

Artigo Relato de Experiência

Símbolos de poder ser si mesmo no adolescer: o espaço arteterapêutico promovendo escuta, diálogo e ressignificações

Symbols of being able to be oneself in adolescence: The art therapeutic space promoting listening, dialogue and resignifications.

Dilaina Paula dos Santos¹

Resumo: O universo do adolescente nos dias de hoje e suas vicissitudes sendo visitado pela Arteterapia na perspectiva de oferecer um espaço ritualístico de escuta de si mesmo, expressividade, diálogo e ressignificação de perspectivas. Foi desenvolvido um estudo sobre um recorte de processo arteterapêutico que observou as reflexões dos adolescentes sobre suas manifestações simbólicas e o empoderamento diante de seus pares.

Palavras-chaves: Adolescentes. Vivência arteterapêutica. Símbolo. Escuta. Ressignificação.

Abstract: The universe of a teenager nowadays and his complexities being visited by art therapy aiming to offering a ritualistic place where He can express, reframe and listen to himself as well as dialog with other teenagers. The research developed is about a frame in the process of art therapy and the reflexion of teenagers about symbolic manifestation and empowerment among their peers.

Keywords: Teenage. Art therapy experience. Symbol. Listening. Resignification.

¹ Graduada em Artes Plásticas e Pedagogia; Arteterapeuta e Psicopedagoga clínica titulada pela ABPp Mestre em Artes pela UNESP. Atuação em contexto clínico com crianças, adolescentes e grupo de mulheres Supervisora de casos clínicos. Coordenadora e docente de cursos de Pós-Graduação em Arteterapia. Conselheira Científica da Revista da AATESP. Palestrante em eventos científicos e entidades educacionais. Autora de livros do livro: Psicopedagogia dos Fantoques: Jogo de imaginar, construir e narrar, editado pela Vetor, e de outros artigos na área. Diretora gerente da AATESP gestão 2019/2020. <http://lattes.cnpq.br/0046752029255450>

Introdução

Durante os muitos anos de minha trajetória como arteterapeuta atendi em meu atelier prioritariamente crianças. Crianças que chegaram à puberdade rumo à adolescência. Mudanças para um novo ciclo se divisavam e me desafiava a acompanhá-las em seu novo momento. Por outro lado, era possível verificar um aumento significativo no interesse pelo método arteterapêutico por parte de pais de adolescentes. Talvez possamos dizer que viam na Arteterapia a possibilidade de oferecer-lhes uma nova forma de expressão para suas angústias que não apenas a verbal na tentativa de diminuir a tão conhecida resistência do adolescente frente à possibilidade de submeter-se a terapia.

A partir da nova demanda tive que mergulhar em pesquisas formais e procurar apoio das famílias, dos adolescentes e escolas para compreender um pouco melhor essa nova forma de estar no mundo, NOVA com todas as letras que essa palavra pode conter porque o adolecer de hoje não é mais o mesmo de 32 anos atrás, quando tive meus primeiros contatos na área da educação com jovens.

A observação de grupos de adolescentes em suas conversas, expressões, formas de convívio, assim como a leitura de artigos e a participação em palestras e rodas de discussão, me levaram a questionamentos e reflexões das mais variadas.

Além do universo profissional, o pessoal também me arrastou para esses encontros. Meu filho adolescente, que a cada dia me questionava, me orgulhava e me desestabilizava, provocou em mim uma postura de empatia para com aqueles pais que chegavam até mim. Pude então vivenciar na pele, na carne, no osso e no coração aquilo que antes era só vivenciado na mente.

Considerando que este estudo se fundamenta numa abordagem interacionista, importante ressaltar que esses adolescentes atendidos por mim, fazem parte de um recorte do que vivemos no Brasil, uma vez que temos uma diversidade muito grande de pessoas de acordo com a região em que vivem e do grupo socioeconômico- cultural em que estão inseridos. Podemos observar essas diferenças pelo que a sociologia nomeia de estratos sociais ou classes sociais, a partir de determinados critérios:

especificidades culturais que identificam as várias camadas sociais nos seus **gêneros de vida** (...). Poderemos distinguir os diversos estratos sociais, pela riqueza do vocabulário, pelas profissões desempenhadas, pela maneira de vestir, na ocupação dos tempos livres, pela localização e decoração da habitação, pelos tipo de conduta quando recebem ou se dirigem a alguém, pelos valores sociais objectivados pelo seu empenhamento no trabalho, na sociedade e na educação dos filhos.

<https://sites.google.com/site/sociologiaemaccao/8-desigualdades-identidades-sociais/classes-e-estratos-sociais1>)

Combinando esses critérios, que incluem categorias socioeconômico e culturais, torna-se possível agrupar os membros de uma dada população ou grupo social em classe alta, média e baixa cada uma com especificidades próprias, como por exemplo a combinação de nível de escolaridade, linguagem, bairro de residência, nível financeiro, entre tantos.

Os adolescentes por mim atendidos pertencem à classe média da cidade de São Paulo, frequentadores de escolas particulares ou públicas de boa qualidade, que praticam atividades extracurriculares e que vivem com suas famílias de origem

De acordo com a teoria histórico cultural de Vigostki, 2007, podemos compreender o sujeito não apenas pelos processos de maturação genética ou biológica, mas também pela influência do meio no qual ele está inserido. Ele observa que o funcionamento psicológico da pessoa e suas questões afetivas são

decorrentes do entrelaçamento de diversos fatores, sendo que o cultural desempenha um papel de suma importância.

A fase da adolescência, por sua complexidade, é uma fase de muitas conturbações, por isso os especialistas dos campos da saúde e educação vêm buscando reflexões a partir de pesquisas, assim como os adultos responsáveis por eles.

Reflexões que, para se tornarem ações efetivas levam em conta vários aspectos, numa compreensão histórica, cultural e individual, observando a complexidade do desenvolvimento estudada por Vigostki, Outeiral, Lievegoed, Byington, e por outros autores que discorrem sobre esse ciclo vital.

Jung não se ateve a questões referentes ao desenvolvimento do adolescente, mas em sua obra deixa claro que o processo de desenvolvimento pessoal, chamado processo de individuação, se desenvolve durante toda a vida, pois o germe da personalidade já existe desde a primeira infância. Para ele, é na fase da adolescência que ocorre o nascimento psíquico. (JUNG, 2013).

Para entendermos esse mundo adolescente é preciso compreendermos a origem de tudo isso. Estaria esse começo na palavra “adolescência” uma vez que palavra é símbolo e símbolo carrega significado?

O termo adolescência data do início do século passado. Antes disso, esse período era visto somente como uma transição da infância para a idade adulta devido às mudanças físicas, sem nenhuma observância das questões emocionais e sociais.

A palavra “adolescente” vem do particípio do verbo “*adolescere*”, que em português é equivalente a “crescente”: olescer (crescer) e ad (para). Interessante

também que “adolescer” é originário da palavra “adoecer”. Outeiral (2003), observa que esses termos indicam uma condição de crescimento tanto físico quanto psíquico, sendo que transformações mentais e biológicas, com a presença de sofrimentos emocionais, estão presentes. Essa etapa, atualmente, é considerada uma fase em si mesma, pois quando usamos o termo puberdade, estamos nos referindo a mudanças biológicas.

O Estatuto da criança e do adolescente, considera a pessoa até 12 anos de idade incompleto como criança, e a que tem entre 12 e 18 anos como adolescente. (E.C.A, 2019). Já a Organização Mundial da Saúde considera a adolescência o período entre os 10 e os 19 anos, e a divide em três fases:

- Pré-adolescência – dos 10 aos 14 anos,
- Adolescência – dos 15 aos 19 anos completos
- Juventude – dos 15 aos 24 anos.

Em 2003, Outeiral caracterizava a adolescência pela definição da própria identidade, abordando a divisão desse ciclo em 3 etapas:

- “Adolescência inicial”, dos 10 aos 14 anos, em que as transformações corporais trazem insegurança, ocorre um afastamento das figuras parentais e aumento da fantasia.
- “Adolescência média”, dos 14 aos 17 anos, marcada pelas questões relativas às atividades sexuais, pela busca da independência e inclinação a atividades de risco.
- Adolescência final”, dos 17 aos 20 anos, em que se observa o envolvimento com questões profissionais, novos vínculos parentais e aceitação do corpo adulto.

Considerando o estudo de Outeiral (2003), os adolescentes por mim atendidos encontravam-se na adolescência média, em que a crise de relacionamento com os pais se potencializa, pois o caminho para o si mesmo, para a própria individualidade requer rupturas.

Podemos então observar que a adolescência é um período em que importantes transformações ocorrem, ampliando o universo do adolescente. Isso faz com que amplie também sua dimensão social sendo o ambiente sociocultural externo ao de sua família um dos fatores mais importantes nessa etapa.

Inicia-se aqui uma jornada na qual o jovem se depara com várias questões sobre si mesmo, na tentativa de entender qual é o seu lugar e o seu papel no mundo, assim como o que pode oferecer ao mundo e o que pode receber dele. Questões bastante difíceis de serem respondidas. Essa é a jornada da busca da identidade, de sua própria subjetividade. Jornada nada fácil, pois está repleta de fatores que desorganizam o adolescente, considerando entre elas as cobranças sociais para que façam e assumam escolhas. Somando-se a elas, temos ainda as turbulências da atualidade sobre as quais discorrerei mais adiante.

Encontramos no ambiente familiar e escolar uma grande dificuldade em compreender e lidar de forma adequada com os adolescentes. Este fato tem adoecido também toda a sociedade, o que sugere urgência de reflexões sobre a complexidade que acompanha esse período.

A complexidade do adolescente

A primeira dicotomia encontrada é que o adolescente tem maturidade para algumas coisas e imaturidade para outras. Do ponto de vista físico, é olhado como um adulto, mas do ponto de vista psicológico, ainda como uma criança.

Nessa fase ocorre um enorme salto no desenvolvimento físico. Pelo fato de seus corpos exigirem muita energia, os jovens geralmente apresentam um apetite voraz, geralmente dormem e acordam tarde. Mudanças hormonais ocorrem. É um corpo novo que se organiza e que apenas dá notícias de como será. O luto pelo corpo de criança que vai embora e o recebimento desse novo corpo nem sempre é tranquila, medos e inseguranças surgem e junto com elas, a dificuldade de aceitação. Notamos que as meninas são as que estão mais em contato com essas mudanças relacionadas com o aparecimento da menarca.

Em nossa cultura, com intensidade maior ou menor para cada indivíduo e em um tempo sempre pessoal, verifica-se que o adolescente nega, inicialmente, suas transformações. Em seguida, vive a ambivalência entre o desejo de permanecer no estágio infantil – regressão –, e a necessidade de continuar a sucessão normal de desenvolvimento – progressão (...). A autoimagem, construída ao longo dos anos da infância, será necessariamente reformulada a partir de novos esquemas corporais e de novas modalidades de relacionamento consigo próprio, com a família e com a sociedade. (MINISTÉRIO DA SAÚDE 2017, p.85-86)

Ainda segundo o Ministério da Saúde (2017), nesta fase aparece uma necessidade muito grande da vivência grupal e o sentimento de pertença é fundamental, já o de exclusão pode gerar insegurança, baixa autoestima, ansiedade, etc.

A alteração hormonal altera também o humor, fazendo com que vivenciem polaridades diferentes em pouco espaço de tempo, o que acarreta mais insegurança para eles. Se expressam muitas vezes de forma impulsiva, pois ainda não possuem habilidades para lidar com o corpo, colocando muitas vezes em risco sua integridade física.

Adolescentes apresentam uma mudança cognitiva significativa. Segundo a teoria de desenvolvimento de Piaget (2011), eles se encontram no pensamento

abstrato, isto significa que não necessitam mais do objeto concreto para conhecê-lo e que têm uma condição muito maior para refletir e argumentar, assim como levantar hipóteses. O pensar de forma mais filosófica faz com que queiram transformar o mundo naquilo que consideram correto.

Lievegoed, 1987 observou que, como o mundo vai se tornando maior para os adolescentes, começam a refletir sobre esse mundo e seu papel nele. Quais são as suas potencialidades, como são vistos pelos outros e que lugares vão ocupar, são perguntas que começam a constituirlos.

Estas perguntas ainda não podem ser respondidas, o que causa insatisfação, ansiedade e angústias. É muito comum observarmos os adolescentes absortos em seus próprios pensamentos, “brisando”, como eles costumam dizer.

Em relação aos estudos notamos uma dispersão maior, pois o foco volta-se para assuntos diferentes dos conteúdos, mas a exigência escolar aumenta e tudo vai se tornando mais difícil. Os jovens começam a perceber o que gostam de estudar, aquilo que sabem desenvolver com facilidade, avaliam suas capacidades e dificuldades individuais e a dos outros, descobrindo dessa forma o que querem para si.

As experiências sexuais vão se tornando mais intensas, assim como o interesse pelos relacionamentos amorosos, Jung (2013) afirma que o relacionamento amoroso só é possível pela diferenciação gradual do outro, que ocorre com a consciência de si mesmo.

Quando esses jovens são compreendidos e bem orientados, com liberdade para manifestarem suas personalidades, conseguem organizar melhor suas próprias concepções a respeito do mundo e, desta forma, vão se tornando mais

independentes, se diferenciando de seus pais e se identificando com os grupos que convivem.

Em suma, trabalhar essas questões na atenção à saúde dos adolescentes e jovens difere da assistência clínica individual e da simples informação ou repressão (...) a adoção de um comportamento preventivo e o desenvolvimento de habilidades que permitam a resistência às pressões externas, a expressão de sentimentos, as opiniões, as dúvidas, as inseguranças, os medos e os preconceitos. A proposta é reforçar as condições internas de cada sujeito para o enfrentamento e resolução de problemas e dificuldades do dia a dia. (MINISTÉRIO DA SAÚDE 2017, p.38-39)

O adolescente hoje

Pontuamos acima que a adolescência é um momento repleto de turbulências. Como foi dito, os adolescentes são acometidos de medos e inseguranças pelo novo que os aguarda. Além de não saberem como ficará seu corpo, se vão conseguir corresponder ou não ao que se espera deles, vivenciam polaridades relacionadas à alteração hormonal e questões afetivas próprias da idade.

Geralmente ainda não sabem o que querem para si. Esse fato é agravado pelo contexto atual do mercado de trabalho. Temos hoje profissões que, daqui há quatro anos ou menos, não teremos mais. Inseguranças são intensificadas e o medo vai se tornando tão grande que os recursos internos parecem se tornar insuficientes para enfrentá-lo. Esses adolescentes estão expostos a muitas demandas sociais, familiares, afetivas, corporais, mas possuem poucos recursos internos para lidar com elas.

Vivenciam momentos de extrema alegria e extrema tristeza. Tomados pelas polaridades não conseguem integrar cada parte delas dentro de si, ficando nos estados depressivos ou idealizando a felicidade.

Notamos atualmente que as experiências são muito mais virtuais do que concretas. As redes sociais promovem a visão para uma imagem que se apresenta e não o olhar para uma pessoa. A necessidade do sentimento de pertencimento do adolescente, atualmente é traduzida no desejo de serem reconhecidos a qualquer custo. Mostram-se conectados o tempo todo, em estado de alerta para não perderem nada. No mundo midiático e virtual, recebem muitas informações, mas passam por poucas experiências.

A informação não é experiência. E mais, a informação não deixa lugar para a experiência, ela é quase o contrário da experiência, quase uma antiexperiência (...) a informação não faz outra coisa que cancelar nossas possibilidades de experiência. O sujeito da informação sabe muitas coisas, passa seu tempo buscando informação, o que mais o preocupa é não ter bastante informação; cada vez sabe mais, cada vez está melhor informado, porém, com essa obsessão pela informação e pelo saber (mas saber não no sentido de “sabedoria”, mas no sentido de “estar informado”), o que consegue é que nada lhe aconteça. (Bondia, 2002, p.22).

O estar nos lugares é expresso através de fotos momentâneas, e não de uma presença significativa. Pouco participam da natureza do mundo, do ciclo das estações do ano, do dia e da noite, em que os movimentos relacionados ao nascimento, crescimento e morte estão presentes.

Não participando dessa natureza não reconhecem a natureza que existe dentro deles mesmos. Dos ciclos internos, em que algo se vai para algo nascer. Sentem-se desprovidos de símbolos que lhes façam sentido. Buscam a satisfação por algo que está fora deles: o corpo perfeito, o número de *likes* para se sentirem amados, a aprovação de pessoas e grupos sociais.

Numa tentativa de encaixe, frustram-se. Porque o corpo nunca é perfeito, o número de *likes* é sempre menor do que o desejado. Não existe a consciência de que a aprovação ou a desaprovação momentâneas, dizem pouco sobre eles. A

supervalorização da aprovação/desaprovação faz com que não consigam ver as várias partes de si mesmos.

Tudo isso tem gerado angústia extrema, expressa em doenças psicossomáticas como ansiedade, depressão, distúrbios alimentares e em práticas de riscos à integridade física, como automutilação, vícios, e até suicídio.

A ausência de rituais de passagem que os desafiem a trilhar o próprio caminho para se empoderarem de algo, habilitando-os a uma nova fase da vida, acaba por colocá-los muitas vezes nessas situações arriscadas. Na busca dessas vivências ritualísticas, confundem-se com situações que lhes são oferecidas muitas vezes de forma desrespeitosas à condição humana.

Esses jovens necessitam com urgência de espaços para a expressão de seus sentimentos, assim como entendimento e ressignificação do que os acomete. Precisam descobrir seus valores escutando a si mesmos para escolherem seus próprios percursos

A busca do si mesmo e a Arteterapia

A criança necessita ser aceita e se adapta às exigências familiares, por isso ela é bastante influenciada pelo ambiente em que vive. Já o adolescente se afasta de seus pais para buscar a própria identidade. Grimberg (2003), observa que os arquétipos do Pai e da Mãe na adolescência não são mais predominantes, dando espaço ao surgimento do arquétipo do herói.

O herói é aquele que segue uma jornada em busca de suas potencialidades e, ao encontrá-las, empodera-se delas para usá-las a serviço de sua vocação.

Para encontrar as respostas ligadas ao seu lugar e papel no mundo, há de se trilhar um caminho. O caminho da busca do Si mesmo. Para tanto, esses

adolescentes necessitam de um ambiente cortês, que os encoraje a dar os primeiros passos para atravessar a ponte. (LIEVEGOED, 1987)

A trilha para o si mesmo só é efetivamente percorrida através do contato com esse “eu” interno, com o silêncio de sua mente. É dali que surgem as vozes internas que darão expressão aos sentimentos mais profundos.

(...) a possibilidade de que algo nos aconteça ou nos toque, requer um gesto de interrupção, um gesto que é quase impossível nos tempos que correm: requer parar para pensar, parar para olhar, parar para escutar, pensar mais devagar, olhar mais devagar, e escutar mais devagar; parar para sentir, sentir mais devagar, demorar-se nos detalhes, suspender a opinião, suspender o juízo, suspender a vontade, suspender o automatismo da ação, cultivar a atenção e a delicadeza, abrir os olhos e os ouvidos, falar sobre o que nos acontece, aprender a lentidão, escutar aos outros, cultivar a arte do encontro, calar muito, ter paciência e dar-se tempo e espaço. (Bondia, 2002, p.24).

Para escutar essas vozes, dar vazão aos sentimentos, podemos usar a arte. Valladares –Torres (2021), afirma que as produções de arte dão oportunidade ao paciente vivenciar o si mesmo de forma mais espontânea porque são manifestações do seu “eu” interno e isso gera novo “sentido” à sua vida.

Algumas propostas vêm sendo realizadas em Arteterapia com o intuito de aproximar mais os adolescentes deles mesmos. Propostas estas cujo objetivo maior é o de promover mais contato e percepção do si mesmo.

A Arteterapia pode ser pensada então como uma possível intervenção com adolescentes, nessa etapa da vida, pois promove a expressão das suas vozes internas através da linguagem simbólica. Para Santos (2015), “O símbolo é o representante de desejos, sentimentos e pensamentos, servindo como objeto de projeção.” (p. 104).

Valladares – Torres diz ainda que:

A Arteterapia permite a conexão com a vida simbólica para fortalecer a criatividade e a resiliência. Igualmente proporciona um diálogo com as

imagens internas de cada pessoa, pois a arte é um processo que possibilita com que os conteúdos do inconsciente cheguem à consciência de forma mais fluida, sem ser interditada pelo Ego na busca pelo autoconhecimento. (VALLADARES-TORRES, 2021, p. 144)

Conforme os adolescentes vão conhecendo a si mesmos, sentimentos, potenciais e tendências pessoais podem ser acessados, assim como dificuldades, tornando mais claro o caminho a ser trilhado, assim como as estratégias de caminhada.

Interessante observar que aquilo que é manifestado na expressão artística durante o trabalho arteterapêutico, revela para eles partes de si mesmos que no dia a dia não conseguem perceber. Colocar luz sobre esses aspectos ajuda-os a sair de uma polaridade e se autorregular.

A experiência da Arteterapia em grupo tem sido de grande valia. O compartilhamento da experiência traz um sentimento de pertença, pois a “conversa” de sua obra construída com as do grupo, revela que muitos dos sentimentos são comuns a todos.

A intervenção arteterapêutica

As oficinas arteterapêuticas desenvolvidas com os grupos de adolescentes aconteciam uma vez por semana com uma hora e meia de duração. No início de cada encontro, privilegiávamos a escuta de seus relatos sobre a semana pós último encontro. Em seguida, fazíamos um momento de respiração para que os participantes pudessem se situar e perceber-se, em que cada um se permitia adentrar-se no “aqui e agora”, se preparando para a atividade a ser realizada. Na sequência, eram realizados exercícios para estimular a presença no aqui e agora do espaço sagrado onde o trabalho arteterapêutico se realizaria: diferentes técnicas de

respiração, imaginação dirigida, trabalhos corporais, de movimento, histórias pertinentes aos temas que seriam trabalhados.

As propostas eram realizadas durante alguns encontros em que, a partir de uma atividade plástica, outra era sugerida, possibilitando a transposição de uma linguagem para outra. A linguagem corporal, musical e verbal faziam parte do processo, amplificando as percepções que se estabeleciam no decorrer da prática.

A amplificação simbólica em Arteterapia tem como conceito: conjunto de estratégias expressivas que facilitam a compreensão do significado de um símbolo, permitindo sua aproximação aos processos secundários de elaboração (consciência), contribuindo para expansão da estruturação emocional. Vai utilizar-se de estratégias construídas através de atividades que permitam uma elaboração pré-verbal através da transposição de linguagens expressivas, buscando encontrar canal mais facilitado para cada indivíduo, e na pesquisa do material que oferece melhores condições expressivas para configuração de um determinado símbolo. (PHILIPPINI, 2018, p. 18)

O grupo formado por cinco adolescentes, três do sexo feminino e dois do sexo masculino, começou a trazer questões relacionadas às formas que agiam nos grupos sociais, cujos temas tinham a ver com bebidas em baladas, comunicação por redes sociais. Além disso, havia uma preocupação relacionada ao lugar em que iriam frequentar o ensino médio. Os participantes do grupo se conheciam desde muito, por terem estudado juntos desde a infância.

Notei que a busca deles incluía a necessidade de pertença e ao mesmo tempo era expressa uma necessidade de diferenciação. Nas conversas surgiam questões do tipo: “Será possível estarmos com os grupos sem fazermos as mesmas coisas que eles?”, “Como saberemos o que é bom e o que não é pra gente?”.

Configurava-se assim a necessidade do encontro com o Si mesmo, evidenciando toda a demanda que foi apontada anteriormente sobre o universo do adolescente na atualidade.

O processo de individualidade ocorre quando as posições, do “eu” e do “outro” são consideradas, mas para tanto o “eu” precisa se afirmar. Byington pontua que “não podemos entender a relação democrática Eu-Outro sem a participação da consciência individual e coletiva”. (2019, p. 139).

Ao longo de minha trajetória de atendimento a esse grupo, segundo o meu ponto de vista, eles precisavam entrar em contato com seus corações, o grande sábio, pois era lá que suas vozes internas moravam. Então ocorreu-me que o coração é o lugar do compasso, que cada um tem seu próprio ritmo, como numa banda, numa orquestra, em que cada músico toca um instrumento, mas estão todos na mesma toada. A obra se torna única.

Os instrumentos que mais se assemelham ao ritmo do coração são os instrumentos de percussão. Do latim “*percussione*” significa choque de corpos. Quando instrumentos são batidos, agitados, raspados ou friccionados, vibram, emitindo sons ou ruídos. Eles são os mais antigos instrumentos musicais já observados nas civilizações primitivas. Sempre foi usado em festas e celebrações, ritos de todos os tipos e em todas as partes do planeta, sendo que, percebemos particularidades que identificam cada cultura.

A proposta de cada adolescente produzir seu próprio instrumento de percussão começou a se delinear. Experimentando, observando, realizando escolhas, eles poderiam desenvolver uma maior escuta de si mesmos, assim como uma melhor percepção de movimentos, numa conexão com seus sentidos e sentimentos. “Numa” experiência verdadeira, como observa John Dewey (2010).

Nesse tipo de experiência há uma inteireza, os aspectos cognitivos, afetivos e práticos se encontram presentes e conectados. A diferença entre ter experiências e ter “uma” experiência é que enquanto naquela temos dispersão e interrupções devido a não inteireza, nesta nos envolvemos em busca de um fim, há uma intenção no realizar. Esse

envolvimento, essa intenção, possui qualidade estética. (...) É na inteireza da ação que ocorre a experiência... (SANTOS, p. 36, 2006).

O produto dessa experiência, neste caso os instrumentos de percussão e tudo o que eles revelam (movimentos, forma, sons, ritmos), seriam objetos simbólicos que revelariam a essência de cada adolescente. O diálogo com esses instrumentos possibilitaria conhecer-se, identificar-se, empoderar-se de quem são. Ainda citando Dewey (2010), apud Santos (2006), que aponta que os verdadeiros símbolos são aqueles que representam experiências reconhecidas pelo indivíduo.

O compartilhamento do próprio som e a criação de uma nova música, em que todos os sons individuais fizessem parte, teve como objetivo a expressão da essência de cada um e, ao mesmo tempo, do sentimento de pertencimento a algo maior, ao coletivo. A identidade do grupo estaria sendo construída.

Proposta lançada e aceita com entusiasmo! Convidei-os a escolherem latas e tubos de papelão e explorarem objetos como pedras e grãos diferentes, que dentro das latas e tubos, produzissem sons. Depois houve uma exploração de movimentos para que os sons fossem produzidos até que chegassem a um som que mais os agradasse. Feito isso, customizaram as latas e tubos de forma que os sons fossem expressos pela linguagem plástica.

As consignas foram:

- Escolha suas sementes
- Perceba seus movimentos
- Escute seu som
- Escolha seu ritmo



Arquivo da autora



Arquivo da autora



Arquivo da autora



Arquivo da autora



Arquivo da autora

Sugeri que fizéssemos uma roda onde cada um ouviria em profundo silêncio e profundamente conectado com o seu coração, o som produzido individualmente pelo companheiro de grupo. Compartilharam suas impressões ao escutarem o som de cada um. Verbalizaram que o som que escutavam revelava como cada um era.

Uma imagem que fosse associada ao seu próprio som foi solicitada para ser expressa numa mandala e que a partir do símbolo criado escrevessem sobre o que “Minha música é”. A transposição para a linguagem escrita (registro em palavras, frases, poesia, narrativas) permitiu o diálogo com o que foi realizado, ampliando a consciência.

As consignas foram:

- Escute seu som
- Expresse seu som
- O que diz sua música?



Arquivo da autora



Arquivo da autora

Minha música é música da água com as conchas



Arquivo da autora



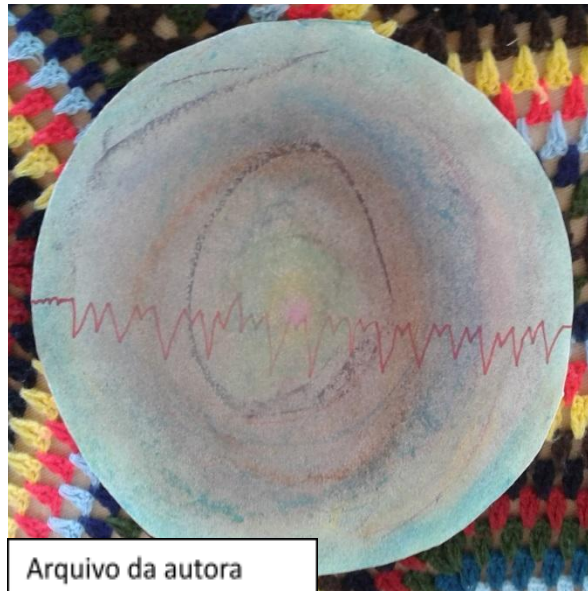
Arquivo da autora

Começa grave e depois fica mais fina na tampa, depois na volta, começa fino e termina grosso.

É uma música que me traz uma sensação de leveza. Me faz sentir como se os problemas sumissem e fosse apenas eu e o momento.



Arquivo da autora



Arquivo da autora

O coração e seus sentimentos

A música que eu toco me traz medo, paz, alegria e tristeza. Também me traz uma sensação de mudanças, transformações.



Arquivo da autora

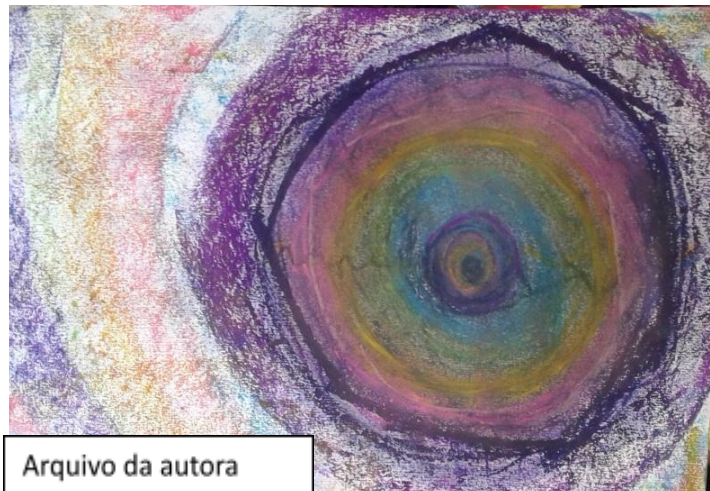


Arquivo da autora

A sensação que meu desenho trouxe é de liberdade, energia boa, coloridos.
 A música que eu toco vem da natureza, da praia, da natureza (floresta), os fenômenos dela. A suavidade e o silêncio da natureza. A sensação é muito boa.



Arquivo da autora



Arquivo da autora

A música que eu toco traz a sensação de compartilhar, dar, expandir, crescer.
 E quando a pessoa recebe ela melhora, transforma.

Para finalizar esse processo, sugeri que criassem uma música do grupo. Eles puderam se ouvir novamente, mas desta vez de forma a incluir cada som numa nova composição. Novas experimentações, novas percepções, novos compartilhamentos. Encontraram um som que identificou o grupo, mas concluindo que cada um pode participar sem perder a sua essência.

Levamos a reflexão feita a partir do processo para as discussões e questionamentos anteriormente trazidos. Eles conseguiram se tranquilizar porque perceberam que poderiam ser eles mesmos, fazendo coisas que consideravam boas para eles, isto é, poderiam levar consigo a sua música, onde quer que estivessem.

Considerações Finais

O contato com eles mesmos só pode ocorrer pela conversa que tiveram com os materiais e com suas expressões. Nesses momentos eles foram se tornando sujeitos da experiência, escolhendo o que iriam utilizar, quais movimentos realizar, quais palavras expressar. Desta forma puderam também se experimentar e se sentir seguros para as próprias escolhas.

Foi emocionante observá-los escutando a si próprios, escutando seus colegas. A escuta foi uma forma de olhar, não somente de ver como em outros contextos, mas de compreender como são e como o outro é em sua manifestação única. Suas vozes internas foram ouvidas.

A identificação de cada um como criador de si mesmos, a partir do criador interior, o Self, e como cada um se coloca no mundo, trazem a identidade. Philippini (2018) aponta que “Cada símbolo produzido no “setting” arteterapêutico poderá ser

compreendido simultaneamente em relação ao seu criador, nas suas ressonâncias subjetivas e biográficas" (p.16).

Em seus depoimentos ficou clara a percepção de que eles eram muito diferentes, mas a música ficou harmônica e necessitou de cada um dos instrumentos. Sentimento de pertencimento foi expresso por cada um deles em seus compartilhamentos orais. A criação da música coletiva os desafiou a buscarem um espaço de expressão genuína dentro do grupo. Poder tocar sua própria música e ser do jeito que é.

A intervenção arteterapêutica viabilizou a construção de subsídios internos para que pudessem desenvolver as suas subjetividades.

Os jovens, a partir desse processo, puderam trazer novos significados ao que viviam. Puderam também vivenciar rituais, junto ao seu grupo, empoderados de si mesmos para seguirem seus caminhos.

Data de recebimento: 14.01.2021

Data de aceite 1º parecerista: 02.05.2021

Data de aceite 2º parecerista: 26.06.2021

Referências bibliográficas

ALLESSANDRINI, Cristina Dias. **Oficina criativa e psicopedagogia**. São Paulo.

Casa do Psicólogo, 1995.

BONDIA, Jorge Larrosa. Notas sobre a experiência e o saber de experiência. IN:

Revista Brasileira de Educação. n.19 Rio de Janeiro, 2002.

BYINGTON, Carlos Amadeu. **Junguiana Revista Latino-Americana Da Sociedade Brasileira De Psicologia Analítica**. Volume 37-1/2019.

DEWEY, John. **Arte como experiência**. São Paulo, Martins Fontes, 2010.

E.C.A. **Estatuto da Criança e do Adolescente**. Versão 2019. Brasília, D.F., 1990.

GRIMBERG, L. P. Jung: **O Homem Criativo**. São Paulo: FTD, 2006.

JUNG, Carl Gustav. **O desenvolvimento da personalidade**. 14ª edição. Petrópolis. Vozes, 2013 (obra original publicada em 1934).

LIEVEGOED, Bernard. **Fases da vida**. São Paulo: Ed. Antroposófica, 1987.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Diretrizes Nacionais para a Atenção Integral à Saúde de Adolescentes e Jovens na Promoção, Proteção e Recuperação da Saúde**. Brasília - DF, 2010.

OUTEIRAL, José. **Adolescer – Estudos revisados sobre a adolescência**. Rio de Janeiro: Reinventer, 2003.

PIAGET, Jean. **Seis Estudos de Psicologia**. Rio de Janeiro: Forense, 2011.

PHILIPPINI, Angela. **Linguagens e materiais expressivos em Arteterapia: uso, indicações e propriedades**. Rio de Janeiro: WAK, 2018.

SANTOS, Dilaina Paula dos. **Psicopedagogia dos Fantoches: Jogo de imaginar, construir e narrar**. São Paulo: Vetor, 2006.

_____. *Arteterapia e Psicopedagogia: A magia do criar e do aprender*. Em: COLAGRANDE, Cláudia. **Arteterapia para todos**. Rio de Janeiro: WAK, 2015.

VALLADARES – TORRES. Ana Claudia Afonso. **Arteterapia na saúde. Da dor à criatividade**. Coleção Arteterapia Volume 1. Curitiba: CRV, 2021.

VIGOTSKI, Lev Semenovich. **A formação social da mente**. 7. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2007.

<https://sites.google.com/site/sociologiaemaccao/8-desigualdades-e-identidades-sociais/classes-e-estratos-sociais> **Sociologia da Acção: classes e estratos sociais**