

## REFLEXO(ÃO)

Kaynara Kismili Dellani Heckel<sup>1</sup>, Guilherme César Goldoni Puntel, Thaimã Petry, Raissa Salete Pawelkiewicz Bicz, Maria Eduarda Custódio Jackoski, Liamara Teresinha Fornari<sup>2</sup>

O cenário atual tem mostrado grande número de pessoas que, após a pandemia, passaram a apresentar problemas psicológicos. Considerando esse elemento, nosso projeto tem como tema principal o "espelho" como um instrumento de reflexão. Nosso objetivo principal é proporcionar ao participante um momento pessoa para com pessoa, onde poderá refletir diante ao espelho, tendo um maior entendimento de quem ela é naquele instante. Importante destacar que em momentos de reflexão é possível perceber que em meio a todo caos existem soluções, que todo labirinto tem uma saída. E que alguns momentos e técnicas podem ajudar as pessoas a entender que para todo problema tem uma solução e com algum esforço é possível conseguir sair de situações difíceis. Um dos métodos bastante utilizados vem da psicanálise, que consiste em fazer com que o/a paciente possa conectar com sua própria mente e assim entender a si mesma/o e poder arrumar soluções para seus problemas. A metodologia adotada será uma dinâmica na qual o espelho será utilizado como meio para podermos realizar o trabalho, onde dentro da cabine feita com panos escuros e uma luminária estará apoiado sobre um banco e a parede, e ali estará sendo reproduzido um áudio no qual será gravado pelos próprios alunos participantes do projeto, citarão pequenos trechos da obra "O Espelho - João Guimarães Rosa", em meio a esse momento a pessoa que estará participando da atividade terá a oportunidade de ter uma maior conexão com seu eu interior. Temos como propósito final o intuito direcionado ao interagente, em que ele possa aproveitar aquele momento consigo mesmo, uma parada no dia para destinar um tempo ao autoconhecimento e consequente dimensionamento dos problemas e situações vivenciados. Além disso podemos considerar a satisfação individual dos próprios integrantes do grupo em estar proporcionando um instante de aprendizado, conhecimento e ponderação de quem estiver participando.

**Palavras-chave:** Reflexão, espelho, autoconhecimento.

---

<sup>1</sup> Autor para correspondência: kaynaraheckel@gmail.com

<sup>2</sup> Orientador(a)