

RELATO DE EXPERIÊNCIA

Arteterapia e adolescência: ressignificando histórias de vida de jovens em situação de vulnerabilidade

Art therapy and adolescence: resignifying life stories of young people in situations of vulnerability

Cintia Pereira Jeronimo¹

Resumo: O presente trabalho é um relato de experiência que propõe a presença da Arteterapia junto a um grupo de adolescentes em vulnerabilidade social, visando o resgate de suas histórias e a melhora da qualidade de vida. O grupo foi composto por cerca de trinta adolescentes na faixa etária de onze a quatorze anos. As fundamentações teóricas da Arteterapia e da Psicologia Analítica embasaram a atuação e a análise dos resultados. A criação de espaços para a expressão livre e criativa através de recursos arteterapêuticos permitiu a liberação de emoções bloqueadas, possibilitando a abertura para um novo ciclo, reintegrando os aspectos positivos da personalidade e elevando a autoestima. A Arteterapia possibilitou aos adolescentes o reconhecimento de suas potencialidades para vencer os desafios da vida e a compreensão de suas responsabilidades pessoais e sociais.

Palavras-chave: adolescência; vulnerabilidade; Arteterapia; Psicologia Analítica.

Abstract: The present work is an experience report that proposes the use of Art Therapy with a group of adolescents in social vulnerability, aiming at rescuing their stories and improving their quality. The group was composed of about thirty teenagers aged between eleven and fourteen years old. The study of the theoretical foundations presented by Art Therapy and Analytical Psychology supported the practice and were of great importance for the analysis of the obtained results. The creation of spaces for free and creative expression through art-therapeutic resources allowed the release of blocked emotions, opening to a new cycle, reintegrating the positive aspects of the personality and raising self-esteem. Art therapy enables adolescents to recognize their potential to overcome life's challenges and to understand their personal and social responsibilities.

Keywords: teenager; vulnerability; Art Therapy; Analytical Psychology.

Introdução

Este trabalho foi desenvolvido em 2016 junto a um grupo de cerca de trinta adolescentes em situação de vulnerabilidade, na faixa etária de onze a quatorze anos, frequentadores de um projeto social na cidade de São Paulo, e tem como campo geral de

¹ Arteterapeuta filiada à AATESP 392/0417. LinkedIn:
<https://www.linkedin.com/in/cintia-pereira-jeronimo-736532166/>.

interesse e investigação discutir os recursos da arteterapia frente ao resgate das histórias, a melhora na qualidade de vida e a transformação psíquica junto ao grupo acompanhado.

Durante o processo foram objetivos secundários possibilitar aos adolescentes o contato consigo, suas emoções, suas memórias e percepções; aumentar o senso de coletividade; despertar o interesse para ações solidárias; inspirar ações não violentas; despertar o sentimento de amor universal; auxiliar a reestruturação e resignificação das histórias de vida; melhorar os estados emocionais e a compreensão dos próprios sentimentos; despertar para a atenção à saúde; incentivar a valorização de si, propiciar elevação da auto estima, bem como estimular o autocuidado; despertar a auto aceitação; permitir a liberação de sentimentos bloqueados; favorecer o fortalecimento da identidade; incrementar o sentido de enraizamento, equilíbrio e segurança; melhorar a concentração e interiorização; instrumentalizar a organização dos pensamentos e os estados de atenção de qualidade; desenvolver atenção e cuidado nos relacionamentos; incrementar a capacidade subjetiva de vinculação; aumentar a atenção ao outro, afetividade, curiosidade, interesse e disponibilidade ao encontro; incentivar a valorização da amizade, do sentimento de compaixão e da importância do outro; estimular o sentimento de igualdade entre os seres humanos valorizar ações honestas para consigo e com o outro bem como o senso de responsabilidade que cada ser humano tem em manter, preservar e respeitar frente à natureza e à ecologia.

Primeiro será apresentado o método do qual estão descritas, cronologicamente, as atividades realizadas e que foram agrupadas em: início, vinculando, pertencimentos, estados emocionais e psicológicos, avaliando os resultados e encerramento. Na sequência, serão relacionados os objetivos e o método, explicitando a relação entre as intenções da pesquisa e a forma com a qual ela se deu. Então, serão apresentados os referenciais teóricos necessários às discussões que serão apresentadas no desenvolvimento onde serão discutidas as principais percepções e dados coletados. Por fim, nas discussões finais, serão compilados os principais resultados e as análises sendo ainda problematizado o método e apontados os desdobramentos que poderiam ser interessantes a partir deste estudo.

A adolescência é uma fase do desenvolvimento humano na qual acontecem muitas mudanças, tanto no âmbito físico quanto psicológico. Podem surgir dúvidas sobre sexualidade, conflitos nos sentimentos e oscilações no comportamento; o que pode favorecer sentimentos de baixa estima, insegurança e ansiedade, entre outros desajustes emocionais.

Dentre os fatores de risco na adolescência em idade escolar – segundo pesquisa feita pelo IBGE em 2012 – estão hábitos sedentários, uso de cigarro e outros subprodutos do tabaco, experimentação precoce de bebidas alcoólicas, uso de drogas ilícitas, violência no trânsito, *bullying*, sentimento de solidão e iniciação sexual. Na contemporaneidade não é

raro, ainda, os adolescentes estarem submetidos à ordem idealizada decorrente de padrões de consumo desejando, em função dela, uma resposta aos anseios de pertencimento e aceitação.

Além desses fatores comuns a esta fase, as questões de saúde mental na adolescência ficaram ainda mais reveladas com a crise global causada pela pandemia da Covid-19 que gerou grande impacto nos estados emocionais dos adolescentes. Sobre este momento, segundo o Relatório Situação Mundial da Infância 2021 – referido em reportagem da Unicef –, levantaram-se sérias preocupações sobre os efeitos das medidas de isolamento para a saúde mental de jovens e adolescentes, apontando-se que quase 1 em cada 6 meninas e meninos entre dez e dezenove anos de idade no Brasil, vivam com algum transtorno mental, parcela mais exposta ao risco de automutilações, depressão e suicídio.

Este estudo, portanto, se justifica em função da importância atual da atenção ao adolescente e aos seus estados psíquicos. Somada a isso está a história pessoal da pesquisadora, com suas escolhas profissionais realizadas ao longo do seu desenvolvimento, além do desejo de ver no gesto expressivo as potências de ressignificação e de reparação, que levam ao campo do cuidado e da atenção junto aos jovens.

Método

Esta proposta de intervenção foi desenvolvida com cerca de trinta adolescentes, na faixa etária de onze a quatorze anos em situação de vulnerabilidade, frequentadores de um projeto social, residentes de uma região da cidade de São Paulo. Pelas sondagens e entrevistas iniciais foi verificado que o grupo é caracterizado como pertencente ao nível socioeconômico baixo e com problemas sociais presentes na vida familiar. Segundo observação da pesquisa IBGE 2012, esta faixa etária se caracterizava por ter hábitos sedentários, vivência de situações de *bullying* e sentimento de solidão.

Os encontros aconteceram com dois grupos, cada qual com quinze integrantes, em média, semanalmente e intercaladamente; sendo que ao todo foram trinta e um encontros com cada um dos grupos. As atividades foram distribuídas da seguinte forma: 26 encontros de 3 horas, 1 encontro de 5 horas e 4 encontros de 4 horas. A duração de cada encontro foi de 3, 4 ou 5 horas variando em função do tempo necessário para a realização das atividades e do engajamento dos participantes.

A seguir, é possível observar a descrição dos encontros por ordem cronológica dentro dos seguintes momentos do processo: início, vinculando, pertencimentos, estados emocionais e psicológicos, avaliando os resultados e encerramento.

Início

- 1ª encontro. *Minha singularidade e nossa identidade*

Para apresentação do grupo, foi sugerido um aquecimento corporal com exercícios de alongamento para a soltura da tensão acumulada golpeando o ar com as mãos e depois com os pés. Na sequência, foi proposto que se iniciasse a confecção de crachás com os nomes próprios decorados com materiais diversos. Então, foi feita uma roda para a apresentação pessoal na qual cada integrante disse seu nome e três coisas que gostava de fazer. Depois, foi sugerida a criação de um nome para o grupo e, ao final, foi criado coletivamente um cartaz do grupo em uma proposta de composição livre.

Vinculando

• 2º encontro. *Minhas três características positivas*

Houve uma sensibilização ao som da música “Esperando na janela” (Targino Gondim, Manuca Almeida, Raimundo do Acordeon, de 1999) interpretada por Gilberto Gil. Junto a esta escuta foi proposta uma dinâmica na qual os adolescentes, dispostos em duas rodas, uma externa e outra interna, giravam em sentidos contrários. Ao final da música os jovens da roda interna se voltavam aos da roda externa e diziam para o colega a sua frente três características positivas que possuíam. Então, cada participante fez um desenho representando as qualidades positivas que possuíam em um cartaz coletivo.

Ao final, os adolescentes formaram subgrupos onde representaram o nome do grupo escolhido no encontro anterior, escolheram um lema e um símbolo que o representasse, utilizando desenho e colagem.

• 3º encontro. *Eu te vejo e você me vê*

Os participantes formaram duplas e juntos desenharam uma única figura humana baseando-se na percepção visual das características do colega. Em pequenos intervalos de tempo foi orientada a troca entre as duplas e dada sequência à realização do desenho seguindo a mesma orientação. Essa rotatividade continuou até se efetivar a configuração de uma figura humana identificável. Na roda final, eles foram convidados a contemplar os desenhos e comentar as seguintes reflexões: Quais as semelhanças e diferenças entre eles? Qual a percepção que o outro tem de mim? Qual a percepção que eu tenho do outro?

Pertencimento

• 4º encontro. *Me reconhecendo na natureza*

Foram distribuídas imagens fotográficas da natureza (flor, árvore, animais, frutas, rios, mar, montanhas, cavernas) e, após contemplação, cada participante escolheu uma imagem e fez, a partir dela, um desenho que transmitisse o motivo da escolha por esta imagem. Na roda final, os adolescentes foram convidados a compartilhar a seguinte reflexão: Porque escolhi esta imagem? O que ela me diz?

Estados emocionais e psicológicos

- *5º encontro. Uma figura humana*

Foi proposta a pintura de uma figura humana individualmente.

- *6º encontro. Uma árvore*

A proposta foi desenhar uma árvore.

- *Intervenção arteterapêutica*

Neste momento, um conjunto de informações já havia sido recolhido dos grupos e participantes. Foi então que as atividades de intervenção arteterapêutica passaram a ser propostas.

- *7º Encontro. Eu como ferramenta de transformação*

Foi feita a leitura e reflexão da história "Assembléia na Carpintaria" (apólogo, autor e ano desconhecidos). Na roda final, os participantes foram convidados às seguintes reflexões: Com qual ferramenta da história eu me identifico? Tenho me aceitado tal como sou? Tenho conhecimento de minhas potencialidades e também de minhas limitações?

Depois da roda os adolescentes foram convidados a formar duplas e nelas elaborar um comentário, de aproximadamente cinco linhas, sobre as percepções ou opiniões sobre a história; bem como elaborar um desenho que simbolizasse o tema.

Ao final, as atividades foram fixadas no mural.

- *8º encontro. Um olhar sobre a Igualdade*

Foi feita a leitura da Parábola Budista "O Castelo da mente decorado para a entrada do Buda, de Sutra Avatamsaka.

Depois da leitura, os jovens foram convidados a refletir sobre o valor da igualdade. Em seguida, foram organizados em duplas nas quais cada um tinha que escolher três características positivas que enxergavam no outro, eleger uma cor de fio de lã para cada característica e anotar numa folha de papel para não esquecer. Então, iniciou-se a confecção de uma mandala "ojo de dios" com estes fios. Ao término da atividade, cada participante da dupla tinha que entregar para o colega a mandala dizendo os motivos da escolha daquelas cores.

- *9º encontro. Plantando a minha verdade*

Foi feita a leitura de uma história "A semente da verdade" (Secco, 2015). Na sequência, os adolescentes foram convidados a refletir sobre o valor da honestidade. Então, cada participante escolheu um vasinho de uma cor (azul, amarelo, verde e vermelho) e algumas sementes para plantar utilizando terra. Durante o plantio, foram convidados a seguinte reflexão: Quais sementes eu quero plantar em minha vida?

Na sequência, confeccionaram folhas ou flores com papel e palitos de dentes e ao final cada um escreveu o que plantou para sua vida, espetando no vasinho e compartilhando em voz alta com os colegas.

- *10º encontro. Reimaginando medos e inseguranças*

De olhos fechados os participantes foram conduzidos a uma vivência de imaginação ativa na qual com “os olhos da imaginação”: viram uma floresta de mata virgem e foram conduzidos por esse espaço, avistando uma caverna em um lugar mais afastado. Ao entrarem na caverna, dentro da qual estava bem escuro, continuaram andando a fim de encontrar algo lá dentro. Em determinado momento, pararam e conseguiram visualizar uma imagem. Neste ponto da narrativa eles foram convidados a retornar da “viagem” e transferir para o papel o que viram.

Em um papel cartão preto os participantes desenharam com giz de lousa uma imagem que representasse o que lhes havia vindo à mente durante a visualização. Feito isso, cada um compartilhou com o grupo sua experiência apresentando também o desenho. Na roda final, os adolescentes foram convidados a uma reflexão em grupo sobre as possíveis maneiras de se reduzir/ eliminar medos e inseguranças.

- *11º encontro. O meu dever para com o outro*

Foi feita a leitura da história “O Jornaleiro e o freguês” (autor e ano desconhecidos), em que a moral da história sugere a importância de recriar e fortalecer o sentido do dever. A partir da reflexão sobre a história lida e da citação abaixo, os participantes se organizaram em grupos e construíram uma história em quadrinhos.

“Se houver conduta correta no coração, haverá beleza no caráter. Se houver beleza no caráter, haverá harmonia no lar. Se houver harmonia no lar, haverá ordem na nação. Se houver ordem na nação, haverá paz no mundo”. (Sathya Sai Baba, ano desconhecido).

- *12º encontro. Enraizando*

Foi proposta uma atividade corporal seguida de pintura dos pés. Os participantes foram convidados a ficar descalços, observarem os pés e ao som da música xamânica “Tambores Mágicos Xamânicos” (Grande Chefe, 2018) dançar marcando os passos conforme o ritmo, sentindo a terra e o enraizamento dos pés. Após se atentar a detalhes bem sutis dos pés, como textura e formato, puderam pintar ou carimbar com os pés sobre o papel. Feito isto, foi proposta a reflexão: O que você vê? Como você vê?

- *13º encontro. Eu e o meio ambiente*

Foi feita uma sensibilização com a música “Planeta Água” (Guilherme Arantes, 1983). Em seguida, os participantes foram convidados a fazer a construção de um cenário que representasse a água e o meio ambiente. Num primeiro momento, moldaram figuras com massinha de modelar as quais eles gostariam de acrescentar no cenário que iriam criar. Depois, iniciaram a construção do cenário utilizando materiais diversos, refletindo sobre possíveis ações que pudessem contribuir para a economia de água e preservação do meio ambiente.

- *14º encontro. Agradecendo*

Foi proposta uma atividade corporal seguida de pintura com foco nas batidas do coração: “Quando o coração repousa, vê festa em tudo” (Provérbio indiano). Ao som de uma música ritmada “Talk to Me” (Amir Sofi, 2012), os adolescentes foram convidados a se sentarem confortavelmente e sentirem a própria respiração, foi solicitado que fechassem os olhos e percebessem as imagens vindas a partir da escuta do som da percussão e depois do próprio ritmo cardíaco. Após uma auto avaliação sobre as imagens e emoções que surgiram, foram convidados a pintar livremente. Ao concluírem a pintura foi criada uma roda para que se sentissem confortáveis em falar com o grupo a respeito da experiência vivida.

• *15º encontro. União e paciência*

Os participantes iniciaram fazendo um exercício corporal onde circularam algumas partes do corpo adentrando o universo mandalar. Depois, foram disponibilizadas várias mandalas prontas para serem coloridas individualmente com lápis de cor e giz de cera. Em um segundo momento foi sugerido que fizessem a escolha de outra mandala pronta e desta vez, em dupla, pintassem a quatro mãos com o intuito de promover a interação entre eles.

• *16º encontro. Um olhar para minhas imagens*

Os adolescentes, ao retornarem do recesso de férias, fizeram uma atividade para a abertura entrando em contato com todas as atividades em que haviam participado no primeiro semestre com a finalidade de revisitar os encontros arteterapêuticos. Num segundo momento, desenharam livremente algo que partisse da seguinte reflexão: Como você está ou se vê hoje, após ter revisitado todo o seu processo até agora? Após a reflexão, criaram uma história escrevendo o mais livremente possível e, ao final, deram um título para esta história.

• *17º encontro. Liberando os sentimentos*

Ao som de música evocativa “Moment of Peace” (Gregorian, 2009 - canto gregoriano remixado), os adolescentes prestaram atenção na respiração que deveria estar concentrada no abdome acompanhando o ritmo da música e em todas as imagens mentais que lhes chegassem. Após este período de introspecção e atenção à respiração, eles desenharam as imagens que haviam surgido dentro de um círculo previamente feito em folha de papel branco.

• *18º encontro. Silenciando a minha mente*

Os adolescentes iniciaram com um exercício de respiração e depois foram disponibilizadas algumas mandalas pré produzidas com imagens da natureza. Em seguida, foi sugerido que cada um contemplasse e escolhesse aquela que mais lhe chamasse a atenção e a partir daí fizessem uma transposição da imagem escolhida com técnica de pintura a guache, dando forma ao que fosse importante para eles.

• *19º encontro. Pensando na vida*

Os adolescentes foram convidados a refletir sobre quatro situações da vida as quais

gostariam de transformar. Depois, foi sugerido que escolhessem uma cor de fio de lã para cada situação e que criassem uma mandala do centro para a borda de forma organizada.

Ao final do encontro, foi sugerida a formação de uma roda de conversa para que pudessem expor seus sentimentos, suas impressões e suas ideias surgidas.

• *20º encontro. Como é bom fazer amigos!*

Foi feita uma sensibilização com a música “Canção da América” (Milton Nascimento e Fernando Brant, 1999). Na sequência, foi proposta uma atividade em grupo para a construção de caixinhas “porta trecos” utilizando sucatas. Os participantes receberam caixinhas de leite vazias e variados materiais para decoração, como tecidos, barbante, papel decorado, lacinhos e *glitter*. Ao final, cada um escolheu um colega do grupo para presentear com a caixinha produzida.

• *21º encontro. Sentindo compaixão*

Os participantes ouviram a música “Monte Castelo” (Renato Russo, 1989) e foi sugerida uma reflexão sobre a letra da canção. Depois, foi pedido que olhassem para o colega do lado direito e pensassem no porquê da presença dele ser importante para o grupo e quais as características positivas que ele agrega. Feito isso, escreveram um texto (poético ou livre) a partir desta reflexão, finalizando com um desenho que representasse as características do colega.

• *22º encontro. Relacionar-se com amorosidade*

Os adolescentes receberam a letra da música “Epitáfio” (Titãs, 2001), depois foram convidados a expressar, com um desenho, o que a música os fez refletir.

• *23º encontro. Enfrentando as adversidades e recriando o meu mundo*

Os participantes fizeram uma atividade corporal ao som da música “O cio da terra” (Chico Buarque, 1999). Na sequência, foram convidados a se posicionar em roda e, ao som da música, expressar as emoções advindas deste momento. Logo após, foi lido o conto “João e o Pé de Feijão” (Benjamin Tabart, 1807) e, depois da leitura, os adolescentes foram organizados em grupos e orientados a modelar com argila os personagens ou os objetos que lhes haviam ocorrido à mente e que estivessem associados com a história contada. Ao final, puderam conversar sobre seus personagens modelados em argila.

• *24º encontro. A não violência para o bem conviver*

Foi feita a leitura de um resumo da biografia de Ghandi e, em seguida, com as cadeiras organizadas em círculo, para simbolizar a unidade, os adolescentes foram convidados a uma breve reflexão. Feito isso, iniciaram a criação de um painel coletivo com desenhos e textos.

• *25º encontro. Interagindo com a natureza*

Os adolescentes iniciaram este encontro com um exercício de respiração, seguido de um exercício de imaginação ativa, onde foram conduzidos a imaginar o contato com a

natureza num local onde se sentissem mais confortáveis: florestas, bosques, montanhas. Depois de algum tempo, foram convidados a retornar da visualização e iniciarem a criação de uma mandala coletiva no chão com materiais naturais recolhidos em parques, praças e jardins (folhas, galhos, sementes, pedras e flores). Durante a atividade, trocaram ideias sobre nossa ligação com a natureza e a importância da relação com ela.

• *26º encontro. Recriando a vida com amor*

Foi sugerida uma atividade de colagem em formato de coração. Para isso, os adolescentes foram organizados em grupos e a cada grupo foram disponibilizados recortes de revista e papéis coloridos. Após terem desenhado um coração gigante, foram orientados a preencher o interior dele fazendo a colagem.

• *27º encontro. Estimulando o sentimento de igualdade*

Os adolescentes foram organizados em grupos e cada grupo recebeu, por sorteio, um papel escrito com quatro tipos de preconceito (racial, cultural, gênero, aspectos físicos). Em seguida, foram orientados a criar uma história com um final positivo a respeito dos preconceitos trabalhados. Ao final, cada grupo apresentou a sua história aos colegas.

Avaliando os resultados

• *28º encontro. Revisitando os processos internos e expressando com arte*

Os adolescentes fizeram um desenho livre e individual no qual foram convidados a uma reflexão sobre tudo que vivenciaram durante os encontros, desenhando as imagens que emergiram. Ao final, foi feita roda de conversa para que pudessem trocar as suas impressões.

• *29º encontro. Auto Retrato*

Os adolescentes foram convidados a desenhar seu autorretrato. Ao final, foi feita uma roda para troca de percepções.

• *30º encontro. Semeadura*

Após serem organizados em grupos, os adolescentes foram conduzidos a uma reflexão sobre os valores que foram “semeados” durante os encontros e que agora poderiam ser representados como pequenas árvores. Cada grupo recebeu um galho de árvore e materiais diversos para expressar sobre estas sementeiras de acordo com a criatividade e intenções de cada grupo.

Encerramento

• *31º encontro. Mensagem para o mundo*

Foi feita uma atividade de encerramento na qual cada adolescente criou o desenho para um cartão e elaborou um texto contendo algumas palavras previamente escolhidas (igualdade, perseverança, calma, coragem, compreensão, dignidade, aceitação do outro,

apreciação de outras culturas e religiões, cooperação, fraternidade, igualdade, justiça social, participação, respeito à vida, serviço aos outros, unidade, atenção aos outros, compaixão, consideração, cooperação, cortesia, gentileza), pensando em uma mensagem para o mundo.

Os adolescentes foram observados pela pesquisadora ao longo de todos os encontros sendo que ao final de cada um deles foi realizado registro escrito que priorizou algumas observações, como: postura, apresentação pessoal, engajamento, vínculo, expressões mais ou menos agressivas, estado de humor, bem como os conteúdos compartilhados pela fala. Sempre que possível foram feitos registros fotográficos durante os encontros e ao final. Em alguns deles foram realizadas gravações posteriormente transcritas. Estes registros permitiram uma comparação entre os estados psíquicos iniciais e finais dos sujeitos envolvidos. Foi observado e descrito – tanto nas falas, nas posturas, nos trabalhos e nas simbologias representadas – os estados iniciais e finais em relação à aparência física, ao autocuidado, à melhora nos estados de humor, à maleabilidade, ao maior entrosamento e envolvimento, observando se houve reintegração dos aspectos positivos da personalidade e elevação da autoestima.

Relação entre objetivos e método

As atividades realizadas e descritas até este momento - pautadas fortemente nas concepções da Arteterapia e da Psicologia Analítica - tiveram por intenção os objetivos já anteriormente explicitados: resgatar as histórias de vida dos adolescentes, melhorar a qualidade de vida e propiciar uma transformação psíquica.

A seguir, há a relação entre os objetivos principais, os objetivos secundários que destes decorreu (enunciados na introdução) e a natureza das atividades vividas durante o processo.

O resgate das histórias de vida é aqui compreendido em sua ordem pessoal e também coletiva (social).

No âmbito pessoal e a fim de colocar o adolescente em contato consigo, suas emoções, memórias e percepções, ampliando o acesso e a consciência de si; foram criados diversos momentos de escrita sobre as percepções e emoções frente aos processos vividos.

A fim de gerar no grupo a possibilidade de reconhecimento, identificação e espelhamentos frente às narrativas e histórias compartilhadas, aumentar o senso de coletividade, despertar a vontade para ações solidárias e inspirar ações não violentas, foram criados momentos de facilitação dos compartilhamentos, ou seja, foi permitida e incentivada a troca entre os adolescentes através da fala para resgate das narrativas coletivas. Neste mesmo sentido foram realizadas rodas de conversa nas quais todos eram convidados a falar sobre o processo de produção, os sentimentos e as memórias despertadas durante o

encontro, a fim de que, de algum modo, fosse despertado o sentimento de amor universal, auxiliando na estruturação da história de vida dos adolescentes.

A melhora na qualidade de vida é aqui entendida como a melhora dos estados emocionais, da compreensão dos próprios sentimentos, da atenção e do cuidado nos relacionamentos, da atenção à saúde e ao autocuidado, da capacidade subjetiva de vinculação.

Nesse sentido, as atividades se dedicaram a criar situações nas quais houvesse a valorização de si, elevação da autoestima e fortalecimento da identidade. Foi facilitada a ampliação da consciência corporal com a utilização dos pés durante uma das atividades, por exemplo, despertando o sentido de enraizamento, equilíbrio e segurança, além de possibilitar o interesse pelo autocuidado.

Também foram propiciadas situações que gerassem concentração e interiorização com atividades que tiveram a função de direcionar os adolescentes para um estado meditativo, desencadeando o contato com seu universo interno, facilitando a ordenação psíquica, organizando os pensamentos para facilitar o aumento da atenção.

Ainda com a mesma finalidade, algumas atividades incentivaram a auto avaliação e a conscientização do momento de vida de cada um, a fim de mobilizar as energias psíquicas, externalizando as emoções e restabelecendo o livre curso de sentimentos bloqueados que podem gerar desconforto psíquico e conseqüentemente estados de maior agitação mental.

Para estimular e exercitar as vinculações, foram aproveitadas as mesmas atividades de vinculação anteriormente descritas para criar contextos de atenção ao outro, afetividade, curiosidade, interesse e disponibilidade ao encontro, fortalecendo a valorização da amizade, do sentimento de compaixão e da importância do outro e do vínculo.

Algumas atividades estimularam a complementaridade e afirmação da identidade, ou seja, olhar o outro a fim de se reconhecer nele ou de afirmar a diferença. Estas atividades também visaram estimular o sentimento de identificação entre os adolescentes, independente de raça, cultura, gênero, aspecto físico, nível sócio econômico.

Algumas atividades foram realizadas utilizando elementos da natureza como oportunidade de olhar fora de si, olhar o outro, os ciclos, as belezas, os detalhes, a transitoriedade e ao mesmo tempo despertar o sentimento de integração. Nesse mesmo sentido foram também oferecidas oportunidades de reflexão sobre a igualdade entre os seres humanos.

A transformação psíquica é aqui entendida como o movimento de contato e reflexão com as questões centrais do sujeito, integração de conteúdos inconscientes, tomada de consciência que amplia as possibilidades de lidar com as questões do mundo criando novas possibilidades de lidar com a vida.

Muitas atividades tiveram por objetivo secundário a promoção do autoconhecimento,

o estímulo da coragem e segurança pessoal. Estas atividades visaram levar o sujeito ao encontro das próprias questões através dos elementos projetados nas expressões (pintura, desenhos, escultura) e refletir a partir delas.

Foram realizadas atividades que tiveram por intenção oferecer a oportunidade de reflexão para despertar a auto aceitação e conseqüentemente a aceitação do outro.

Algumas das atividades incentivaram a ampliação da consciência e valorização de ações honestas para com o outro e ao senso de responsabilidade que cada ser humano tem em manter, preservar e respeitar a natureza e a ecologia, criando um campo para ressignificações.

Referenciais Teóricos

De acordo com a Psicologia Analítica, o indivíduo é influenciado a todo instante por conteúdos psíquicos que se encontram no inconsciente, ou seja, aspectos obscurecidos da personalidade que por algum motivo estão inconscientes. Quando se entra em contato com estes conteúdos por meio da expressão simbólica, a consciência é ampliada e assim a energia psíquica pode ser transformada adquirindo nova dinâmica, de maneira a proporcionar alívio para a psique já que se está diante das mais profundas emoções e tudo aquilo que bloqueia, limita e inibe, no processo terapêutico, deixa de fazer sentido ou passa a ser questionado: “ninguém que haja passado pelo processo de assimilação do inconsciente poderá negar o fato de ter-se emocionado profundamente e de ter-se transformado”. (Jung, 1981, p. 210)

Se a intenção é fazermos uma leitura integral do universo adolescente é preciso compreender o mecanismo de funcionamento psíquico. Neste caso será considerado que o inconsciente se apresenta por meio de imagens. Para Jung (2013, p. 458):

A imagem interna é uma grandeza complexa que se compõe dos mais diversos materiais e da mais diversa procedência. Não é um conglomerado, mas um produto homogêneo, com sentido próprio e autônomo. A imagem é uma expressão concentrada da situação psíquica como um todo e não simplesmente ou sobretudo dos conteúdos inconscientes. É certamente expressão de conteúdos inconscientes, não de todos os conteúdos em geral, mas apenas dos momentaneamente constelados. Essa constelação é o resultado da atividade espontânea do inconsciente, por um lado, que sempre estimula a atividade dos materiais subliminares relevantes e inibe os irrelevantes. A imagem é, portanto, expressão da situação momentânea, tanto inconsciente quanto consciente. Não se pode, pois, interpretar seu sentido só a partir da consciência ou só do inconsciente, mas apenas a partir de sua relação recíproca.

Sendo assim, o adolescente que muitas vezes não consegue expressar verbalmente suas emoções – por fatores sociais, culturais ou até mesmo religiosos –, ao criar imagens passa a vivenciar suas interioridades de maneira integral e conseqüentemente a ter melhores condições para lidar e refletir com o mundo interno e externo a partir do

reconhecimento do universo psíquico.

Jung diz que confrontar-se com o inconsciente:

[...] é algo de muito diverso: trata-se de libertar os processos inconscientes que irrompem na consciência sob a forma de fantasias. Pode-se então tentar interpretá-las. [...] mas o importante é vivê-las plenamente e também compreendê-las, uma vez que a compreensão intelectual pertence à totalidade da experiência. (JUNG 1981, p. 203)

Neste contexto, o arteterapeuta, utilizando-se das técnicas da Arteterapia devidamente direcionada, pode facilitar o acesso a conteúdos inconscientes despertando para a tomada de consciência, oferecendo a oportunidade de transformações psíquicas a partir das expressões criativas (gestuais, na fala que acompanha o fazer, no manuseio das materialidades, na escolha dos materiais, no uso do tempo, nas pausas, na forma final da composição) que funcionarão como um verdadeiro “espelho de suas almas”:

Técnicas criativas são dinamizadoras de *insights* – visões de dentro – e de movimentos internos, possibilitando a ação de transformar-se, ou seja, de ir para além daquela forma. Ao darmos um novo sentido e destino aos materiais, possibilitamos uma transformação simultânea no nível psíquico. (CARNEIRO, MACIEL, 2012, p. 56).

Portanto, com a expressão dos conteúdos inconscientes nos encontros com o arteterapeuta, é possível acolher, recolher, transformar e, junto ao sujeito, dar sentido à vida dos adolescentes; pois acredita-se que com atenção, dedicação e criatividade, as histórias adolescentes poderão ser transformadoras dos sujeitos de forma a levar para o seu entorno (famílias, amigos, comunidades) um novo sentido e significado.

Outro conceito importante, diz respeito à própria prática da Arteterapia.

Uma, dentre as inúmeras formas de descrever o que é mesmo a Arteterapia, será considerá-la como um processo terapêutico, que ocorre por meio da utilização de modalidades expressivas diversas. As atividades artísticas utilizadas, configurarão uma produção simbólica, concretizada, em inúmeras possibilidades plásticas, diversas formas, cores, volumes etc. Esta materialidade permite o confronto e gradualmente a atribuição de significado às informações provenientes de níveis muito profundos da psique, que pouco a pouco serão apreendidas pela consciência. (PHILIPPINI, 2013, p. 11)

Considerando que o “por meio” acima referido diz respeito ao fazer terapêutico junto à materialidade, na qual o arteterapeuta, cliente e materiais estão todos em relação e transformação. Da mesma forma, por “atividades artísticas” está aqui sendo considerado como toda a possibilidade expressiva no material plástico.

Partindo desta análise, pode-se concluir que a Arteterapia permite a expressão de imagens psíquicas por meio das materialidades para promover o cuidado terapêutico e elaborativo embasado na leitura simbólica onde o indivíduo passa a encontrar novos sentidos.

Como ressalta Urrutigaray (2011, p. 27):

[...] a finalidade da Arteterapia consiste em possibilitar a emergência de uma imagem imaginada transposta em imagem criada, a partir da utilização de materiais plásticos, que cedem sua flexibilidade e maleabilidade a quem os utiliza, para expressar seus conteúdos íntimos.

Pode-se entender a Arteterapia como um processo terapêutico no qual estão presentes materiais diversos possibilitando a expressão de conteúdos psíquicos simbolizados através das mais diversas possibilidades expressivas junto às materialidades (como desenhos, colagens, mandalas, pinturas, modelagem, mosaicos etc.) podendo, depois de experimentados e vivenciados, gerar ressignificações.

Vivemos num momento histórico que não propicia o compartilhar de sentimentos e emoções. No entanto, a expressão plástica ainda é um lugar que possibilita este compartilhar. Arcuri conceitua que:

A expressão artística, muitas vezes, exprime indivisíveis emoções, levando à concretização dos anseios e das necessidades do ser humano. Emoções que não encontram uma maneira socialmente aceita de expressão, que se introvertem, criando fendas nas profundidades do psiquismo, e deformando suas estruturas básicas. (ARCURI, 2006, p. 23)

Ainda podemos considerar que o ato de criar forma uma ponte entre a ordem consciente e inconsciente resultantes de toda a experiência vivida. Assim se estabelece a possibilidade de encontro, de um novo olhar e diálogo frente a tais experiências, com a possibilidade de tomada de consciência que permite a transformação destas emoções pois:

[...] dando forma, cor, expressão aos sentimentos inominados, conexões são feitas e novos significados podem ser atribuídos a velhas situações vividas que não puderam ter livre canal de expressão no momento em que ocorreram. (ARCURI, 2006, p. 21)

Ao considerar esta dinâmica podemos aferir, conforme Arcuri, (2006, p. 25), que “ as experiências dolorosas e suas cicatrizes podem ser integradas numa consciência ampliada”, proporcionando alívio do sofrimento psíquico por meio da autorregulação, já que quando conscientizados se pode reelaborar certos conteúdos inconscientes que ocasionam desconforto ou sofrimento. Nesse sentido, toda manifestação de sofrimento pode ser compreendida como um sinal do inconsciente à consciência, um apelo à integração:

Os sintomas físicos e emocionais, expressões diretas de desordem, conflito e desvios em relação ao sentido da vida, se multiplicam como genuínos apelos à autorregulação da psique. A rota em direção à saúde psíquica, que pressupõe a integração e completude, no sentido de tornar-se inteiro ou indiviso, nos leva à necessidade, mais que urgente, de encontrar formas e espaços de expressão da subjetividade. (MACIEL; CELESTE, 2012, p. 2)

Entende-se com base nessas afirmações que, de alguma forma, a expressão de conteúdos internos são oportunidades valiosas de acesso aos conteúdos simbólicos, que podem oferecer caminhos a uma reorganização psíquica. Essas manifestações são como um “grito de alerta” enviado pelo inconsciente.

Considera-se que todo indivíduo é influenciado por conteúdos psíquicos. Estes

conteúdos estão contidos no inconsciente pessoal. O autor ainda afirma que pode-se sofrer influência do inconsciente coletivo por meio de imagens universais, denominadas arquétipos. A este respeito contextualiza Jung:

[...] devemos afirmar que o inconsciente contém, não só componentes de ordem pessoal, mas também impessoal, coletiva, sob a forma de categorias herdadas ou arquétipos. Já propus antes a hipótese de que o inconsciente, em seus níveis mais profundos, possui conteúdos coletivos em estado relativamente ativo; por isso o designei inconsciente coletivo. (JUNG, 2008, p. 24)

De acordo com essa teoria, tais estruturas se manifestam através de imagens que por vezes representam um conjunto de afetos denominado complexo. Ele pode mobilizar o indivíduo tanto positiva quanto negativamente em sua vida e no segundo caso, indicando possíveis disfuncionalidades das emoções. De acordo com Jung (2000, p. 13), “os pacientes que tenham talento para a pintura ou o desenho podem expressar seus afetos por meio de imagens”.

Ainda nesse pensamento, as imagens podem advir do inconsciente coletivo e as expressões pelas imagens podem apresentar uma espécie de encontro com o sagrado, citado por Jung como “numinoso”, muitas vezes reconhecido nas experiências religiosas. Jung afirmou que “o fenômeno religioso apresenta um aspecto psicológico” (2012, p. 17), este encontro com o sagrado traz à tona o simbólico que facilita a conscientização de aspectos inconscientes, contribuindo para a melhora dos estados emocionais.

A Arteterapia, como trabalho de mediação do arteterapeuta com a pessoa em processo junto às materialidades, propiciará a conexão com o mundo interno a fim de ensinar a encontrar a própria cura a partir da identificação, aceitação e reflexão sobre as situações e contextos de conflito psicológico.

Não é o terapeuta quem cura. Ele é o guia que nos leva a nos religar com nossas dimensões mais profundas, mas, como Jung defendia, só aquilo que somos realmente é capaz de curar-nos. Lembremos aqui que a cura reside muitas vezes no movimento de reconhecer, aceitar e suportar nossas contradições e pontos vulneráveis e não necessariamente em viver grandes, e muitas vezes insustentáveis transformações. (MACIEL, CELESTE, 2012, p. 69)

Portanto, a Arteterapia pode prevenir e tratar o sofrimento humano além de permitir a ressignificação de inúmeros aspectos da vida criando novas possibilidades e novos recursos internos para lidar com as adversidades advindas de desequilíbrios, da vida e do mundo.

Em tempos de globalização onde tudo acontece muito rapidamente, muitas vezes não é possível visualizar um futuro satisfatório às necessidades humanas, isto pode acarretar preocupação, certa angústia existencial e medo de um futuro incerto tanto no adulto quanto no adolescente.

A civilização ocidental vive um período de transição de sua história. Há rupturas em numerosos processos, desde o modo de produzir industrialmente até os modos de adquirir conhecimentos, das

transformações na estrutura de emprego até a autonomia adquirida pela vida sexual com relação à procriação. As rupturas são mais sintomáticas do que os diversos ajustes na economia; são também mais importantes para descobrir onde estão as sementes do futuro. (LEVISKY, 2007, p. 63)

Para os adolescentes já vulnerabilizados com as transformações que acontecem no próprio corpo, na busca pela identidade adulta, no luto da infância, pela instabilidade frente à própria identidade, todas estas questões podem se somar de forma dramática. Em alguns casos, toda esta complexidade fica difícil de expressar: insatisfação, desconforto, inabilidades na verbalização, não identificação de interlocutores no seu grupo. Neste contexto, as emoções não são manifestadas com clareza, o que dificulta o processo de reelaboração psíquica.

A dificuldade na comunicação é frequente entre jovens e adultos. Uma das razões para isso é a fala cifrada e aparentemente ininteligível dos adolescentes. Em todas as épocas eles desenvolvem uma fala própria, autônoma, diferente da língua comum, o que possibilita uma comunicação específica dentro de seus grupos e os diferencia dos adultos. (LEVISKY, 2001, p. 113)

Partindo desse conceito, pode-se concluir que os adolescentes necessitam de maior cuidado e atenção para serem compreendidos e para que possam sentir-se seguros. Nesse caso, a Arteterapia é facilitadora da comunicação do adolescente, uma vez que privilegia a expressão não verbal utilizando-se dos recursos expressivos. Para Jung apud Barcellos (2012, p. 87) “todo o processo psíquico é uma imagem e um imaginar.” A psique é constituída de imagens, ou é ela mesma, imagem.

Sabendo-se que a psique se manifesta por imagens e seguindo a reflexão para se pensar na importância de ser cuidado, na humanização do indivíduo, se faz necessário buscar referências nos estudiosos que deixaram uma visão substancial sobre o “humano” em nós.

O cuidado entra na natureza e na constituição do ser humano. É uma maneira do próprio ser de estruturar-se e dar-se a conhecer. O modo de ser cuidado revela de maneira concreta como é o ser humano. (BOFF, 2014, p. 38)

O ser humano sem cuidados pode se desestruturar psicologicamente prejudicando-se em seu desenvolvimento e isso causa impacto nas suas interações, nas formas de interpretar o mundo, nas suas formas de se relacionar socialmente. Para Boff (2014, p. 39), “sem o cuidado, ele deixa de ser humano. [...], por isso o cuidado deve ser entendido na linha da essência humana”.

As atitudes que os indivíduos terão em relação ao outro irá depender da maneira pela qual foram cuidados e também de como o conceito de cuidado foi internalizado.

Para contextualização do termo “cuidado” sob a ótica junguiana destaca-se que todo o indivíduo na formação de sua personalidade necessita de amparo e direcionamento para que não se perca de sua integralidade:

No adulto está oculta uma criança, uma criança eterna, algo ainda em formação e que jamais estará terminado, algo que precisará de cuidado permanente, de atenção e de educação. Esta é a parte da personalidade humana que deveria desenvolver-se até alcançar a totalidade. (JUNG, 1972, p. 150)

O processo de individuação é, portanto, resultado de coragem pautada na possibilidade de contato entre consciente e inconsciente, bem como no cuidado.

Personalidade é a obra a que se chega pela máxima coragem de viver [...]. Educar alguém para que seja assim não me parece coisa simples. Trata-se sem dúvida da maior tarefa que nosso tempo propôs a si mesmo no campo do espírito. (JUNG, 1972, p. 152)

Estes estudos trarão um olhar mais profundo para o processo de formação de caráter dos adolescentes, assim como serão exploradas as maneiras pelas quais se pode encaminhá-los a uma autoconscientização de suas escolhas. Conforme Jung (1972, p. 152), “a personalidade jamais poderá desenvolver-se se a pessoa não escolher seu próprio caminho, de maneira consciente e por uma decisão consciente”.

Considera-se com os conceitos da Psicologia Analítica e da Arteterapia possibilitarão o trabalho elaborativo a partir da expressão criativa dos adolescentes.

Desenvolvimento

Durante os encontros os adolescentes expressaram suas emoções e puderam transferir para o papel, gestos e posturas aquilo que sentiram em cada um dos momentos. Assim, foi possível perceber que a expressão era continente tanto dos elementos valorosos da experiência recém vivida, quanto de memórias relacionadas a vivências antigas ou mesmo ressignificações. Segundo a fundamentação teórica, a expressão através dos elementos da linguagem visual permitiu que a situação momentânea da psique do indivíduo fosse representada, podendo ser reconhecida e ressignificada.

Na sequência, serão apresentados os principais resultados alcançados em vista dos objetivos pretendidos. Estes resultados não serão apresentados obedecendo a ordem cronológica dos encontros, mas em função do seu valor frente aos objetivos principais e secundários almejados.

Em alguns encontros observou-se que todos se concentraram no momento de colorir utilizando cores fortes e escuras com aplicação de grande pressão no manuseio do lápis que em alguns casos chegou a quebrar em função da força empregada. Compreendendo a expressão como índice das experiências subjetivas dos sujeitos, denota-se que esta produção foi acompanhada de emoções muito intensas. A partir da fundamentação teórica apresentada, também é possível aferir que a expressão efetivada desta forma estava funcionando como possibilidade elaborativa, o que foi aos poucos se revelando na verbalização, ou seja, conscientização, das dinâmicas nas falas compartilhadas ao final dos

encontros.

Algumas imagens revelaram o contato com o mundo interior, tal como aconteceu no quarto encontro, quando alguns adolescentes selecionaram cartões com a imagem de uma caverna que foi seguida por falas sobre sentimentos de estarem entrando em contato com a “vida de dentro”. No quinto encontro um dos adolescentes criou, ao pintar uma figura humana, uma abertura quadrada no peito e fala que era como se estivesse olhando para o seu coração, lugar onde ele sentia.

Na realização dos encontros quinze a dezenove, os adolescentes, ao pintarem ou desenharem mandalas, o fizeram vagarosamente e com muita concentração, sendo que ao final relataram sobre terem experienciado sentimentos de calma, paz e tranquilidade. Aqui se pode aferir que a atividade em si propiciou um estado de maior equilíbrio psíquica ou mesmo de vivência de sentimentos anteriormente ausentes. Sobre a atividades com mandalas:

[...] o mandala não é um simples círculo e sim um círculo com muitos significados que permite um diálogo como o nosso ser e traz um sentido de transcendência em nossa vida. O mandala passa a se transformar em um pequeno templo interior que nos acolhe em momentos de caos, dando-nos a oportunidade de transformação. (CHIESA, 2012, p. 25).

Em um dos encontros em que os adolescentes foram convidados a pintar imagens dentro de um círculo, um dos grupos trouxe a representação da igreja e da cruz. Essa imagem pode levar a pensar em alguma conexão com o sagrado (numinoso) uma vez que essas imagens são símbolos tradicionais da espiritualidade. Nessa atividade, muitos se emocionaram ao perceber aspectos bons de suas personalidades. Tal conexão, segundo a fundamentação teórica, pode ser percebida quando há alguma expressão psíquica que remete às experiências religiosas, em geral, propiciando a conscientização de aspectos inconscientes e conseqüente melhora emocional.

Houve atividades nas quais foi possível escolher livremente o que criar. Nessas propostas foi possível notar, na postura e expressão corporal, mais segurança e confiança. Parece que a possibilidade de escolha favoreceu reações de responsabilidade e certo empoderamento.

Os risos soltos marcaram presença em alguns dos encontros revelando a possibilidade de variação no experienciar de sentimentos. No primeiro encontro, eles aconteceram em dois momentos: nas apresentações e no convite para golpear o ar com mãos e pés. Já no terceiro encontro, eles aconteceram durante a pintura facial. Nesses momentos se revelaram expressões com fisionomia alegre, diferentemente das fisionomias habituais marcadas pelo sofrimento.

Na atividade de imaginação ativa sugerida no décimo encontro, ao entrarem na caverna, os adolescentes encontrarem os seus “monstros do medo” e desenharem essas

figuras. Muitos também relataram sensação de desconforto seguido de alívio, sugerindo uma redução da tensão emocional causada pelos medos não externalizados.

No vigésimo encontro, momento em que construíram caixinhas porta trecos, durante a escolha dos materiais para decoração das caixas, houve muita interação. Os adolescentes ajudavam uns aos outros opinando sobre qual material seria melhor. Ao final, quando foi sugerido que se presenteasse um colega com a produção realizada, a alegria estampada nos rostos evidenciou sentimentos de amizade que acolheu todo o grupo.

Foi verificado que os adolescentes progressivamente foram se envolvendo cada vez mais e profundamente nas atividades, com concentração e silenciamento. Isso denota que os primeiros encontros foram fundamentais para a constituição de vínculo a partir do qual foi possível dar prosseguimento às atividades.

Percebeu-se, já nos primeiros encontros, expressão de alegria, sentimento de pertencimento, reconhecimento e auto valorização de si mesmo. Isso pode denotar a elevação da estima e o fortalecimento de vínculos.

No transcorrer dos encontros, os adolescentes foram apresentando maior engajamento para falar sobre suas percepções e ideias e nesses momentos revelaram tanto um incremento na percepção de si, como o interesse em compartilhar no grupo sobre os processos vividos.

Um espírito de coletividade começou a se intensificar durante os encontros. Os adolescentes passaram a ser mais solidários uns com os outros, o que era perceptível tanto na colaboração durante o manuseio dos materiais, quanto na escuta e acolhimento do que um colega dizia a respeito de suas experiências.

Um entendimento sobre a importância da disseminação de ações em prol da igualdade entre as pessoas, independente de raça, cultura, gênero, aspecto físico, nível socioeconômico, foi percebido durante o vigésimo sétimo encontro quando os adolescentes criaram histórias apresentando ao grupo alternativas agregadoras para as relações com pessoas portadoras de deficiência física, com cores de pele diferentes, gêneros diferentes, classes sociais e outras culturas.

Um maior cuidado com a higiene pessoal e a aparência ficou visível com o passar dos encontros. Houve transformação no asseio das roupas e sapatos, nos cuidados em pentear os cabelos de maneiras diferentes, no corte das unhas e na esmaltação.

Foi também percebida maior conscientização do momento de vida de cada um, quando durante as rodas, muitos relataram as suas realidades domésticas.

Considerações Finais

Conclui-se, a partir das atividades propostas, que a Arteterapia propiciou aos adolescentes em vulnerabilidade social e que sofrem faltas tanto de ordem socioeconômicas

quanto culturais o desenvolvimento de um olhar atencioso para suas histórias de vida, trazendo novas perspectivas de significação e atuação.

De acordo com a Psicologia Analítica, os indivíduos foram influenciados pelo inconsciente e pela possibilidade de entrarem em contato com suas expressões, permitiu a transformação (parcial ou integral) do que era prejudicial em algo útil. Permitiu também a integração de aspectos positivos da personalidade que estavam obscurecidos na psique.

Durante os encontros foram utilizadas diferentes técnicas arteterapêuticas bem como materiais expressivos diversos com a finalidade de promover variadas possibilidades de vinculação com as próprias materialidades a fim de facilitar a externalização das emoções dos adolescentes que possuem um modo característico de comunicação, muitas vezes não verbal, permitindo o contato com o mundo interno. O registro escrito das experiências vividas, solicitado em alguns dos encontros, impulsionou a atitude introspectiva e de contato com os próprios sentimentos.

Ficou clara a importância de estabelecer o tempo inicial de vinculação sem o qual os adolescentes poderiam não se sentir confortáveis para compartilhar suas histórias bem como compactuar das particularidades de suas emoções no cotidiano com pessoas que a princípio não faziam parte de suas vidas.

A externalização de emoções bloqueadas permitiu a liberação de energias contidas, transformando-as para um novo fluxo. Sentimentos como baixo estima e carência surgiram abrindo as portas para o contato com aspectos positivos das personalidades com a chance de reintegração.

Portanto, considera-se que os encontros arteterapêuticos possibilitaram aos adolescentes o reconhecimento da capacidade para vencer os seus desafios pessoais, apropriando-se de suas qualidades e reconhecendo sua responsabilidade na sociedade onde vivem. Enfim, pode-se concluir que finalizaram este processo com muito mais esperança e recursos para um futuro melhor.

A questão do valor humano, da importância do cuidado como um princípio acolhedor, do papel do afeto na relação terapêutica como fundamentais para a reestruturação psíquica, despertaram o interesse para um maior aprofundamento e pesquisa futura.

Data de recebimento: 01.11.2022

Data primeiro aceite: 03.02.2023

Data segundo aceite: 24.02.2023

Referências Bibliográficas

- ARCURI, I. G. **Arteterapia e o corpo secreto**. 1. ed. São Paulo: Vetor, 2006.
- AVATAMSAKA, S. A. **O castelo da mente decorado para a entrada do Buda**. Disponível em: <<http://www.caminhosdeluz.org>>. Acesso em: 25 jun. 2023.
- BOFF, L. **Saber cuidar: ética do humano – compaixão pela terra**/ Leonardo Boff. 1. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2014.
- CHIESA, R. F. **Mandalas Construindo Caminhos Um Processo Arteterapêutico**. Rio de Janeiro: Wak editora, 2012.
- FIORAVANTI, C. **Mandalas: como usar a energia dos desenhos sagrados**. 1. ed. São Paulo: Pensamento-Cultrix, 2007.
- JUNG, C. G. **A natureza da psique**. 5. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2000.
- _____. **Estudos sobre psicologia analítica**. 2. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 1981.
- _____. **Eu e o Inconsciente**. 21. ed. Petrópolis: Vozes, 2008.
- _____. **Psicologia e Religião**. 11. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2012.
- _____. **Tipos Psicológicos**. 7. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2013.
- _____. **O desenvolvimento da personalidade**. 1. ed. São Paulo, SP: Círculo do livro, 1972.
- _____. **Os arquétipos e o inconsciente**. 2. ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2002.
- LEVISKY, D. L. (Org.). **Adolescência e violência: ações comunitárias na prevenção “conhecendo, articulando, integrando, e multiplicando”**. 3. ed. São Paulo: Casa do Psicólogo/Hebraica, 2001.
- MACIEL, C., CARNEIRO, C. (orgs) . **Diálogos criativos entre a Arteterapia e a Psicologia Junguiana**. 1. ed. Rio de Janeiro: WAK, 2012.
- MARTINS, E. C. Conto Assembléia na Carpintaria. In: **Educar para as emoções na escola: experiência de um programa de inteligência emocional no 1º Ciclo do Ensino Básico**, 2021. **ESECB - Pósteres em encontros científicos/técnicos**. Disponível em: <<https://repositorio.ipcb.pt/bitstream>>. Acesso em: 25 jun. 2023.
- PHILIPPINI, A. **Para entender Arteterapia: Cartografias da coragem**. 5. ed. Rio de Janeiro: Wak, 2013.
- SECCO, P. E. **A semente da verdade**. 8. ed. São Paulo: F Franchin Gráfica e Editora Ltda, 2015.

UNICEF. **Saúde mental de adolescentes:** A pandemia reforçou a urgência de medidas para garantir o bem-estar de toda uma geração. Disponível em:
<<https://www.unicef.org/brazil/saude-mental-de-adolescentes>>. Acesso em: 25 jun. 2023.

URRUTIGARAY, M. C. **Arteterapia:** a transformação pessoal pelas imagens. 5. ed. Rio de Janeiro: Wak, 2011.