.

Após a sessão fotográfica a participante esteve a escolher as suas fotos no computador para na próxima sessão começar a explorar diferentes matérias e começar a criação do seu autorretrato. Apesar de estarem poucas participantes estavam muito satisfeitas com a realização deste trabalho, “eu hoje gostei muito de estar aqui a fazer este trabalho e quero continuar a vir para terminar” referiu a mulher/mãe B. Nesta sessão mais uma vez três crianças sem as suas progenitoras, que apenas 1 delas estava na casa enquanto as outras estavam no seu emprego.

### **Sessão N° 5 (05-04-2018)**

Nesta sessão estiveram presentes 3 participantes, tal como aconteceu na sessão anterior a técnica da casa abrigo pediu se as crianças filhas destas progenitoras poderiam acompanhá-las visto que não tinham monitores suficientes para tomar conta das crianças, deste modo 4 crianças também estiveram nesta sessão. Inicialmente só estavam presentes a participante H e a participante I acompanhadas pelos seus filhos.

A participante I nesta sessão esteve a pintar com tintas a sua tela bem com a decoração da mesma, enquanto a participante H. continuo o trabalho na sessão anterior no computador a escolher e a montar as fotos.

Relativamente as crianças estavam todas juntas numa mesa a pintar um desenho, posteriormente quando terminaram estiveram a realizar um desenho com tintas, desta atividade era notória a satisfação das crianças estarem a pintar, sendo que duas delas pediram a sua progenitora para pintar com as mãos.

A participante J. chegou à sessão acompanhada pelo seu filho e nervosa. Inicialmente, esta pediu desculpa porque “ele já sabe onde eu estou, eu fiquei muito nervosa, peço desculpa por só vir agora, mas quero tentar distrair e assim o meu filho ajuda-me a fazer o meu quadro”. Posto esta situação, deixei a família à vontade a realizar o trabalho da participante J.

Apesar desta ser um trabalho individual de cada participante achei importante naquele momento que aquela família se trabalhe em conjunto de modo a desaliviar dos seus problemas, mas também uma forma de construir e de desenvolver melhor a sua relação.

No final desta sessão a participante I e a participante J deram por concluído o seu autorretrato.

A medida que os participantes iam terminando o seu trabalhando foram escrevendo no seu diário, sendo que as crianças mais novas pintaram o boneco conforme a sua satisfação da sessão. Relativamente a participante I que não sabe escrever e que não tinha lá o seu diário pedi que esta também preenchesse o papel da satisfação da sessão.

### **Sessão N° 6 (13-04-2018)**

Nesta sessão estiverem presentes 4 participantes. As participantes tiveram a finalizar os seus projetos. Nesta sessão pedi as participantes para escolherem um dia para a realização da exposição. A participante L. pediu para que fosse nos próximos dias porque ia embora na próxima semana e assim senão não iria ter oportunidade de participar na exposição.

Já a participante I referiu que não iria estar o fim de semana na casa abrigo porque ia visitar familiares. Deste modo o único dia que era possível reunir todas as participantes deste projeto seria no dia seguinte da parte da manhã. Após ter falado com os técnicos ficou marcado o dia e o local da exposição que de acordo com as participantes queria que esta se realizasse na casa abrigo no hall de entrada da mesma. Deste modo, esta sessão permitiu que as participantes finalizassem os seus trabalhos de autorretrato. No final cada participante escreveu no seu diário.

### **Sessão N° 7 (14-04-2018)**

Nesta sessão estiveram presentes 4 participantes. Inicialmente começamos por colocar fitas nas telas, para que estas fossem penduradas. Quando fomos colocar os quadros no sítio a mulher/mãe E ficou surpresa por apenas estarem quatro quadros expostos “com tantas mulheres na casa só nos é que fizemos” ao que a participante I respondeu “foram elas que perderam”, nesta conversa todas as participantes mencionaram que os quadros tinham ficado muito bonitos e que tinham muito gostado de realizar esta atividade”.

Após todos os quadros pendurados pedi as participantes que escolhessem o nome para a exposição, após algum diálogo por parte das participantes do projeto, o nome escolhido foi “Autorretrato Vidas Novas”. Após o nome escolhido a participante I retirou-se porque estava na hora de ir embora, visto que ia passar o fim-de-semana fora, sendo que a participante L. pediu para sair também para ajudar esta com as malas. Enquanto isso as participante J e H dedicavam-se a construção de umas pequenas placas com o nome da exposição para colocar junto com os quadros realizados pelas mesmas.

Após toda a exposição estar feita algumas senhoras que residem na casa foram observar a mesma, onde surgiram alguns comentários “está muito bonito”; “nem parece a “participante I”; “estas fotos foram tiradas cá”; ficou muito gira a exposição”.

Em diálogo com as participantes presentes no momento e com a auxiliar que estava de serviço neste dia, ficou combinado que a exposição seria retirada se alguma criança estivesse a danificar a exposição.

No final desta sessão reuni com as participantes de modo a perceber e compreender melhor como se sentiram na realização deste projeto ao que foi dito pela mulher/mãe D mencionou “gostei muito destes dias, fez-me sentir útil, aqui na casa não há muito para fazer isto fez com que eu me distraísse e não penses noutras coisas”. Já a mulher/mãe A. referiu que “foi muito para mim a realização deste retrato porque marca uma fase de mudança na minha vida”. De um modo geral as participantes gostaram de realizar o seu autorretrato. No final entreguei as participantes presentes o seu diário de modo a fazer uma reflexão final destas sessões, bem como uma folha com algumas questões que estas deverão responder na sua última reflexão

final.

## Anexo 14 – Entrevista ao Técnico A

Esta entrevista apresenta uma finalidade exclusivamente acadêmica, destinando-se aos técnicos da casa abrigo da zona norte, onde foi implementado o Projeto *Por um mundo artístico com mais laços e menos nós*. Os dados recolhidos serão protegidos de acordo com os critérios de confidencialidade.

### 1. Há quanto tempo trabalha na instituição?

Na instituição trabalho desde janeiro de 2010. Sendo que na Casa Abrigo trabalho desde agosto 2011.

### 2. Que função desempenhada na Instituição?

Atualmente desempenho funções como coordenador da valência Casa Abrigo para acolhimento temporário para mulheres e filhos menores a cargo.

### 3. Quer falar-me um pouco sobre o seu trabalho com as utentes e com as crianças?

Fundamentalmente o meu trabalho consiste na:

- Organização, planificação de atividades a desenvolver;
- Avaliação das atividades desenvolvidas
- Organização e planificação do quotidiano e gestão e regras e normas da Casa Abrigo, promovendo o bem-estar das utentes;
- Gestão de equipa e dinamização de reuniões mensais de avaliação de trabalho;
- Realização e organização de planos individuais das utentes
- Criação e gestão de rede de parcerias tendo em conta os objetivos da Casa Abrigo;

Portanto a minha função consiste na organização, gestão e dinamização da casa abrigo no sentido de promover o bem-estar das utentes e dar resposta as necessidades que as utentes e seus filhos manifestam.

### 4. Qual a sua opinião relativamente ao projeto “Por um mundo artístico com mais laços e menos nós”?

As áreas artísticas e as metodologias lúdico-pedagógicas, como é exemplo este projeto, são uma mais-valia na aquisição de competências pessoais e sociais

### 5. Na sua perspetiva qual a relevância deste tipo de projetos numa casa abrigo?

Estes projetos assumem uma grande importância na Casa Abrigo na medida em que propõe uma interação familiar, com recurso a metodologia lúdica. Ora se consideráramos que as nossas utentes, (mulheres e filhos a cargo), vêm de um ambiente familiar violento e destruturado, facilmente se entende importância de atividades de cariz lúdico com promoção de dinâmica familiar.

### 6. Sentiu que existiu algum tipo de alteração de comportamento relativamente a relação entre as crianças e as suas progenitoras?

A atividade de cariz lúdico e com dinâmica promove sempre uma maior envolvência e motivação para a participação quer se adultos quer de crianças, bem como a assimilação dos conteúdos e objetivos. Consequentemente observa-se que no decorrer da atividade há alteração de comportamentos quer nas mães quer nas crianças.

Objetivamente se as mães no desenvolvimento da atividade superam algumas lacunas de autoestima, autoimagem, autovalorização, etc..., apresentam maior disponibilidade emocional para a responsabilização parental e para uma estratégia educativa mais assertiva. Consequentemente os filhos sentem essa alteração comportamental adquirindo um sentimento de maior segurança efetividade no vínculo parental.

**7. Relativamente as mulheres acha que as linguagens artísticas (teatro, dança, música, plástica, fotografia e vídeo) promoveram sua a autoestima e a sua imagem? Porquê?**

Como disse anteriormente as atividades lúdico-pedagógicas promovem a educação “não formal” e uma maior facilidade de aquisição de conhecimentos e capacidade de realização. Obviamente que isto se vai traduzir numa forma diferente de autoanálise das participantes. Cresce o sentimento de realização e o sentimento de bem-estar.

**8. Se, sim acha que a influência das linguagens artísticas (teatro, dança, música, plástica, fotografia e vídeo) teve algum impacto nas relações parentais? Porquê?**

Conforme analisei na questão 7, quando as mães apresentam, no desenvolvimento do projeto, um crescimento da sua autoestima e autoimagem há objetivamente uma maior disponibilidade afetiva na relação parental.

**9. Como acha que foi a receção dos residentes da casa a este projeto?**

Durante as sessões todos os envolvidos mães e filhos revelaram altos níveis de motivação e feedback muito positivo sobre as dinâmicas realizadas.

**10. Na sua perspetiva que impacto é que este projeto teve nas mulheres? E nas crianças?**

Conforme analisei na questão 7, e já referido na questão 9, quando as mães apresentam, no desenvolvimento do projeto, um crescimento da sua autoestima e autoimagem há objetivamente uma maior disponibilidade afetiva na relação parental.

**11. Acha pertinente a construção e o desenvolvimento deste tipo de projetos numa casa abrigo? Porquê?**

Por tudo o que foi dito é muito importante o desenvolvimento deste tipo de projetos numa casa de abrigo, aliás avalio que a lacuna neste projeto é mesmo o facto de após as atividades as aprendizagens e as alterações de comportamentos perde-se voltam às estratégias parentais anteriores. Portanto, conclui-se que se o projeto tivesse mais tempo iria permitir a consolidação das aprendizagens e a sustentabilidade das alterações comportamentais tanto nas mães como nas crianças.

**12. Na sua opinião quais os benefícios de um projeto ligado as linguagens artísticas numa casa abrigo?**

Penso que em todas as respostas anteriores está implícita a avaliação de pertinência de um projeto ligado as linguagens artísticas, bem como a outras áreas desde que associado a metodologia lúdico-pedagógica.

**Obrigado pela sua colaboração!**

## Anexo 15 – Entrevista ao Técnico B

Esta entrevista apresenta uma finalidade exclusivamente académica, destinando-se aos técnicos da casa abrigo da zona norte, onde foi implementado o Projeto *Por um mundo artístico com mais laços e menos nós*. Os dados recolhidos serão protegidos de acordo com os critérios de confidencialidade.

1. **Há quanto tempo trabalha na instituição?**  
Trabalho na instituição desde agosto de 2006, na Casa Abrigo desde novembro de 2007.
2. **Que função desempenhada na Instituição?**  
Funções de Educadora Social.
3. **Quer falar-me um pouco sobre o seu trabalho com as utentes e com as crianças?**  
O meu trabalho consiste em: capacitar as utentes de competências inerentes a aspectos práticos do quotidiano que permitam a sua reintegração nos vários contextos de vida. Orientar/gerir a equipa auxiliar; Promover o acolhimento e o acompanhamento das residentes em conformidade com os seus direitos e deveres; Proceder ao diagnóstico da situação das residentes; Elaborar com a participação das residentes o plano individual de intervenção; Avaliar periodicamente o plano individual de intervenção, no sentido de se proceder a ajustamentos necessários; Reunir periodicamente para refletir sobre as metodologias mais adequadas, considerando a especificidade de cada caso; Proceder ao encaminhamento das utilizadoras de acordo com as necessidades identificadas e tendo em vista a sua inserção social e profissional.
4. **Qual a sua opinião relativamente ao projeto “Por um mundo artístico com mais laços e menos nós”?**  
Relativamente ao projeto, acho que é muito relevante, uma vez que através das artes se consegue transmitir emoções, pensamentos e medos e ultrapassar alguns receios.
5. **Na sua perspetiva qual a relevância deste tipo de projetos numa casa abrigo?**  
Na minha opinião este tipo de projeto tem muita relevância neste tipo de contexto-acolhimento em casa abrigo, pois permite que através das atividades em que este se desenvolve as utentes possam reforçar/estreitar relações entre si e seus filhos.
6. **Sentiu que existiu algum tipo de alteração de comportamento relativamente a relação entre as crianças e as suas progenitoras?**  
Penso que de certa forma as atividades desenvolvidas contribuíram para reforçar laços.
7. **Relativamente as mulheres acha que as linguagens artísticas (teatro, dança, música, plástica, fotografia e vídeo) promoveram sua a autoestima e a sua imagem? Porque?**  
Sim, pois como já referi anteriormente através das linguagens artísticas consegue-se transmitir emoções, pensamentos e medos e ultrapassar alguns receios.
8. **Se, sim acha que a influência das linguagens artísticas (teatro, dança, música, plástica, fotografia e vídeo) teve algum impacto nas relações parentais? Porque?**  
Sim, porque foram transmitidas emoções bem como ultrapassados alguns receios, nomeadamente através da exposição fotográfica.
9. **Como acha que foi a receção dos residentes da casa a este projeto?**  
Acho que foi recebido de uma forma muito positiva, pois o feedback das utentes foi esse.
10. **Na sua perspetiva que impacto é que este projeto teve nas mulheres? E nas crianças?** O impacto foi muito positivo como já referi anteriormente.
11. **Acha pertinente a construção e o desenvolvimento deste tipo de projetos numa casa abrigo? Porquê?**

Sim, pois como já referido na questão 6 este tipo de projeto permite que através das atividades as utentes possam reforçar/estreitar relações entre si e seus filhos.

- 12. Na sua opinião quais os benefícios de um projeto ligado as linguagens artísticas numa casa abrigo?**  
Os benefícios deste tipo de projeto ligado as linguagens artísticas, permite como já foi referido o reforço das relações em como um autoconhecimento mais aprofundado.

**Obrigado pela sua colaboração!**

## Anexo 16 – Entrevista ao Técnico C

Esta entrevista apresenta uma finalidade exclusivamente académica, destinando-se aos técnicos da casa abrigo da zona norte, onde foi implementado o Projeto *Por um mundo artístico com mais laços e menos nós*. Os dados recolhidos serão protegidos de acordo com os critérios de confidencialidade.

**1. Há quanto tempo trabalha na instituição?**

Desde 2004, há quase 14 anos.

**2. Que função desempenhada na Instituição?**

Psicóloga

**3. Quer falar-me um pouco sobre o seu trabalho com as utentes e com as crianças?**

Acompanhar a nível psicológico mulheres e crianças, em grupo e individualmente; Promover o acolhimento e o acompanhamento das residentes em conformidade com os seus direitos e deveres; Proceder ao diagnóstico da situação das residentes; Elaborar com a participação das residentes o plano individual de intervenção; Avaliar periodicamente o plano individual de intervenção, no sentido de se proceder a ajustamentos necessários; Reunir periodicamente para refletir sobre as metodologias mais adequadas, considerando a especificidade de cada caso; Proceder ao encaminhamento das utilizadoras de acordo com as necessidades identificadas e tendo em vista a sua inserção social e profissional.

**4. Qual a sua opinião relativamente ao projeto “Por um mundo artístico com mais laços e menos nós”?**

Julgo que é um projeto interessante que promove a expressão de emoções, permite a comunicação através de formas diferentes como a arte, expressão corporal, dramatização.

**5. Na sua perspetiva qual a relevância deste tipo de projetos numa casa abrigo?**

Julgo que o recurso à imaginação, simbolismo e metáforas enriquece o processo de estabilização emocional dos utentes da casa abrigo. As características do projeto permitem a expressão emocional e um maior autoconhecimento, libertando assim a capacidade de pensar e a criatividade.

**6. Sentiu que existiu algum tipo de alteração de comportamento relativamente a relação entre as crianças e as suas progenitoras?**

É uma questão um pouco difícil de aferir, no entanto, penso que o projeto ao promover atividades que priorizam vínculo parental, acabam por estreitar laços afetivos nesse sentido.

**7. Relativamente as mulheres acha que as linguagens artísticas (teatro, dança, música, plástica, fotografia e vídeo) promoveram sua autoestima e a sua imagem? Porque?**

Sim, a linguagem artística acaba por ser um veículo à expressividade da autoimagem e do autoconhecimento, contribuindo uma melhoria da autoestima.

**8. Se, sim acha que a influência das linguagens artísticas (teatro, dança, música, plástica, fotografia e vídeo) teve algum impacto nas relações parentais? Porque?**

Se aumenta a autoestima acaba por melhorar as relações interpessoais, bem como, pensamentos mais positivos.

**9. Como acha que foi a receção dos residentes da casa a este projeto?**

A receptividade dos utentes foi bastante positiva, pois demonstraram bons níveis de motivação e revelaram empenho na execução das atividades e orgulho pelos resultados alcançados.

**10. Na sua perspetiva que impacto é que este projeto teve nas mulheres? E nas crianças?**

O impacto foi positivo, pois demonstraram-se um bom feedback das atividades.

**11. Acha pertinente a construção e o desenvolvimento deste tipo de projetos numa casa abrigo? Porque?**

Conforme a questão 6, reforço que o recurso à imaginação, enriquece o processo de estabilização emocional. As características do projeto permitem a expressão emocional e um maior autoconhecimento, promovendo uma maior autoestima.

**12. Na sua opinião quais os benefícios de um projeto ligado as linguagens artísticas numa casa abrigo?**

A experiência artística pode intensificar a expressão de vivências, bem como incrementar o equilíbrio emocional, desenvolver o autoconhecimento e autoestima, bem como, estreitar laços afetivos.

**Obrigado pela sua colaboração!**

## Anexo 17 – Reflexão Final Mulheres/Mães

### Mulher/Mãe D

**1. Gosto de participar neste projeto? Porquê?**

Porque foi criativo e eu gostei

**2. O que gostou mais? Porquê?**

De tudo, gostei de participar

**3. O que significou estas sessões para si?**

Além de ser uma ocupação e de conviver com as minhas colegas de casa

**4. Estas sessões ajudaram em algum aspeto da sua vida? Sim**

ajudaram-me a não pensar noutras situações da minha vida

**5. Estas sessões tiveram algum impacto (positivo/negativo) no teu dia-a-dia?**

positivo

**6. As suas expectativas face a este projeto foram concretizadas?**

Porquê? Sim, pois estive sempre ocupada

**7. Teve alguma aprendizagem significativa? Se sim, indica qual.**

**8. Acha importante estas sessões em casas abrigo?**

Sim porque ajudam imenso

**9. Como se sentiu na realização do autorretrato? Quais as dificuldades e as facilidades sentidas na realização do mesmo.**

**10. Gostaria de voltar a participar num projeto semelhante?**

Porquê? Sim porque é agradável, só com ajuda da Catarina

**11. O que considera mais importante da experiência que teve?**

Gostei de participar com o meu filho e de conviver com as minhas colegas

### Mulher/Mãe E

**1. Gosto de participar neste projeto? Porquê?**

Sim porque é algo bom para mente

**2. O que gostou mais? Porquê?**

Gostei da companhia das amigas

**3. O que gostou menos? Porquê?**

Do espaço não estava adequado

**4. O que significou estas sessões para si?**

Muito, a liberdade das ideias

**5. Estas sessões ajudaram em algum aspeto da sua vida?**

Sim ser confiante

**6. Estas sessões tiveram algum impacto (positivo/negativo) no teu dia-a-dia?**

Positivo

**7. As suas expectativas face a este projeto foram concretizadas?**

Porquê? Sim porque alcancei o meu objetivo

**8. Teve alguma aprendizagem significativa? Se sim, indica qual?**

**9. Acha importante estas sessões em casas abrigo?**

Sim e acho que deveria de haver mais

**10. De que forma estas sessões ajudaram na sua autoestima?**

O modo de lidar com o aspeto

**11. Como se sentiu ao realizar o autorretrato? Quais as dificuldades e as facilidades?**

Foi muito bom e muito criativo

**12. Gostaria de voltar a participar num projeto semelhante? Porquê?**

**13. Tem alguma sugestão para alterar ou melhorar este projeto? Qual?**

Não

**14. O que considera mais importante da experiência que**

**tiveste?** A interação de todas as utentes da casa abrigo

**15. O que considera mais importante na experiência que teve?**

O mais importante foi a forma como éramos levados até conseguir fazer melhor, foi fantástico e muito divertido, ali nos expressávamos com liberdade e confiança

Mulher/Mãe G

**1. Gosto de participar neste projeto? Porquê?**

Sim pela simpatia, e pela paciência de ensinar

**2. O que gostou mais? Porquê?**

Gostei de tudo de fazer desenho, de música, e o desenho de família que me lembrou certas coisas

**3. O que gostou menos?**

**Porquê?** Fazer os teatros

**4. O que significou estas sessões para**

**si?** Liberdade

**5. Estas sessões ajudaram em algum aspeto da sua**

**vida?** Ajudou no carrinho

**6. Tem alguma sugestão para alterar ou melhorar este projeto? Qual?**

Não

**7. O que considera mais importante da experiência que tiveste?**

**8. Acha que estas sessões ajudaram na relação com os filhos e**

**porquê?** Sim ajudaram comecei a conversar melhor com ele

Mulher/Mãe C

**1. Gosto de participar neste projeto? Porquê?**

Sim gostei. Pois foi uma maneira de podermos passar o tempo, de nos abstrairmos por instantes da nossa situação de via e porque pode interagir diretamente com o meu filho

**2. O que gostou mais?**

**Porquê?** Gostei de tudo em geral

**3. O que gostou menos? Porquê? Não**

houve nada que não tivesse gostado

**4. O que significou estas sessões para**

**si?** Libertação

**5. Estas sessões ajudaram em algum aspeto da sua vida?**

Ajudou-me abstrair-me dos meus problemas e a ver que a vida é muito mais do que medos e sofrimentos

**6. Estas sessões tiveram algum impacto (positivo/negativo) no teu dia-a-dia?**

Sim tiveram pela positiva

**7. As suas expectativas face a este projeto foram concretizadas? Porquê?**

Tive pena de ter ido a poucas sessões, mas as expectativas foram concretizadas, pois era o que esta à espera divertidas

**8. Teve alguma aprendizagem significativa? Se sim, indica**

**qual?** Sim na parte da interação com as estatuas

**9. Acha importante estas sessões em casas abrigo?**

Eu acho muito importante e deveria haver mais sessões deste tipo em todas as casas abrigo

**10. Gostaria de voltar a participar num projeto semelhante? Porquê?**

Sim gostaria muito. Pois assim podemos passar um bom bocado a divertir-nos e a fazermos algumas coisas das quais gostamos.

**11. Tem alguma sugestão para alterar ou melhorar este projeto? Qual?**

Não eu acho que a Catarina deveria continuar tal e qual como está não mudar nada

**12. O que considera mais importante da experiência que**

**tiveste?** A interação de todas as utentes da casa abrigo

**13. Acha que estas sessões ajudaram na relação com os filhos e porquê?**

Eu gostei de trabalhar com o meu filho e como temos uma boa relação um com o outro foi fácil trabalharmos em conjunto.

Mulher/Mãe A

**1. Gosto de participar neste projeto? Porquê?**

Sim gostei, porque promoveu interação e momentos de partilha e comunicação entre mães e filhas e famílias

**2. O que gostou mais? Porquê?**

Gostei de brincar com a minha filha. Gostei de ver a minha filha a ter prazer em brincar e fazer atividades. Gostei de fazer o meu autorretrato em fotografias

**3. O que gostou menos? Porquê?**

**4. O que significou estas sessões para si?**

Para mim, como foram pontuais porque não fui a todas, significaram atividades de lazer e partilha.

**5. Estas sessões ajudaram em algum aspeto da sua vida?**

O tempo que estive nas sessões se não estivesse lá não estaria a brincar nem em lazer nem com a minha filha nem comigo, pois estaria no computador a passar roupa. Então ajudaram neste aspeto... afinal a roupa não passada nesse tempo também não foi precisa.

**6. Estas sessões tiveram algum impacto (positivo/negativo) no teu dia-a-dia? Acho**

que tudo o que proporciona um momento mãe e filha tem um impacto positivo.

**7. As suas expectativas face a este projeto foram concretizadas? Porquê?**

Eu não tinha expectativas, apenas pensava em acompanhar a minha filha para ela ser feliz. Assim tudo foi mais do que alguma vez pensei.

**8. Teve alguma aprendizagem significativa? Se sim, indica qual?**

Apreendi que é possível desenvolver atividades dinâmicas muito giras

**9. Acha importante estas sessões em casas abrigo?**

Acho que deviam existir sempre e em todas

**10. De que forma estas sessões ajudaram na sua autoestima?**

Não foi bem na valorização da minha autoestima, porque eu já tinha feito isso antes, mas para fazer a atividade individual, a do autorretrato, eu interiorizei o trabalho que tinha feito antes de conhecimento e valorização pessoais. Foi como se compilasse ou resumisse o meu autorretrato na C.A.V.V.D. e foi isso que fiz, concentrei-me no meu perfil aqui na casa abrigo.

**11. Como se sentiu ao realizar o autorretrato? Quais as dificuldades e as facilidades?**

As dificuldades foram só no início a pensar que fotos deveria tirar que eu gostasse e com as quais eu sentisse bem. O resto foram ideias que foram sugeridos. As facilidades sentidas foram a total disponibilidade da Catarina para ter acesso a fotos, equipamentos, matérias, ajuda, tudo ... fiquei surpresa

**12. Gostaria de voltar a participar num projeto semelhante? Porquê?**

Embora esteja prestes a sair da casa abrigo, mesmo num ritmo de vida dito normal eu gostaria de participar num projeto destes para desenvolver atividades orientadas com a minha filha pois é sempre diferente do que podemos fazer em casa sozinhas.

**13. Tem alguma sugestão para alterar ou melhorar este projeto?**

Qual? Eu não

**14. O que considera mais importante da experiência que tiveste?**

Para mim foi importante todas as coisas já referidas

## Anexo 18 – Reflexão Final Crianças/Jovens

### Criança/Jovem C

- 1. Gostaste de participar neste projeto?**  
Porquê? Sim porque sim
- 2. O que gostaste mais? Porquê?**
- 3. O que gostaste menos?**  
Porquê? Nada
- 4. O que significou para ti estas sessões?** Gostei e muito
- 5. As suas expectativas face a este projeto foram concretizadas?**  
Porquê? Sim porque adorei
- 6. Acha importante esta sessões em casas abrigo?**  
claro que sim
- 7. Gostarias de voltar a participar num projeto semelhante?**  
Porquê? Sim porque gosto
- 8. Tens alguma sugestão para alterar ou melhorar este projeto? Qual?**  
Não
- 9. Acha que estas sessões ajudaram na relação com a tua mãe e porquê?** Sim ajudaram

### Criança/Jovem L

- 1. Gostas-te de participar neste projeto? Porque?**
- 2. O que gostaste mais? Porquê?**  
Fazer a tela com a minha mãe porque foi com ela e porque foi a primeira vez que algo do género com ela
- 3. O que gostou menos? Porquê?**  
Fazer teatro eu não fiz porque sou tímido e porque eu não gosto muito de teatro.
- 4. As suas expectativas face a este projeto foram concretizadas? Porquê?**  
Eu não sabia como iam decorrer as sessões, mas elas superaram as minhas expectativas
- 5. Acha importante esta sessões em casas abrigo?**  
Sim foi uma maneira de me dar melhor com as outras pessoas
- 6. Gostaria de voltar a participar num projeto semelhante?**  
Porquê? Sim porque gostei destas sessões
- 7. O que consideras mais importante da experiência que tiveste?** Os momentos em que tive feliz
- 8. Acha que estas sessões ajudaram na relação com a tua mãe e porque?** Sim melhor mais do que já estava

## Anexo 19 – Tabela V-Diário de Bordo Mulheres/Mães - 1º Fase

<i>Categoria</i>	<i>Subcategoria</i>	<i>Evidências</i>
<i>Satisfação com as experiências e sessões</i>	Prazer	<p>- Gostei muito, foi divertido. Gostei de decorar o diário de bordo. <b>(Sessão nº1- Relato da mulher/mãe B)</b></p> <p>- A última atividade que fizemos foi para mim a mais divertida, já há muito tempo que não me ria tanto. <b>(Sessão nº1- Relato da mulher/mãe C)</b></p> <p>- Gostei da atividade idealizada pela formadora. Sempre com sucesso. <b>(Sessão nº2 – Relato da mulher/mãe F)</b></p> <p>- Gostei de tudo. <b>(Sessão nº1- Relato da mulher/mãe G)</b></p> <p>- Gostei muito da primeira sessão. <b>(Sessão nº1- Relato da mulher/mãe J)</b></p> <p>- Gostei muito da aula. Quero continuar. <b>(Sessão nº3- Relato da mulher/mãe J)</b></p> <p>- Olá, querido diário. Hoje foi a minha primeira aula e posso dizer que até gostei bastante. <b>(Sessão nº3- Relato da mulher/mãe L)</b></p>
	Curiosidade	<p>- Jamais pensei que atividades tão básicas fossem tão importantes para o nosso dia-a-dia. <b>(Sessão nº1 – Relato da mulher/mãe F)</b></p> <p>- Foi uma atividade diferente. Gosto de andar na atividade. <b>(Sessão nº3 – Relato da mulher/mãe G)</b></p>
	Diversão	<p>- Eu gostei muito de fazer as brincadeiras com os nomes, foi muito divertido. <b>(Sessão nº1- Relato da mulher/mãe C)</b></p> <p>- Como sabes, o tempo passa a correr e por hoje ficamos por aqui, com muita pena minha. <b>(Sessão nº3 – Relato da mulher/mãe F)</b></p> <p>- Eu gostei muito de participar nesta atividade, aprendi algumas coisas e diverti-me muito. <b>(Sessão nº1 – Relato da mulher/mãe H)</b></p> <p>- Gostei muito da aula de hoje, pois foi muito divertida. <b>(Sessão nº2- Relato da mulher/mãe J)</b></p>

<i>Memórias</i>	Refúgio	<p>Gosto muito desta atividade e que possa continuar para não estarmos a pensar nos problemas de casa em situação muito complicada e viver a vida com mais alegria. (<b>Sessão nº2- Relato da mulher/mãe D</b>)</p> <p>- Gosto de estar aqui, pois assim distraio-me (<b>Sessão nº2- Relato da mulher/mãe G</b>)</p> <p>- Hoje fiz um desenho da maneira que eu achei a minha opinião sobre o dia. Há dias em que chove e outros de sol, mas eu adorei tudo. (<b>Sessão nº3- Relato da mulher/mãe D</b>)</p>
	Infância	- Andar ao “pé-coxinho” fez-me lembrar as brincadeiras de infância. ( <b>Sessão nº1- Relato da mulher/mãe C</b> )
<i>Criatividade</i>		<p>- Gostei, foi formidável e muito criativo (<b>Sessão nº1- Relato da mulher/mãe D</b>)</p> <p>- É criativo. (<b>Sessão nº2- Relato da mulher/mãe D</b>)</p>
<i>Relação com o outro</i>	Colegas	<p>- O facto de termos feito o retrato umas das outras foi superdivertido. (<b>Sessão nº1- Relato da mulher/mãe C</b>)</p> <p>- Gostei das atividades em grupo. (<b>Sessão nº1 – Relato da mulher/mãe F</b>)</p> <p>- Ri-me imenso com as minhas colegas. (<b>Sessão nº1 – Relato da mulher/mãe H</b>)</p>

## Anexo 20 – Tabela VI- Diários de Bordo das crianças/jovens 1ª Fase

<i>Categoria</i>	<i>Subcategoria</i>	<i>Evidências</i>
<i>Satisfação com as experiências e sessões</i>	Prazer	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Eu não gostei, eu adorei e claro que quero voltar. (<b>Sessão N°2 – Relato da criança C</b>)</li> <li>- Gostei muito deste dia. (<b>Sessão N°2 – Relato da criança D</b>)</li> <li>- Eu gostei deste dia porque brincámos muito e também gostei do tema de hoje que foi a arte. (<b>Sessão N°2 – Relato da criança E</b>)</li> <li>- Hoje eu gostei muito da sessão, porque tive dança. (<b>Sessão N°3 – Relato da criança G</b>)</li> </ul>
	Diversão	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hoje eu fui obrigada a vir brincar com a D. Catarina, mas até foi divertido. Quando chegou a hora de ir embora fiquei triste. (<b>Sessão N°3 – Relato da criança C</b>)</li> <li>- Hoje o dia foi engraçado e divertido, foi muito fixe. (<b>Sessão N°2 – Relato da criança G</b>)</li> <li>- O dia de hoje foi divertido, porque jogámos vários jogos que foram divertidos. Aquele que eu achei mais divertido foi o pistoleiro. (<b>Sessão N°2 – Relato da criança L</b>)</li> <li>- Eu hoje estive a desenhar, estive a jogar ao jogo do pistoleiro em roda. (<b>Sessão N°2 – Relato da criança M</b>)</li> </ul>

## Anexo 21 – Tabela VII- Diários de Bordo da Investigadora 1ª Fase – Mulheres/Mães

<i>Categoria</i>	<i>Subcategoria</i>	<i>Evidências</i>
<i>Satisfação com as experiências e sessões</i>	Prazer	- No final da sessão, algumas participantes confessaram mesmo que nunca se tinham rido tanto deste que estão na casa abrigo. <b>(15/02/2018)</b>  - As participantes referiam que gostaram muito do resultado final, e que era curioso que não estavam a ver os desenhos umas das outras, mas que havia desenhos que se ligavam através de alguns elementos que foram desenhados com casas, árvores, estradas e o sol. <b>(01/03/2018)</b>
	Curiosidade	- Ao longo deste esclarecimento, as participantes foram mostrando o seu interesse em participar no projeto, colocando dúvidas quanto ao horário das sessões, bem como a sua satisfação por poderem ter um espaço onde podiam descontraír e aprender. <b>(15/02/2018)</b>
	Diversão	- Ao longo da concretização deste retrato, as participantes mostraram-se muito animadas e divertidas. <b>(15/02/2018)</b>
		- As participantes estavam pouco recetivas à mesma, isto porque, segundo as mesmas, sentiam-se envergonhadas e com alguns risos pelo meio. Assim, como o grupo era pequeno, este exercício acabou por ser pouco ativa e dinâmica. <b>(22/02/2018)</b>
	Falta de motivação / Insatisfação	- Nesta sessão, a participante G não estava muito recetiva à mesma, sendo que não quis pintar o seu desenho e a elaboração do mesmo foi de uma forma muito rápida, (...) “hoje não estou com muita vontade de desenhar, mas o meu filho tem muito jeito para o fazer” <b>(01/03/2018)</b>
<i>Memórias</i>	Refúgio	- A participante J referiu que gostou muito da sessão, pois conseguiu mexer-se e “isso faz falta cá em casa, estamos sempre sentadas sem fazer nada.” <b>(22/02/2018)</b>
	Linguagens artísticas (impacto)	Dizer o que representou no seu desenho, sendo que grande parte deles representavam as suas casas, mas também o que desejam no seu futuro. <b>(01/03/2018)</b>
	Colegas	- Estavam muito divertidas e colaborativas em ajudar as colegas. <b>(15/02/2018)</b>

*Relação com o  
outro*

	<p>- Apesar de estarem poucas participantes, estas estavam muito animadas e entusiasmadas, a movimentarem-se e ajudarem-se mutuamente na criação de passos, mas também na execução dos mesmos. <b>(22/02/2018)</b></p>
Relação Mãe/ Filho	<p>- No entanto, a participante G referiu que as sessões não iriam ser fáceis, uma vez que a sua relação com o seu descendente não era fácil, justificando que “quando ele está comigo tem uma atitude, quando está sem mim é um bom miúdo”. <b>(22/02/2018)</b></p>
Poucos participantes	<p>- As participantes referiram que tiveram “pena” de estarem poucas porque “hoje era um bom dia, para se divertirem todas, através da dança”. Contudo, estas afirmaram que foi uma boa sessão e que gostariam de repetir mais vezes estas dinâmicas, de modo a poderem mexer-se e a movimentar-se. <b>(22/02/2018)</b></p>

## Anexo 22 – Tabela VIII- Diários de Bordo da Investigadora 1ª Fase – Crianças/Jovens

<i><b>Categoria</b></i>	<b>Subcategoria</b>	<b>Evidências</b>
<i>Satisfação com as experiências e sessões</i>	Prazer	- A criança/jovem C e a criança/jovem G gostaram muito da ideia de poder dançar. <b>(24/02/2018)</b>
	Curiosidade	- O grupo está mais disposto e foi-se entregando cada vez mais ao jogo. <b>(17/02/2018)</b>
	Diversão	- A criança E realizava um movimento e estes repetiam conforme o ritmo da música. Era visível a animação destes na execução dos movimentos e na atividade. <b>(24/02/2018)</b>  - Nesta primeira fase da sessão, as crianças estavam muito bem-dispostas e a gostar da atividade, o que era visível através das suas expressões faciais (sorrisos) e corporais (corriam, saltavam, rebolavam no chão davam gargalhadas). <b>(24/02/2018)</b>
	Insatisfação	- Na atividade apenas a criança/jovem E não a queria realizar dizendo “eu não gosto de dançar, não quero fazer”. <b>(24/02/2018)</b>
<i>Relação com o outro</i>	Colegas	-Nesta atividade de escreverem o diário e o personalizarem, existiu entre as crianças mais novas e as mais velhas uma interajuda na criação do seu diário. <b>(17/02/2018)</b>  - O grupo estava todo a interagir, sendo que a criança/jovem E acabou por realizar esta atividade com a criança/jovem K e a criança/jovem A <b>(24/02/2018)</b>  A criança/jovem B que quase nunca interage com os colegas nem com as atividades referiu “gostei muito de estar aqui hoje”. <b>(24/02/2018)</b>  - Estes ou estavam a criar movimentos sozinhos, ou estavam em pequenos grupos, sendo que estes grupos não eram sempre os mesmos. <b>(24/02/2018)</b>

## Anexo 23 – Tabela IX- Diário de Bordo das Mulheres/Mães - 2ª fase

<i>Categoria</i>	<i>Subcategoria</i>	<i>Evidências</i>
<i>Satisfação com as experiências e sessões</i>	Diversão	<p>- Esta foi a 2ª vez que eu pude participar nestas atividades e tenho a dizer que me diverti muito. (<b>Sessão N° 1- Relato da mulher/mãe A</b>)</p> <p>- São sempre uma diversão as nossas tardes de sábado. (<b>Sessão N° 2- Relato da mulher/mãe F</b>)</p> <p>- Olá, eu sou a mãe da “criança O”. Foi a 1ª vez que viemos à atividade... gostámos e foi muito divertido. (<b>Sessão N° 1- Relato da mulher/mãe I</b>)</p> <p>- Oi, eu sou a Mãe “das crianças, P, Q e R”. Gostei muito das atividades que decorreram hoje, fomos todos muito criativos. E as crianças adoraram bastante. (<b>Sessão N° 1- Relato da mulher/mãe K</b>)</p>
	Linguagens artísticas	<p>- A atividade de hoje foi relacionada com o teatro, uma das coisas que eu gosto (...). Tivemos de inventar uma pequena história em tão pouco tempo, foi muito divertido. Apesar de não ter saído lá grande coisa, deu para nos divertirmos imenso. (<b>Sessão N° 2- Relato da mulher/mãe C</b>)</p>
<i>Família</i>		<p>- Hoje eu vim acompanhar a minha filha “C” para que ela não viesse sem a presença da mãe e os outros meninos estivessem com as suas mães. Jogámos à mímica e a “C” acertou várias vezes. (<b>Sessão N° 1- Relato da mulher/mãe A</b>)</p> <p>- O jogo da mímica foi muito divertido, principalmente porque foi feito em conjunto com o meu filho. A parte de fazer o retrato da família foi muito boa e educativa para os meninos. Este dia foi muito bom, pois as atividades foram feitas em conjunto com os nossos filhos, adorei. (<b>Sessão N° 1- Relato da mulher/mãe C</b>)</p> <p>- O dia de hoje foi muito criativo, foi com o meu filho e eu adorei fazer o desenho. É um belo passatempo. (<b>Sessão N° 1- Relato da mulher/mãe D</b>)</p> <p>- Foi bastante divertido o jogo entre mães e filhos, diverti-me imenso. Participar seja com o que for com os nossos filhos é</p>

	<p>muito bom, adorei (...) A minha família é o essencial para mim. <b>(Sessão Nº 1- Relato da mulher/mãe F)</b></p> <p>- Curiosamente, hoje a minha filha “C” tinha-me dito para não a acompanhar, mas depois, na hora, veio chamar-me ... e divertiu-se... <b>(Sessão Nº 2- Relato da mulher/mãe A)</b></p> <p>- Este dia foi superdivertido, trabalhar com o meu filho é sempre muito bom. <b>(Sessão Nº 2- Relato da mulher/mãe C)</b></p>
--	---

## Anexo 24 – Tabela X- Diário de Bordo das crianças e jovens - 2ª fase

<i>Categoria</i>	<i>Subcategoria</i>	<i>Evidências</i>
<i>Satisfação com as experiências e sessões</i>	Prazer	<p>- Adorei este dia. (Sessão N°3 - <b>Relato da criança C</b>)</p> <p>- Gostei muito desta atividade e espero voltar a repetir. (Sessão N°2 - <b>Relato da criança C</b>)</p> <p>- Gostei muito desta atividade e espero voltar a repetir. (Sessão N°1 - <b>Relato da criança D</b>)</p> <p>- Eu gostei muito do dia de hoje, das atividades. (Sessão N°2 - <b>Relato da criança E</b>)</p> <p>- Hoje gostei muito da atividade, joguei ao jogo da cadeira, foi um jogo fixe. (Sessão N°5 - <b>Relato da criança M</b>)</p> <p>- Hoje gostei muito. (Sessão N°1 - <b>Relato da criança Q</b>)</p>
	Diversão	<p>- Hoje foi divertido porque fizemos mímica. (Sessão N°2 - <b>Relato da criança C</b>)</p> <p>- Hoje gostei do dia, foi divertido. Jogámos ao jogo das cadeiras e dançámos (a criança desenhou um coração). (Sessão N°5 - <b>Relato da criança C</b>)</p> <p>- Gostei muito desta atividade e diverti-me imenso. (Sessão N°5 - <b>Relato da criança D</b>)</p>
	Insatisfação	<p>- Eu não gostei muito deste dia, porque foi dança e eu não gosto muito de dançar. Pronto, foi por isso que eu não gostei deste dia. (Sessão N°3 - <b>Relato da criança E</b>)</p> <p>- Eu não gostei muito da atividade de hoje, porque quando estava a jogar o jogo das cadeiras, a “mãe B” começou a chamar-me nomes: a dizer que eu era o mais velho, era o mais burro, só porque eu magoei a “criança w” sem querer. (Sessão N°5 - <b>Relato da criança E</b>)</p>
	Linguagens artísticas	<p>- Hoje eu gostei da sessão porque estivemos a jogar a um jogo que tinha estátuas e escultores, e os escultores tinham que construir a estátua. Depois, com essas informações tínhamos que fazer um teatro. Também estivemos a jogar um jogo em que se</p>

*Família*

tinha de andar ao som do movimento que ouvíamos. **(Sessão Nº2 - Relato da criança G)**

- Hoje fizemos de estátuas, eu e a minha mãe. Depois disso fizemos um museu em que eramos estátuas e onde depois eramos os visitantes. A seguir os meus colegas fizeram peças de teatro a que eu assisti e gostei. **(Sessão Nº2 - Relato da criança L)**

- Esta atividade feita pela Dra. Catarina Guedes é essencial para as crianças e para os adultos de todas as idades. Eu gostei muito e espero manter-me em contacto com a Dra. Eu adorei. Beijinhos **(Sessão Nº3 - Relato da criança G)**

- Hoje nós fizemos uma atividade em que uma pessoa ficava com os fones a ouvir música. Com 2 sílabas tinham de cantar essa música e nós tínhamos de adivinhar. Gostei da atividade. **(Sessão Nº3 - Relato da criança L)**

- Eu gostei deste dia. Sabem porquê? Porque fizemos desenhos de acordo com a nossa família! **(Sessão Nº1 - Relato da criança C)**

- Eu gostei muito do dia do desenho e de desenhar a minha família. **(Sessão Nº1 - Relato da criança E)**

- Hoje foi um dia muito fixe, porque estivemos a fazer um desenho da família. **(Sessão Nº1 - Relato da criança G)**

- Para mim, foi importante estes momentos que passei em família, porque nos ajudam a estarmos juntos sem ninguém a perturbar-nos. **(Sessão Nº3 - Relato da criança G)**

- No dia de hoje fiz um desenho com a minha mãe que representava a nossa família num jardim. O desenho ficou bom. Na nossa opinião, gostámos muito. **(Sessão Nº1 - Relato da criança L)**

## Anexo 25 – Tabela XI - Diário de Bordo da Investigadora- 2ª fase

	<b>Subcategoria</b>	<b>Evidências</b>
<i>Satisfação com as experiências e sessões</i>	<b>Prazer</b>	<p>- A criança/jovem E, apesar de estar a jogar sozinha, estava muito ativa no jogo. <b>(10/03/2018)</b></p> <p>- A mulher/mãe C referiu que esta ia ser uma das atividades que tinha planeado realizar no domingo, mas que tinha gostado muito de a fazer na sessão. <b>(10/03/2018)</b></p> <p>-Na segunda atividade (...) “Estátuas”, os participantes continuaram com a sua boa disposição <b>(17/03/2018)</b></p> <p>- As histórias apresentadas pelo grupo foram muito divertidas e viu-se nas expressões deles que estavam com uma grande satisfação na realização da mesma. <b>(17/03/2018)</b></p> <p>- Quando a atividade terminou, as crianças pediram para continuar a atividade porque estavam a gostar muito, deste modo prosseguimos mais algum tempo com esta atividade <b>(24/03/2018)</b></p>
	<b>Entrega</b>	<p>- As crianças presentes gostaram muito da atividade, sendo que as crianças mais envergonhadas tiveram uma grande abertura e envolveram-se bastante na atividade. <b>(24/03/2018)</b></p> <p>- Hoje não poderia estar presente porque tinha que ir à advogada resolver uns problemas, contudo esta mencionou “a minha filha C não vai comigo, porque ela me pediu muito para ficar hoje cá para ir à atividade com a Catarina” <b>(07/04/2018)</b></p>
	<b>Diversão</b>	<p>- As famílias estavam bastante entusiasmadas e participativas nesta atividade. <b>(10/03/2018)</b></p> <p>-Os participantes estiveram muito alegres nesta atividade, eram visíveis os seus sorrisos bem como a integração e interação do grupo todo nesta atividade <b>(17/03/2018)</b></p> <p>- O entusiasmo das crianças era visível por fazerem esta atividade (...) deu-se início à atividade, sendo visível a satisfação das crianças no jogo <b>(07/04/2018)</b></p>
	<b>Abandono</b>	<p>- A mulher/mãe D e a criança/jovem L apenas participaram uma vez, sendo que esta participação só se realizou após alguma existência por parte de alguns elementos do grupo. <b>(10/03/2018)</b></p> <p>- Durante a execução desta atividade a mulher/mãe B apareceu com as suas filhas N e O e juntou-se ao grupo, sendo que mais uma vez decidiu abandonar o grupo sem dar qualquer justificação quando comecei a explicar o segundo exercício. <b>(24/03/2018)</b></p>

*Relação  
Parental*

	<p>- A mulher/mãe B tentava convencer a sua filha a não jogar mais porque podia cair e magoar-se seriamente. Após esta perceber que não conseguia que a filha fosse embora, esta desistiu e saiu da sala. <b>(07/04/2018)</b></p>
	<p>- Quando estava a explicitar o exercício, a mulher/mãe B decidiu abandonar a sessão com as suas filhas N e O sem qualquer explicação. <b>(17/03/2018)</b></p>
Participantes por sessão	<p>-Nesta sessão estiveram presentes 3 mulheres e 10 crianças sendo que apenas 3 delas são filhos das participantes que estavam presentes. Apesar de as mães das restantes crianças estarem na casa abrigo, não quiseram comparecer. <b>(24/03/2018)</b></p> <p>- No momento de reflexão, as mulheres/mães presentes na sessão mencionaram que estas atividades só fazem sentido com as mães presentes e, quando estas não estão, as crianças não deveriam ir pois isso comprometia o grupo e as atividades. <b>(24/03/2018)</b></p> <p>- Estavam presentes 13 crianças e a mulher/mãe B (...) Sendo a única progenitora presente, esta pediu para não realizar as atividades, preferindo apenas ficar a observar as crianças <b>(07/04/2018)</b></p>
Conflitos	<p>- A mulher/mãe G não ficou muito contente quando o filho E decidiu retratar no desenho a figura materna, acabando assim apenas por ser o filho a desenhar. Esta família foi a única que não conseguiu terminar o seu desenho, sendo que a mulher/mãe G não colaborou com o filho, ficando apenas pela observação do mesmo. <b>(10/03/2018)</b></p> <p>- Era visível que algumas mães, por vezes, perdiam alguma paciência com os filhos de modo que se gerava alguma confusão (gritos). <b>(10/03/2018)</b></p>
Interação	<p>- Foi visível que em algumas famílias eram as mães que conduziam o desenho, enquanto noutras eram os filhos. <b>(10/03/2018)</b></p> <p>- Os participantes estiveram muito alegres nesta atividade, eram visíveis os seus sorrisos bem como a integração e interação do grupo todo nesta atividade. <b>(17/03/2018)</b></p> <p>- Na primeira ronda, grande parte dos escultores eram as mães, sendo que, quando os papeis se invertem, as crianças ficaram</p>

*Relação com o outro*

		<p>bastantes satisfeitas por poderem moldar as mães, e assim apareceram figuras muito divertidas. <b>(17/03/2018)</b></p> <p>- Durante os ensaios era notório que as mães tinham um papel mais diretivo e de decisão, sendo evidente que as crianças apenas executavam o que elas pediam. <b>(17/03/2018)</b></p>
	Relação entre crianças	<p>- Inicialmente, as crianças conseguiram cumprir com a atividade, contudo, estas tiveram mais dificuldades apenas quando sobravam apenas duas cadeiras. Então, começaram a trabalhar em equipa até conseguirem estar todos sentados, e o mesmo aconteceu quando apenas estava uma cadeira. <b>(07/04/2018)</b></p>

## Anexo 26 – Tabela XII- Diário de Bordo das Mulheres/Mães - 3ª fase

<i>Categoria</i>	<i>Subcategoria</i>	<i>Evidências</i>
<i>Satisfação com as experiências e sessões</i>	Prazer	- Gostei da atividade, é sempre muito engraçado e giro! ( <b>Sessão N°4 - Relato da mulher/mãe D</b> )
	Linguagens artísticas	- Fomos tirar fotos e ficaram engraçadas, foi divertido. ( <b>Sessão N°1 - Relato da mulher/mãe D</b> )  - A atividade foi uma surpresa para mim ( <b>Sessão N°4 - Relato da mulher/mãe A</b> )
<i>Projeto</i>	Construção do Autorretrato	- O “meu filho L” ajudou a fazer a tela, foi muito giro. ( <b>Sessão N°5 - Relato da mulher/mãe D</b> )  - Gostei do desafio. Ainda não fiz a tal montagem, mas à medida que pensava como me podia definir fui tendo ideias: Uma foto com a minha filha é importante (...) Lembrei-me de me definir por coisas que mostrem a minha essência, independentemente de eu a conhecer verdadeiramente ou dos outros a conhecerem ou verem. Há uma essência em mim que se vai demonstrando e denunciando silenciosamente (...) um olhar (...) o sorriso e o riso (...) o resto (...) as mãos (...) depois os pés. Tudo isto é um pouco do que sou no presente. O que sinto ao fazer esta montagem de um autorretrato? Sinto-me bem com as minhas escolhas, sinto que tudo isto me define no momento presente, embora às vezes pareça muito pouco, muito infantil, muito ilusório, mas quando penso que faz parte de mim e é importante, agradeço-o muito, compreendo-me e valorizo-me. Sinto que tenho de utilizar estas coisas simples, quase infantis, para ir em frente e viver o resto. Pode ser pouco, mas para mim é o que preciso para ter consciência e valorizar para fazer mais, e fazê-lo sentindo-me livre e de bem comigo, com a minha natureza e com a minha essência. ( <b>Sessão N°4 - Relato da mulher/mãe A</b> )
	Processo criativo	Há uma coisa muito gira: toda a vida lutei para contrariar sentimentos e emoções, desvalorizá-los, camuflá-los, reprimi-los, derrotá-los como inimigos. Tenho 45 anos. Agora aprendi que não vivendo unicamente e cegamente em função deles, eles

	<p>fazem parte de mim, são um pensamento importante que me ajuda a tomar decisões e preciso deles para ser feliz (<b>Sessão N°4 - Relato da mulher/mãe A</b>)</p> <p>- Fiz a montagem final, fiquei muito satisfeita. Gosto do meu placard. Ele ilustra a minha viagem nas C.A.V.V.D. com o propósito de mudar o rumo da minha vida. Há momentos em que me sinto insegura, apesar de tudo...até com pouca esperança..., mas olhando para o meu placard parece que fico mais confiante em mim e na minha coragem e capacidades...acredito ser a tal fénix que ressurge das cinzas, mais forte e sem necessidade se ser como as outras mulheres, mas de ser a mulher que sou. (<b>Sessão N°6 - Relato da mulher/mãe A</b>)</p>
Exposição	<p>- Fizemos a exposição, foi agradável (<b>Sessão N°6 - Relato da mulher/mãe D</b>)</p> <p>- Hoje montamos a exposição e chamamos-lhe “Autorretrato – Vidas Novas”. Apenas contou com 4 placardes... poucos, mas bons... (<b>Sessão N°7 - Relato da mulher/mãe A</b>)</p>

## Anexo 27 – Tabela XIII- Diário de Bordo da Investigadora - 3ª fase

<i>Categoria</i>	<i>Subcategoria</i>	<i>Evidências</i>
<i>Satisfação com as experiências e sessões</i>	Prazer	<p>- Foi visível nesta atividade a boa disposição do grupo, bem com o seu entusiasmo. (15/03/2018)</p> <p>- A segunda atividade (...) só veio confirmar a boa disposição do grupo, bem como a sua emoção satisfatória na realização da mesma. (15/03/2018)</p>
	Linguagens artísticas	- A mulher/mãe J referiu que gostou muito desta sessão, contudo “gosto mais de fotografar do que ser fotografada (...)” (15/03/2018)
		- Sendo esta sessão dedicada a fotografia, as participantes pediram algum tempo para poderem trocar de roupa, maquilhar-se e pentear-se. Achei importante dar algum tempo às participantes para se arranjarem, de modo a contribuir para uma melhor participação destas na sessão, bem como a melhoria de confiança e de autoestima das mesmas. (15/03/2018)
		- A mulher/mãe A confidenciou-me que a sua filha C, no passado sábado, tinha pedido à mãe para esta não ir, porque queria ir sozinha, contudo hoje tinha sido a sua filha a pedir para ela ir à atividade com a mãe. (29/03/2018)
<i>Projeto</i>	Construção do Autorretrato	<p>- De uma forma geral, é possível afirmar que as participantes gostaram muito desta sessão e que conseguiram trabalhar em equipa, bem como exportar-se à frente de uma câmara fotográfica. (15/03/2018)</p> <p>- A mulher/mãe D chegou à sessão acompanhada pelo seu filho L, e nervosa, (...) “ele já sabe onde eu estou, eu fiquei muito nervosa, peço desculpa por só vir agora, mas quero tentar distrair e assim o meu filho ajuda-me a fazer o meu quadro”. Apesar desta atividade ser um trabalho individual de cada participante, achei importante naquele momento que aquela família trabalhasse em conjunto, de modo a aliviar os seus problemas,</p>

	<p>mas também de forma a construir e desenvolver melhor a sua relação. <b>(05/04/2018)</b></p>
Exposição	<p>- Após ter falado com os técnicos, ficou marcado o dia e o local da exposição que, de acordo com as participantes, queria que esta se realizasse na casa abrigo, no corredor da entrada principal da mesma. <b>(13/04/2018)</b></p> <p>- A mulher/mãe E ficou surpresa por apenas estarem quatro quadros expostos. “Com tantas mulheres na casa só nos é que fizemos”, ao que a participante I respondeu “foram elas que perderam”. <b>(14/04/2018)</b></p>
Resultado Final	<p>- Todas as participantes mencionaram que os quadros tinham ficado muito bonitos e que tinham muito gostado de realizar esta atividade”. <b>(14/04/2018)</b></p> <p>- Após toda a exposição estar feita, algumas senhoras que residem na casa foram observar a mesma, onde surgiram alguns comentários: “está muito bonita”; “nem parece a “participante I””; “estas fotos foram tiradas cá”; ficou muito gira a exposição”. <b>(14/04/2018)</b></p> <p>-A mulher/mãe D mencionou “gostei muito destes dias, fez-me sentir útil, aqui na casa não há muito para fazer isto fez com que eu me distraísse e não penses noutras coisas”. Já a mulher/mãe A. referiu que “foi muito para mim a realização deste retrato porque marca uma fase de mudança na minha vida”. <b>(14/04/2018)</b></p>
	<p>-Apesar de estarem poucas participantes estavam muito satisfeitas com a realização deste trabalho, “eu hoje gostei muito de estar aqui a fazer este trabalho e quero continuar a vir para terminar” referiu a mulher/mãe B. <b>(29/03/2018)</b></p>

## Anexo 28 – Tabela XIV- Análise da Entrevista aos técnicos

<i>Categoria</i>	<i>Subcategoria</i>	<i>Evidências</i>
<i>Percepções dos técnicos sobre o impacto do projeto de intervenção na casa abrigo</i>	A importância das linguagens artísticas numa casa abrigo	<p>- Através das artes se consegue transmitir emoções, pensamentos e medos e ultrapassar alguns receios <b>(Relato do Técnico B)</b></p> <p>- São uma mais-valia na aquisição de competências pessoais e sociais <b>(Relato do Técnico A)</b></p> <p>-Estes projetos assumem uma grande importância na Casa Abrigo na medida em que propõem uma interação familiar, com recurso a metodologia lúdica. Ora se considerámos que as nossas utentes (mulheres e filhos a cargo) vêm de um ambiente familiar violento e destruturado, facilmente se entende a importância de atividades de cariz lúdico com promoção de dinâmica familiar. <b>(Relato do Técnico A)</b></p> <p>- promove a expressão de emoções, permite a comunicação através de formas diferentes como a arte, expressão corporal, dramatização. (...) Julgo que o recurso à imaginação, simbolismo e metáforas enriquece o processo de estabilização emocional dos utentes da casa abrigo <b>(Relato do Técnico C)</b></p> <p>-A experiência artística pode intensificar a expressão de vivências, bem como incrementar o equilíbrio emocional, desenvolver o autoconhecimento e autoestima, bem como estreitar laços afetivos. <b>(Relato do Técnico C)</b></p>
	Impacto nas Relações parentais	<p>- Este tipo de projeto tem muita relevância neste tipo de contexto-acolhimento em casa abrigo, pois permite que, através das atividades em que este se desenvolve, as utentes possam reforçar/estreitar relações entre si e seus filhos (...) Penso que de certa forma as atividades desenvolvidas contribuíram para reforçar laços. <b>(Relato do Técnico B)</b></p> <p>- Este tipo de projeto permite que através das atividades as utentes possam reforçar/estreitar relações entre si e seus filhos. <b>(Relato do Técnico B)</b></p> <p>- Quando as mães apresentam, no desenvolvimento do projeto, um crescimento da sua autoestima e autoimagem há objetivamente uma maior disponibilidade afetiva na relação parental. <b>(Relato do Técnico A)</b></p> <p>-Penso que o projeto, ao promover atividades que priorizam vínculo parental, acabam por estreitar laços afetivos nesse sentido. <b>(Relato do Técnico C)</b></p>
	Impacto da vida das mulheres/mães	<p>- Foram transmitidas emoções, bem como ultrapassados alguns receios, nomeadamente através da exposição fotográfica. (Relato do Técnico B)</p> <p>- As atividades lúdico-pedagógicas promovem a educação “não formal” e uma maior facilidade de aquisição de conhecimentos e capacidade de realização. Obviamente que isto se vai traduzir numa forma diferente de autoanálise das participantes. Cresce o</p>

	<p>sentimento de realização e o sentimento de bem-estar <b>(Relato do Técnico A)</b></p> <p>- Linguagem artística acaba por ser um veículo à expressividade da autoimagem e do autoconhecimento, contribuindo para uma melhoria da autoestima <b>(Relato do Técnico C)</b></p>
<p>Alterações/ Transformações</p>	<p>- A atividade de cariz lúdico e com dinâmica promove sempre uma maior envolvimento e motivação para a participação quer de adultos quer de crianças, bem como a assimilação dos conteúdos e objetivos. Consequentemente, observa-se que no decorrer da atividade há alteração de comportamentos quer nas mães quer nas crianças. Objetivamente se as mães no desenvolvimento da atividade superam algumas lacunas de autoestima, autoimagem, autovalorização, etc..., apresentam maior disponibilidade emocional para a responsabilização parental e para uma estratégia educativa mais assertiva. Consequentemente os filhos sentem essa alteração comportamental adquirindo um sentimento de maior segurança e efetividade no vínculo parental. <b>(Relato do Técnico A)</b></p> <p>- A lacuna neste projeto é mesmo o facto de, após as atividades, as aprendizagens e as alterações de comportamentos perdem-se e voltam às estratégias parentais anteriores. Portanto, conclui-se que se o projeto tivesse mais tempo iria permitir a consolidação das aprendizagens e a sustentabilidade das alterações comportamentais tanto nas mães como nas crianças. <b>(Relato do Técnico A)</b></p> <p>-</p>

## Anexo 29 – Tabela XV- Análise da Reflexão final das mulheres/mães e crianças/jovens

<i>Categoria</i>	<i>Subcategoria</i>	<i>Evidências</i>
<i>Percepções dos participantes sobre o impacto do projeto</i>	A importância das linguagens artísticas numa casa abrigo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sim, porque ajudam imenso. <b>(Relato da mulher/mãe D)</b></li> <li>- Gostei de participar, porque fizemos coisas diferentes e divertidas. <b>(Relato da criança/jovem L)</b></li> <li>- Promoveu interação e momentos de partilha e comunicação entre mães e filhas e famílias <b>(Relato da mulher/mãe A)</b></li> </ul>
	Impacto nas Relações parentais	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gostei de participar com o meu filho e de conviver com as minhas colegas. <b>(Relato da mulher/mãe D)</b></li> <li>- O que mais considere importante foi fazer isto com o meu filho (...) comecei a conversar melhor com ele. <b>(Relato da mulher/mãe G)</b></li> <li>- Pude interagir diretamente com o meu filho (...) Eu gostei de trabalhar com o meu filho e, como temos uma boa relação, foi fácil trabalharmos em conjunto. <b>(Relato da mulher/mãe C)</b></li> <li>- Gostei de brincar com a minha filha (...) tudo o que proporciona, um momento mãe e filha tem um impacto positivo. <b>(Relato da mulher/mãe A)</b></li> <li>- Fazer a tela com a minha mãe, porque foi com ela e porque foi a primeira vez que fiz algo do género com ela. <b>(Relato da criança/jovem L)</b></li> </ul>
	Impacto da vida das mulheres/mães	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sim, ajudaram-me a não pensar noutras situações da minha vida. <b>(Relato da mulher/mãe D)</b></li> <li>- Ajudaram a ser mais confiante (...) O modo de lidar com o meu aspeto físico. <b>(Relato da mulher/mãe E)</b></li> <li>- Ajudou-me a abstrair dos meus problemas e a ver que a vida é muito mais do que medos e sofrimentos. <b>(Relato da mulher/mãe C)</b></li> </ul>
	Alterações/Transformações	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sim, a ter liberdade de escolha. <b>(Relato da mulher/mãe E)</b></li> <li>- O mais importante foi a forma como éramos levados até conseguir fazer melhor, foi fantástico e muito divertido, ali nos expressávamos com liberdade e confiança. <b>(Relato da mulher/mãe E)</b></li> </ul>