

PROJETOS DE EXTENSÃO COMO CONTEXTOS DE DESENVOLVIMENTO DA RESILIÊNCIA – UMA EXPERIÊNCIA EM ARTETERAPIA

EXTENSION PROJECTS AS RESILIENCE BUILDING CONTEXTS – AN ART THERAPY EXPERIENCE

Diana Celina Puffal¹

Raquel Maria Rossi Wosiack²

RESUMO

Os projetos de extensão da Universidade Feevale, através de suas ações, possibilitam uma proposta de inclusão social. A Arteterapia constitui-se em uma das ações desses projetos e objetiva: melhoria das relações socioafetivas, evolução do nível de criatividade e desenvolvimento da resiliência. Para tanto, foram desenvolvidas atividades expressivas em encontros semanais, nos diversos grupos que acompanhei como bolsista e estagiária. A metodologia utilizada foi qualitativa, constituindo-se em uma pesquisa-intervenção que aponta que a produção do conhecimento tem um caráter interativo e a significação da singularidade pode ser considerada como nível legítimo da produção de conhecimento. Participaram desse estudo grupos de pessoas de diversos setores da comunidade, entre eles, usuários da Saúde Mental, grupo de terceira idade, crianças e adolescentes em situação de risco; todos participantes de dois projetos de extensão da Universidade Feevale. Neste trabalho, analiso alguns casos que me auxiliaram a buscar esclarecimentos, para melhor lidar com essas pessoas tão diferentes umas das outras e em tão semelhante sofrimento: a exclusão social. Através dos trabalhos arteterapêuticos desenvolvidos, constatou-se que os participantes iniciaram seus processos de autoexpressão, autoconhecimento e participação social. Conclui-se que a Arteterapia é um meio eficiente para o desenvolvimento da resiliência e, conseqüentemente, da inclusão social.

Palavras Chave: Arteterapia. Inclusão social. Projetos de extensão. Resiliência.

ABSTRACT

The extension projects at Feevale University, through their actions nurture a proposal for social inclusion. The Art Therapy constitutes one of the actions of these projects and aims the improvement of the socio-affective relationships, the evolution of the creative level and the development of resilience. We developed expressive activities at weekly meetings in various

¹ Diana Celina Puffal. Bacharel em Arteterapia pela Universidade Feevale. Novo Hamburgo. dianapuffal@feevale.br.

² Raquel Maria Rossi Wosiack. Psicóloga. Doutoranda em Ciências da Atividade Física e do Desporto pela Universidade de Cádiz (Espanha). Mestre em Educação pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Pós-graduada em Arteterapia pela Universidade Feevale. Coordenadora e professora de Arteterapia no curso de pós-graduação em Arteterapia na Universidade Feevale. Professora do curso de graduação em Arteterapia e raquelrossi@feevale.br.

groups that I accompanied as a scholarship student. The methodology employed was qualitative, being constituted in an intervention research which indicates that the production of knowledge has an interactive character and the significance of the singularity can be regarded as legitimate level of knowledge production. This study included groups of people from various sectors of the community, including users of mental health, group of seniors, children and adolescents at risk; all participants of two extension projects at Feevale University. In this paper I analyze some cases, which assisted me to seek clarification, to better cope with these people so different from each other and in such similar suffering: the social exclusion. Through the Art Therapy work it was found that the participants began their processes of self-expression, self-awareness and social participation. Art Therapy is an effective means for the development of resilience and thus social inclusion.

Keywords: Art Therapy. Social inclusion. Extension projects. Resilience.

1 INTRODUÇÃO

Neste artigo, descrevo alguns casos que me chamaram muita atenção, com os quais me deparei durante a prática como bolsista e estagiária em Arteterapia nos projetos de extensão da Universidade Feevale.

Ao participar de projetos de extensão como aluna bolsista, tive a oportunidade de colocar em prática a teoria vista e vivenciada em aula com populações diferentes e não menos importantes daquelas que conhecia. Atuando no Projeto Crianças de Canudos, realizei atendimentos arteterapêuticos com crianças e adolescentes encaminhados pelas escolas municipais e estaduais no bairro Canudos, Novo Hamburgo/RS, em espaços cedidos pela comunidade.

No Projeto Arteterapia - Instrumento de Transformação Social, também como bolsista, foi possível atender um grupo de senhoras de terceira idade. Nesse mesmo projeto, fui voluntária no Centro de Atenção Psicossocial – CAPS - de Santo Afonso, em Novo Hamburgo, RS, levando sessões de Arteterapia para um grupo de pessoas com diferentes sofrimentos psíquicos graves.

Em diferentes textos, lemos que algumas pessoas marcam nossa vida mais do que outras, algumas nos deixam mais fortes e outras, menos, isso de acordo com as afinidades que temos com uma ou com outra. Durante minha experiência como estagiária de Arteterapia, algumas vezes fiquei angustiada, pois me percebia com vontade de resolver os problemas de todos os atendidos nos grupos, o que evidentemente seria impossível. Mas, à medida que superava as minhas fragilidades, assumindo que não poderia mudar suas vidas, e, com o auxílio e o apoio de minha professora orientadora, me dei conta de que poderia plantar *sementes de paz e afeto* no coração de cada um. Assim me senti mais forte, não só como

profissional, mas como um ser muito mais humano. Os diferentes públicos com que atuei durante os estágios têm em comum o sofrimento ocasionado pela exclusão e a vulnerabilidade social.

A Arteterapia mostrou-se um meio eficaz para que eu pudesse atingir esses seres tão frágeis e sofridos, favorecendo aos participantes que se percebessem ativos, agentes de suas criações. Nas sessões, foi possível perceber que alguns participantes se permitiam viver seu processo criativo, outros nem tanto, e outros ainda ignoravam, mas, mesmo assim, eu me satisfazia, pois estavam ali, presentes e, de alguma forma, estavam sendo tocados.

2 EXCLUSÃO E AS FASES DO DESENVOLVIMENTO HUMANO

O conceito de exclusão surgiu no século XX, na França, entre as décadas de 50/60, a partir do aumento das populações fora do mundo do trabalho e consequente pobreza de um lado e prosperidade de outro. No Brasil, em 1970, aparece a denúncia de exclusão, discriminando pobres e determinadas etnias e raças.

No dicionário de Ferreira (1986), a palavra *exclusão* é descrita como ato pelo qual alguém é privado de determinadas funções e acrescenta que, na composição da palavra, está o prefixo *ex*, que separa, corta, inviabiliza a relação. Apesar de ser uma palavra relativamente nova, seu significado é conhecido pela humanidade há séculos, senão desde sua existência.

Esse tema é importante neste estudo, já que todas as pessoas que atendemos nos grupos dos projetos de extensão passaram pela experiência de serem excluídas e têm algum tipo de necessidade, seja de afetos, de atenção, causado pela situação de risco em que vivem, por algum transtorno de desenvolvimento e/ou por sofrimento psíquico.

Somos diferentes, essa é a nossa condição humana. Pensamos de jeitos diferentes, agimos de formas diferentes, sentimos com intensidades diferentes. E tudo isso porque vivemos e apreendemos o mundo de forma diferente. A questão não é se queremos ou não ser diferentes, mas, como seres humanos, nossa dignidade depende da diversidade, porque precisamos garantir o caráter subjetivo de nossa individualidade (HOFFMANN, 2004).

Historicamente sabemos que muitas pessoas enfrentaram (e ainda enfrentam) a exclusão de diversas formas, principalmente, os indivíduos com algum tipo de deficiência ou necessidade especial, ainda hoje percebemos que são vistos como diferentes em relação à maioria da sociedade.

Neste sentido, Jung refere que:

À medida que excluímos os outros, o fazemos conosco, uma vez que é a presença do outro que nos diz quem somos, como somos. Quando excluirmos esses olhares, excluirmos a possibilidade de incorporarmos as diferenças e as discordâncias dentro de nós mesmos. A formação para a diversidade começa em nos assumirmos como pessoas diversas, aprendendo a todo o momento com a diversidade dos outros. (1983, p. 59).

A exclusão pode ocorrer em diferentes fases do desenvolvimento: na infância, na adolescência, na adultez e na velhice.

2.1 INFÂNCIA

Sabe-se que o desenvolvimento do ser humano é vitalício, e que cada período de vida é influenciado pelo que aconteceu no anterior, afetando o que está por vir. Cada período tem suas próprias características e valor único, nenhum é mais importante ou menos que outro.

De acordo com Piaget (1999), estando a criança no período de estágio das operações concretas, seu pensamento vai se tornando objetivo e descentralizado, e ela passa a assimilar o ponto de vista do outro, alcançando a verdadeira comunicação. O raciocínio é concreto, usando sistemas logicamente organizados, sem considerar hipóteses.

Para Erikson (1998), esse é o estágio em que surge a importância de desenvolver o sentimento de competência ao dominar atividades escolares. A criança pode sentir-se inadequada e inferior, ao decepcionar os outros em função de suas dificuldades.

Nos grupos participantes deste estudo de crianças a adultos, observamos claramente o sentimento de inadequação e o esforço para voltarem a se sentir importantes.

2.2 ADOLESCÊNCIA

A adolescência é considerada como um período de transição entre a infância e a fase adulta. Fase em que há grandes transformações internas, pois a puberdade compreende as modificações biológicas, enquanto a adolescência envolve as modificações psicossociais que as acompanham.

Essa fase é caracterizada pela compreensão de conceitos abstratos, o adolescente passa a ser capaz de estabelecer hipóteses sobre as possíveis consequências e construir teorias a respeito do mundo. Demonstra a organização de ideias e pensamento dedutivo. O adolescente preocupa-se com questões humanitárias, morais, éticas, religiosas, de julgamento e de interesse mundial e acredita que é capaz de transformar o mundo com as suas próprias ideologias. De acordo com Piaget (1999), essa é a fase das operações formais, o ápice do desenvolvimento cognitivo.

Para Erikson (1998), essa fase se refere à crise de identidade x difusão de papéis. Na tarefa do adolescente que compreende a aquisição do sentimento de identidade pessoal, a crise abrange a redefinição da imagem corporal em função da perda do corpo infantil e da aquisição do corpo adulto. Em meio a toda essa transformação, esse ser busca o desenvolvimento de uma autonomia plena, estabelecer valores próprios e referências no grupo de iguais à medida que se distanciam dos modelos parentais, estabelecimento de um padrão de luta e fuga com a geração precedente, assunção de papéis sexuais, entre outros. É natural que nem todos esses desenvolvimentos ocorram em plenitude, e o indivíduo leva, para a próxima fase do ciclo vital, essas faltas.

2.3 ADULTOS

A passagem da adolescência para a idade adulta é caracterizada pela conquista de independência física e emocional dos familiares e de ter relações estáveis e íntimas com um parceiro. O objetivo primário da idade adulta é de tornar-se mais autônomo e menos dependente das pessoas e instituições e alcançar plena maturidade. A pessoa deve ter condições de se adaptar às demandas sempre mutáveis exigidas por essa parte mais longa de seu ciclo vital.

Para Erikson (1998), no início da vida adulta, os indivíduos devem passar pela crise entre intimidade e solidariedade x isolamento. A solução dessa crise depende de como o sujeito interage com o ambiente e, principalmente, de como o sujeito resolveu os conflitos anteriores. O senso de intimidade e solidariedade é necessário a uma união conjugal estável e a relações sociais e de trabalho satisfatórias. A intimidade, característica importante para os relacionamentos sexuais e de amizade, não atemoriza o sujeito que resolveu sua crise de identidade.

Passada a fase inicial da vida adulta, o adulto passa pela crise da estagnação, que se relaciona com a aquisição do senso de ter criado algo no trabalho e na família, no sentido de estabelecer orientação à geração vindoura ou melhorar a sociedade (Erikson, 1998). Para tanto, é necessário que o sujeito tenha adquirido identidades bem-sucedidas para si mesmo. E, quando isso não acontece, surgem as depressões e outros distúrbios.

2.4 TERCEIRA IDADE

Ao longo do ciclo vital, as funções físicas e mentais, aos poucos, entram em declínio, e, apesar de o processo de envelhecimento ser totalmente individual, na terceira idade, é mais acelerado. Para um envelhecimento bem-sucedido, a elevada satisfação da vida, a adequação do apoio social percebido e um senso de controle parecem constituir elementos especialmente importantes nessa fase (LISBOA e STOLZMANN, 2004). Para alcançar uma boa qualidade de vida, é preciso que haja uma adaptação à perda do trabalho, de amigos, do companheirismo, da posição, da autoridade na família, bem como ao questionamento sobre a competência física e mental do idoso. Também nessa fase a integridade leva ao senso de união e humanidade, sabedoria e esperança.

Atualmente, um dos maiores problemas que observamos nos idosos é justamente o isolamento em que são colocados, ou mesmo, buscam. Por não aceitação das mudanças físicas, por problemas de audição, por se sentirem doentes, pela dificuldade de locomoção, na realidade, são muitas as “causas”, que explicam, mas sem justificar o abandono que se observa.

Além das diferentes fases do desenvolvimento com as quais me deparei no transcorrer deste estudo, também me defrontei com diferentes transtornos mentais.

Não nos cabe diagnosticar a patologia ou a psicopatologia, nem determinar normalidades ou anormalidades, nossa intenção é mencionar os públicos atendidos nas sessões de Arteterapia.

Atualmente, parece cada vez mais natural considerar que uma pessoa de qualquer idade, tendo passado por um processo de exclusão, com os sofrimentos por ele causados, desenvolva algum tipo de transtorno. Seria como ativar um mecanismo psicológico de defesa frente à angústia criada por um conflito e sofrimento.

3 RESILIÊNCIA

Há pessoas que passam por situações difíceis ou momentos trágicos e conseguem se adaptar e retomar a vida. Mesmo sem sair ilesas, minimizam os efeitos nocivos que poderiam carregar da experiência. Essas pessoas são vistas pela Psicologia como resilientes.

A palavra *resiliência* e seu conceito vêm sendo utilizados há muito tempo pela Física e pela Engenharia, considerando tensão e compressão; já em 1807, o cientista Thomas Young usou esse termo descrevendo a noção de módulo de elasticidade (YUNES E SZYMANSKI, 2001). Como nos explicam Yunes e Szymanski (2001, p.16):

Poder-se-ia dizer que a tensão e pressão com deformação-não-permanente do material corresponderia à relação situação de risco, estresse e experiências adversas com respostas finais de adaptação ou ajustamento no indivíduo, o que ainda nos parece bastante problemático, haja vista as dificuldades em esclarecer o que é considerado risco e adversidades, bem como adaptação e ajustamento.

Tavares (2001) destaca que o processo de desenvolvimento da personalidade resiliente é possibilitado através de uma percepção de si mesmo e autoestima positiva, considera esses aspectos fundamentais, definindo a pessoa resiliente como quem apresenta comportamento adaptativo frente a uma ameaça.

Chegamos, então, à possibilidade de haver diferentes habilidades individuais que se desenvolvem a partir da história e da experiência de cada indivíduo. A resiliência é como uma qualidade de resistência e perseverança da pessoa humana face às dificuldades que encontra e mostra a evolução do conceito – das realidades materiais, físicas, biológicas, para as realidades imateriais ou espirituais (Placco, 2001).

Para Tavares (2001), o estresse nos primeiros anos de vida, a presença de doenças físicas, a superproteção e a incidência de conflitos familiares podem apresentar diferentes efeitos e afirma que a variação das respostas é individual. Portanto, a resiliência não pode ser vista como atributo do indivíduo.

Nesse sentido, as contribuições de Koller (apud Wosiack, 2010, p. 40) asseguram que:

[...] a família constitui um importante fator para o desenvolvimento de crianças resilientes e/ou vulneráveis. O bom relacionamento familiar, a competência materna e a capacidade de transmitir valores seriam fatores que favorecem o desenvolvimento da resiliência.

Portanto, as variações na sensibilidade dos indivíduos a riscos ambientais podem tanto ser geneticamente influenciadas como podem derivar das experiências vividas anteriormente. As consequências podem ser nocivas ao desenvolvimento psicológico ou não, dependendo das inter-relações entre os fatores mencionados.

Diante dos riscos, dos fatores estressores e da vulnerabilidade, cabe comentar que, entre os tipos de mecanismos de proteção a indivíduos que vivenciam tais situações, são oferecidas as sessões de Arteterapia como parte de suporte, com objetivo de estabelecer e manter a autoestima, a autoeficácia, através da presença de relações seguras e incondicionais, propiciar competência, determinação e o cumprimento de tarefas com sucesso.

A experiência do trabalho com Arteterapia proporciona a possibilidade de reconstrução e de integração de uma personalidade, colabora no autoconhecimento, na aquisição da autonomia, como objetivo ou meta para melhora da qualidade de vida, favorecendo assim o desenvolvimento da resiliência (URRUTIGARAY, 2003).

4 ARTETERAPIA

A Arteterapia tem como propósito dar forma e materialidade ao que é intangível, desconhecido ou reprimido. Assim, ela cumpre a função de liberar, comunicar, estruturar, transformar e transcender, configurar símbolos, deixar fluir sonhos, conflitos, desejos, afetos, energia psíquica bloqueada, e o arteterapeuta deve acolher o participante frente a essa liberação. Através do manuseio e da experimentação de materiais diversos, em atmosfera acolhedora e protegida, auxilia-se o despertar da percepção, da sensorialidade.

As sessões arteterapêuticas possuem uma metodologia simples, a partir de cinco passos, que se iniciam na sensibilização, passando para a motivação e a exploração dos materiais, do fazer artístico, a contemplação da obra e concluindo na análise da obra com o comentário das sensações durante todo esse processo.

Segundo Colagrande (2010), com as atividades arteterapêuticas, promove-se um novo olhar, podendo despertar um desejo de ser criativo e a crença de que somos criativos, descobrindo meios, habilidades, conhecimentos apropriados. Assim, criar algo que nos traga a oportunidade de novas descobertas e possibilidades internas, acalmando os comentários tão comuns como “não sei fazer”.

O fazer arte no critério arteterapêutico consiste em viabilizar o reflexo do processo histórico da pessoa e das tendências culturais, que se faz como indivíduo e como parte de uma sociedade.

Conforme afirma Urrutigaray (2003), a possibilidade de realizar algo novo atualiza o processo criativo. Através da utilização dos recursos da Arteterapia, é favorecido o processo pelo qual os conflitos e os acontecimentos particulares são significados a partir da compreensão dessa forma criada, sendo que a materialização propicia o confronto com realidades subjetivas atuadas nos comportamentos, mesmo que o indivíduo não tenha consciência destas.

À medida que a confiança no arteterapeuta cresce, estabelece-se o vínculo, o participante do grupo passa a confiar em si mesmo e a reconhecer suas habilidades, assim, passa a sentir a sua importância como integrante do grupo, iniciando um processo de inclusão social.

Diante da complexidade dos seres humanos, a inclusão é um processo que acontece gradualmente, pois estes trazem suas histórias, seus medos, seus preconceitos e diversas formas de entender o mundo e sua vida. Nesse sentido, a Arteterapia tem sido eficiente no processo de inclusão, uma vez que facilita o ingresso comum a todos, também favorece a aceitação das diferenças individuais, já que não se considera importante o nível de experiência pessoal anterior com materiais plásticos. O mais importante é que o sentimento de inclusão social pode ser experimentado, o que muito contribui para a estruturação ou reestruturação da identidade (URRUTIGARAY, 2003).

A utilização de atividades expressivas, segundo Wosiack (2010), pode ser um elemento protetor capaz de favorecer o desenvolvimento da resiliência, contribuindo na preservação da saúde mental de crianças, de adolescentes e de adultos, pode prevenir fatores de risco e fortalecer fatores protetores, facilitando, portanto, a inclusão.

5 METODOLOGIA

Este estudo utilizou uma abordagem qualitativa, pois relacionou os significados que as pessoas atribuem às suas experiências do mundo social e como compreendem esse mundo, constituindo-se em uma pesquisa-intervenção que aponta que a produção do conhecimento tem um caráter interativo e a significação da singularidade pode ser considerada como nível legítimo da produção de conhecimento.

A população atendida pelos dois projetos de extensão aqui mencionados tem em comum a situação de risco, a vulnerabilidade social e a exclusão, fatores determinantes para a escolha das atividades apresentadas aos grupos. No Projeto Crianças de Canudos, realizei atendimentos arteterapêuticos com crianças e adolescentes encaminhados pelas escolas municipais e estaduais no bairro Canudos, Novo Hamburgo/RS, em espaços cedidos pela comunidade. Os atendimentos aconteceram em oito grupos, estavam inscritos de oito a 12 crianças ou adolescentes, mas normalmente compareciam em menor número. No Projeto Arteterapia - Instrumento de Transformação Social-, atuei em diferentes espaços com públicos diferenciados: no Atelier Terapêutico no *Campus* I da Universidade Feevale e no grupo de Terceira Idade, foram atendidas mulheres da comunidade; no Centro de Atenção Psicossocial – CAPS –, no bairro Santo Afonso, em Novo Hamburgo, um grupo de adultos usuários da Saúde Mental do município, com diferentes psicopatologias.

As atividades desenvolvidas com os grupos atendidos seguiram uma mesma metodologia, sendo divididas em quatro tempos, como citamos anteriormente. Ao final de cada semestre, realizamos entrevistas com os participantes com a intenção de que cada um avaliasse como iniciou o semestre e como se sentia ao seu término, o que para nós também serviu como avaliação da evolução de cada um.

6 RELATO

Foram três anos e seis meses de atuação como arteterapeuta, nos projetos de extensão da Universidade Feevale, dos quais os primeiros 18 meses participei como bolsista do Projeto Crianças de Canudos. Em 2009, fui bolsista do Projeto Arteterapia Instrumento de Transformação Social e, ainda em 2010, atuei como voluntária deste último, atuando no CAPS Santo Afonso.

No Projeto de extensão Crianças de Canudos, atendi grupos de até 12 crianças ou adolescentes encaminhados pelas escolas municipais e estaduais do bairro Canudos, em Novo Hamburgo/RS. Os encontros aconteciam semanalmente, em espaços cedidos pela comunidade no bairro Canudos.

Nesse ambiente, perguntava-me o que fazer para que essas crianças e os adolescentes se vinculassem de fato à Arteterapia e ao projeto, pois era grande o número de inscritos e pequeno o número de presenças. Na realidade, seria necessária a participação da família, pois a sensação de abandono já vinha desde os pais, que não tinham motivação para progredir. A

construção desse vínculo iniciava-se no respeito e no crédito que davam ao projeto de extensão da Universidade Feevale, pois essa população reconhecia no projeto uma possibilidade de mudança, ainda que pensasse que esta viria somente de fora. Aos poucos, durante os atendimentos, esclarecemos que boa parte das mudanças que esperavam deveria vir de dentro para fora, a partir de suas lutas, de seus objetivos.

Aqueles participantes cujos pais os motivavam a vir aos encontros, dificilmente, faltavam e foi nesses participantes que percebi o efeito benéfico da Arteterapia. Esses pais relataram que seus filhos mudaram muito, e essas mudanças foram em diferentes aspectos.

A seguir, relaciono dois dos participantes dos grupos do Projeto Crianças Canudos, usando letras para preservação da sua identidade.

Tabela 1 – Participantes Projeto Crianças Canudos descritos no relato

Participante	Idade	Escolaridade
DaT	7	1º Ano
KeS	11	4º Ano

Fonte: elaborada pela autora.

6.1 EXPERIÊNCIAS NO PROJETO CRIANÇAS CANUDOS

Uma das mudanças que me chamou atenção foi de uma menina, DaT, que, aos sete anos, tinha dificuldades de fala. A menina foi encaminhada pela professora da sala de recursos da escola que eu atendia no bairro Canudos. Qualquer coisa que a menina falasse era de difícil compreensão e foi impressionante o resultado nas expressões artísticas.

No primeiro encontro, pedi que DaT se apresentasse através de um desenho. Ela desenhou algo que representava seu pai e seu cachorro ao lado de sua casa, como se observa na figura 1. Nas sessões seguintes, gostou muito de trabalhar com argila e tintas e, aos poucos, seus desenhos foram aumentando de tamanho.



Figura 1 – Desenho de DaT
Fonte: Arquivo da Autora.

Em todas as sessões, levo música para escutarmos durante a atividade. Com esse grupo, que já era pequeno, de pequenas crianças com grandes dificuldades de expressão, passei algumas semanas levando o mesmo CD com a música “O mantra de amor universal”, que, durante uma hora, canta “Amo Você”. Na segunda vez em que levei a mesma música, a menina começou a cantar, num primeiro momento, baixinho e, ao final da atividade, falou em tom de voz alto e claro, muito diferente das poucas sílabas sussurradas nos primeiros encontros.

Sua pintura teve mais força, mais cores, apesar de ainda ser visível a dificuldade de expressão, a evolução do processo acontecia. Como nos afirma Bello (2007), em vez de avaliar as pinturas com critérios da Arte contemporânea, poderíamos perguntar se expressamos honestamente nossos sentimentos. Assim, como se pode observar na figura 2, aos poucos melhorava sua autoconfiança e sua expressão evoluía para além da arte, também para a fala.

Emocionada, senti que havia tocado profundamente essa criança, dessa vez, de forma diversa, pois, além de eu procurar ouvi-la e entendê-la, ela recebeu dedicação e carinho e identificou-se com a música que trazia uma mensagem que lhe foi importante.



Figura 2 – Pintura de DaT
Fonte: Arquivo da Autora.

Esse fato me remete a Kandinsky (2000, p.73), que afirma: “O som musical tem acesso direto à alma. E aí encontra, porque o homem tem a música em si mesmo, um eco imediato”. Além do desenho e da pintura, essa foi a forma com que a menina passou a se expressar.

Semanas depois, a professora de recursos informou que DaT estava doente e, então, faltou muitas aulas, o que já era comum pela falta de condições da mãe em acompanhar a menina. Encerramos as atividades daquele ano e não a reencontrei.

Outro caso que me inspirou foi o de KeS, um menino de 10 anos, muito agitado, esperto, provocava briga com os colegas e depois ficava de fora olhando os demais brigarem. Seus desenhos normalmente eram feitos com traços firmes, mas sem colorido. Nas pinturas, era metódico e cuidadoso. Em uma reunião com os familiares, o pai de KeS agradeceu a atuação do Projeto e da Arteterapia na vida da comunidade e, principalmente, na de seu filho, pois o menino havia se decidido a continuar estudando, apesar de não gostar. Disse: “nunca mais quero passar vergonha de não saber o que me pedem, pois a arteterapeuta me pediu um terço de um copo de água, eu não sabia o que era e fiquei muito envergonhado. Decidi que vou estudar pra nunca mais me sentir assim”. Referia-se a uma atividade em que confeccionamos máscaras de ataduras gessadas, que se observa na figura 03, abaixo. Nessa situação, percebemos que não poderemos ser rígidos em só trabalhar com arte, mas confirmamos que a Arteterapia nos permitiu trazer as frações da matemática, assim como a literatura e outras disciplinas.



Figura 3 – Máscara de KeS
Fonte: Arquivo da Autora.

Sabemos que não podemos mudar a vida de todos, que não podemos eliminar todos os problemas que geram esse estado de violência vivenciado na atualidade, mas, sempre que encontrarmos pessoas que se permitirem receber o auxílio na busca de suas reais capacidades

e se interessarem em crescer como indivíduos, estaremos animadas em continuar a levar a Arteterapia para contribuir nesse processo de individuação e contribuir com pequenas doses na busca de um mundo de paz.

6.2 PROJETO ARTETERAPIA INSTRUMENTO DE TRANSFORMAÇÃO SOCIAL

Relaciono, no quadro abaixo, cinco dos participantes do Projeto Arteterapia Instrumento de Transformação Social, utilizo letras para preservação da sua identidade.

Participantes do Projeto Arteterapia Instrumento de Transformação Social

Tabela 2 – Participantes do Projeto Arteterapia Instrumento de Transformação Social descritos no relato

Participante	Idade	Escolaridade
JuB	39	Fundamental incompleto
DE	36	Fundamental incompleto
ArS	18	Ensino Médio
MaR	24	Fundamental incompleto
ArA	55	Técnica Contábil

Fonte: elaborada pela autora.

No CAPS do bairro Santo Afonso, o grupo atendido era composto de homens e mulheres de diversas idades, com diferentes patologias, as mais recorrentes eram depressão profunda e esquizofrenia.

Todos os participantes encaminhados às atividades arteterapêuticas estavam medicados, comportavam-se com apatia, tendo a maioria passado por situações de grande agressividade com familiares. Por isso, foi um grande desafio propor a cada encontro atividades que lhes possibilitassem a expressão de seus sentimentos mais ocultos e tão incompreendidos por eles mesmos.

Inicialmente, propus caminhadas nos primeiros 20 minutos de nosso tempo. Ao voltar à sala (atelier), sugeria alongamentos. Tanto os exercícios respiratórios e as automassagens quanto os relaxamentos deram um enfoque corporal às atividades, que, por meio do senso de percepção da consciência corporal trouxeram aos participantes maior integração consigo mesmos e com o grupo.

Foi muito interessante a resposta que recebi desse grupo no CAPS quanto aos alongamentos e às caminhadas, pois a maioria dizia que passara a fazer os alongamentos

diariamente e, quando esquecia por alguns dias, de repente, as articulações “reclamavam”, sentiam falta dos exercícios.

JuB, casada, 39 anos, morava com o marido e dois dos três filhos, tinha comportamento agressivo e estava em acompanhamento há dois anos. JuB dizia que, se pudesse, moraria ali, pois sentia-se muito bem no CAPS, não tinha vontade de ir embora.

Certa tarde, sugeri que cada participante do grupo se imaginasse como uma árvore, JuB representou somente uma casa, disse que estava dentro, pois não queria sair da cama, como podemos observar na figura 4, abaixo.



Figura 4 – A Casa de JuB
Fonte: Arquivo da Autora.

Nessa época, JuB era assídua e logo percebemos sua evolução. Passou a se arrumar melhor, usar batom e brincos. Um mês mais tarde, conseguiu se representar fora de casa, como se pode observar na figura 5.



Figura 5 – Desenho de JuB
Fonte: Arquivo da Autora.

Algumas semanas depois, ela conseguiu trabalho distribuindo panfletos. Percebemos esse fato como uma grande conquista de JuB, voltando a ter seu próprio salário, a cidadania. Mais uma vez a imagem anuncia o que vem a seguir. Por isso a necessidade de o arteterapeuta estar atento ao processo do participante, bem como de conhecer sua história de vida.

No caso de ArS, pode-se perceber o quanto a Arteterapia, ao utilizar recursos artísticos como forma de expressão, pode tornar bastante leve e até simples o processo que de início poderia nos parecer tão complexo. Nas sessões arteterapêuticas, tive oportunidade de presenciar o que Colagrande denomina como

[...] o poder despertar o desejo de ser criativo e, a crença de que somos seres criativos, despertar o que estava adormecido em nosso íntimo, descobrir meios, habilidades necessárias, conhecimentos apropriados para se criar algo que traga a cada um a oportunidade de novas descobertas e potencialidades. (COLAGRANDE, 2010, p. 65).

Essa descoberta aconteceu com ArS, rapaz de 18 anos, encaminhado ao CAPS pelo departamento do exército em que servia. Ele participou das atividades arteterapêuticas. Durante as atividades, ArS permanecia em silêncio e, quando questionado sobre sentimentos, limitava-se a dizer que estava bem e que havia gostado da atividade. Seus desenhos, suas pinturas ou suas obras com sucatas eram pequenos e elaborados com cuidado. Como, ao final da atividade, combinávamos a da semana seguinte, ele um dia perguntou se eu poderia ensinar a fazer cata-vento. E seu cata-vento ficou bem colorido, como se pode verificar na figura 6 abaixo.



Figura 6 – Cata-vento de ArS
Fonte: Arquivo da Autora.

Ao final do semestre, agradeceu-me por ter tido a oportunidade de descobrir o quanto poderia ser criativo. Disse: “*Não sabia que eu poderia fazer coisas tão bonitas*”. Algumas semanas mais tarde, eu soube que ele teve alta e voltou ao trabalho. Havia perdido o medo de viver, retomando sua autonomia e resgatando sua cidadania.

MaR, um rapaz com 24 anos, nos foi encaminhado na tentativa de observar se criaria vínculo no grupo de Arteterapia, uma vez que não permitia atendimentos em sala mais de uma vez em nenhum dos grupos pelos quais passou.

Para nossa surpresa, MaR compareceu ao grupo na semana seguinte. A atividade referia-se à contação de história e posterior representação de sentimentos. Ele com facilidade representou seus medos e suas preocupações (Figura 07).

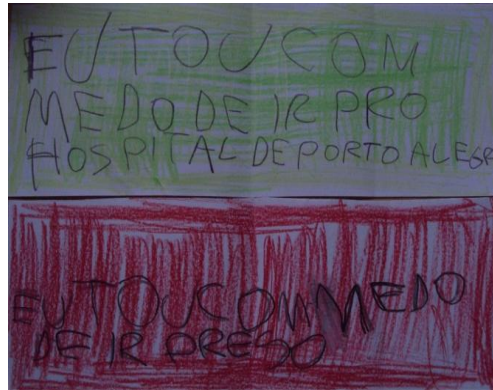


Figura 7 – Medos e preocupações de MaR
Fonte: Arquivo da Autora.

Percebemos que MaR, mesmo com suas dificuldades, permitiu que adentrássemos o seu universo.

No caso de MaR, a dificuldade de adesão ao tratamento já vinha da família. Na realidade, o que vemos é que poucas famílias participam, excluem o indivíduo, sem se dar conta de que não é suficiente procurar a instituição do CAPS e encaminhar o doente, mas acompanhá-lo e estimulá-lo a seguir o tratamento, não só medicamentoso como as sessões de Arteterapia.

Nem sempre executamos a proposta que levamos no planejamento, para tanto precisamos ser observadores o suficiente para percebermos o que nosso público pede a cada encontro. Isso aconteceu em diversos grupos, mas foi surpreendente quando, no grupo da Terceira Idade, por seis encontros compareceu somente uma mulher.

Durante uma sessão arteterapêutica, sugeri uma atividade que provocava a participante a dizer “Não”. E, quando sugeri que ArA se olhasse no espelho e repetisse “Não, eu não quero”, ela concordou e logo acrescentou: “Não, você não pode me obrigar”. Reagia com força e desabafou repetindo muitas vezes essa frase. Depois de alguns minutos, sugeri que ela pintasse suas sensações. Num grande pedaço de papel kraft, usou muitas cores e, quando pedi seu comentário, disse: “o meu Não é colorido, pois vou dizendo de mansinho, mesmo que os outros nem percebam, eu estou dizendo Não. O que importa é que Eu Sei, mesmo que eles demorem a perceber” (Figura 08).



Figura 8 – “Não” colorido
Fonte: Arquivo da Autora.

Aprender a dizer “não” foi um resultado que obtivemos de imediato, pois, ali mesmo no comentário de sua expressão, ArA percebera essa necessidade e então sentia a possibilidade de dizer não a algumas pessoas, mais especificamente a sua mãe, que a tratava ainda como uma adolescente inconsequente. Parecia evidente a vontade de ArA de dizer não, mas, por outro lado, o medo de dizê-lo, medo da repressão, que se repetissem as situações que vivenciou em sua infância, quando se sentia obrigada a concordar com a mãe, que era autoritária.

Em outro encontro, no relaxamento, foi sugerido que imaginasse um círculo entre as sobrancelhas e que, a cada inspiração, esse círculo cresceria tomando conta de todo o seu corpo físico. Sugerir que imaginasse sua mente sendo tomada por esse círculo, depois, suas emoções e, logo, seu espírito.

Para expressão, entreguei uma folha recortada em círculo, para expressar a sensação do corpo físico, e ela fez um desenho do pátio de sua casa e sobre esta um furacão negro (Figura 09).



Figura 9 – Pintura de ArA
Fonte: Arquivo da Autora.

Entreguei uma segunda folha e pedi que desenhasse algo que pudesse modificar essa energia do furacão negro, ao que ela respondeu com outra pergunta: “como tirar o furacão?”

Ela mesma respondeu à sua pergunta: “com muito amor”. Então, ArA desenhou um coração azul e descreveu que: o desejo de coração leve, tranquilo, sem peso de cobranças, com liberdade e amor (Figura 10).



Figura 10 – Desejo de coração
Fonte: Arquivo da Autora.

No ano seguinte, por telefone, soubemos que ArA continuava forte, seguindo suas conquistas. Contou, ainda, que teve coragem de construir a casa de alvenaria com que tanto sonhava e de desmanchar o chalé onde morava antes.

7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Cada indivíduo que passou pela experiência do grupo arteterapêutico chegou de um jeito e saiu de outro. Alguns ficaram pouco tempo, outros voltaram muitas vezes, mas todos, podemos afirmar, se conheceram melhor. Ficou a cargo de cada um a profundidade com que se conheceriam. Em suas criações, mostraram suas dores, destruíram algumas e construíram lentamente um novo indivíduo, mais forte, dentro da proposta de aceitação pessoal. A maioria dos participantes afirmou que se sentia bem ao final das atividades.

A grande dificuldade que percebi, ao analisar esses dados, foi que, em todos os espaços, a frequência do público dependia do sol e do calor, ou seja, em dia de chuva e frio, essas pessoas raramente saem de casa. O vínculo com qualquer terapia é muito frágil, então, também a frequência às oficinas de Arteterapia da maioria desses participantes se limitou a até três meses no máximo. Somente naqueles que se permitiram sentir mais profundamente a cada sessão, percebemos mudanças importantes, além do fato de voltarem na semana seguinte.

Usando a arte, cada participante descobriu potencialidades e um ser interno criativo e, a partir dessas descobertas, iniciou a transformação de sua vida.

Percebi, ao final, que as atividades corporais e o relaxamento realizado antes das atividades plásticas possibilitaram uma melhor concentração e atenção nos trabalhos realizados, aumentando, dessa forma, a satisfação em relação à obra realizada e um melhor rendimento entre o grupo, refletindo na convivência familiar e social.

O exercício dentro dos Projetos de Extensão possibilitou a conscientização da inclusão social para as pessoas atendidas e também para mim, pois, por mais que eu pensasse não ter preconceitos, perguntei-me inúmeras vezes: em que mundo eu vivi até meus 50 anos? Com certeza, não é esse que conheci nos projetos. E hoje sou muito mais feliz por ter contribuído com sementes de paz e afeto na vida dessas pessoas.

REFERÊNCIAS

BELLO, S. **Pintando sua Alma**: método de desenvolvimento da personalidade criativa. Rio de Janeiro, RJ: Wak Editora, 2003.

COLAGRANDE, C. **Arteterapia na Prática**. Rio de Janeiro, RJ: Wak Editora, 2010.

ERIKSON, E. H; ERIKSON, J. M. **O Ciclo de Vida Completo**. Porto Alegre, RS: Artes Médicas, 1998.

FERREIRA, A, B. de H. **Novo Aurélio**: o dicionário do Século XXI. São Paulo, SP: Nova Fronteira, 1999.

HOFFMANN, J. **Avaliar para promover – As setas do caminho**. Porto Alegre, RS: Mediação, 2001.

JUNG, C. G. **O desenvolvimento da personalidade**. Petrópolis, RJ: Vozes, 1983.

_____. **Psicogênese das doenças mentais**. Petrópolis, RJ: Vozes, v. 3, 1986.

KANDINSKY, W. **Do espiritual na arte**: e na pintura em particular. São Paulo, SP: Martins Fontes, 2000.

LISBOA, C.; STOLZMANN, M. M. **Conceito, Teorias e Discussões Atuais em Psicologia**. Novo Hamburgo, RS: Feevale, 2004.

NACHMANOVITCH, S. **Ser Criativo**. O poder da improvisação na vida e na arte. São Paulo, SP: Summus, 1993.

PIAGET, J. **Seis Estudos de Psicologia**. Rio de Janeiro, RJ: Forense Universitária, 1999.

PLACCO, V. M. N. S. Prefácio. In: TAVARES, José. (Org.). **Resiliência e Educação**. São Paulo, SP: Cortez, 2001. p. 7-12.

PRODANOV, C. C.; FREITAS, E. C. **Metodologia do Trabalho Científico: Métodos e Técnicas da Pesquisa e do Trabalho Acadêmico**. Novo Hamburgo, RS: Feevale, 2009.

TAVARES, J. **Resiliência e Educação**. São Paulo, SP: Cortez, 2001.

URRUTIGARAY, M. C. **Arteterapia: a transformação pessoal pela imagem**. Rio de Janeiro, RJ: WAK, 2003.

WOSIACK, R. M. R. **Intervenções Expressivas no Contexto Terapêutico**. Novo Hamburgo, RS: Feevale, 2010.

YUNES, M. A. M.; SZYMANSKI, H. Resiliência, noção, conceitos afins e considerações críticas. In: TAVARES, J. (Org.). **Resiliência e Educação**. São Paulo, SP: Cortez, 2001, p. 13-42.