

ESTUDO DE CASO

Dos pequenos braços ao abraço – Um relato sobre a importância do vínculo no complexo mundo dos sentimentos

From little arms to hugs – A report on the importance of bonding in the complex world of feelings

Natália Mayra de Lima¹

Resumo: O artigo em questão aborda como a estabilidade do vínculo, o amor incondicional e a expressão dos sentimentos de uma forma palpável, por meio de desenhos, pinturas ou do corpo físico, auxilia as crianças a lidarem com seus sentimentos confusos, trazendo luz a eles, nomeando-os e aceitando-os; o que resulta, conseqüentemente, em uma maior fluidez para o que se sente, uma melhora significativa no convívio social e uma habilidade maior em se expressar para o outro; além de ampliar sua capacidade de auto amor. Por fim, o artigo mostra como uma criança que foi confirmada e aceita por ser quem ela é passa a aceitar sua própria singularidade.

Palavras-chave: Arteterapia; crianças; expressão; vínculo; sentimentos .

Abstract: The article in question addresses how stable bond, unconditional love, and expressing feelings in a palpable way, through drawings, paintings, or the physical body, can help children deal with their confusing feelings by bringing light to them, naming and accepting them; which consequently results in greater fluidity for what one feels, a significant improvement in social interaction, and a greater ability to express oneself to others, as well as expanding one's capacity for self-love. Finally, the article shows how a child who has been confirmed and accepted for being who he is begins to accept his own uniqueness.

Keywords: Feelings; Childre; Bond; Love; Expression; Art therapy.

Introdução

A infância é período de muitas descobertas e experimentações, na qual as crianças vão vivenciando o mundo de maneira intensa, deparando-se com inúmeros aprendizados sobre o mundo externo e o mundo interno, aprendizados os quais ainda necessitam de ferramentas para lidar. As experiências ocorrem de forma rápida e intuitiva, pois a psique da criança é impulsiva, muito ligada aos instintos e totalmente inconsciente. Segundo Edinger (2020, p. 24):

¹ Bacharel em Comunicação Social, Publicidade e Propaganda/ Mackenzie com aprofundamento em Social Media pela UCLA-Califórnia. Formada em Artes Cênicas pela escola de atores Wolf Maya/São Paulo. Pós-graduada em Arteterapia com ênfase em Psicologia Analítica e Artererabilitação pelo Instituto Freedom/São Paulo. Atua como atriz, professora de Teatro para crianças e arteterapeuta. Filiada à AATESP: 1013/1023 CBO: 2263-10.

Nascemos em um estado de inflação. Na mais tenra idade não existe ego ou consciência. Tudo está contido no inconsciente. O ego latente encontra-se completamente identificado ao Si-mesmo. O Si-mesmo nasce, mas o ego é construído.

Ter apoio arteterapêutico na infância pode auxiliar que esse ego seja construído com base no autoamor e na autoaceitação; é com a ajuda de um adulto que a criança consegue refletir e desenvolver a capacidade de solucionar problemas; é necessário que haja uma conexão com o emocional daquela criança para que esse desenvolvimento ocorra e a validação de seus sentimentos e percepções é essencial para assim alcançar a reflexão. Ampliar caminhos, estimulando o pensamento de acordo com a singularidade de cada ser. Os questionamentos instigam a buscar uma resposta por conta própria, sem verdades absolutas advindas de um adulto. Ensinar uma criança a pensar e questionar auxilia na constituição de uma autoestima fortalecida.

Alguns adultos trazem um direcionamento unilateral e com base na sua visão de mundo, pois, para muitos, educar é fazer que a criança obedeça e siga suas regras e formas pré-determinadas de viver.

Já por meio da Arteterapia é possível que a criança expresse sua autenticidade e reconheça a beleza da sua singularidade. Existem muitas formas de pensar, agir e criar no mundo e a validação dessa singularidade na infância pode auxiliar em uma estrutura mais firme para seus próximos passos.

A liberdade de poder se experimentar dentro de um jogo dramático é uma oportunidade para a criança perceber o que gosta, o que não gosta, o que há dentro dela. Ganha-se permissão para errar e se descobrir a partir da projeção da vida dentro da brincadeira, quando se brinca tudo é possível.

É brincando que a criança mergulha na vida, sentindo-a na dimensão de suas possibilidades. No espaço criado para brincar nessa aparente fantasia, acontece a expressão de uma realidade interior que pode estar bloqueada pela necessidade de ajustamento às expectativas sociais e familiares. A brincadeira espontânea proporciona oportunidades de transferências significativas que resgatam situações conflituosas (CUNHA, 1993, p. 35-36).

Além disso, jogos de grupo incentivam a criança a aprender sobre relacionamentos interpessoais - é na troca com o outro que se tem a oportunidade de desenvolver habilidades e aptidões sociais, tais como: falar sobre seus incômodos, expressar afeto, dar e receber amor, entender os limites entre seus desejos e os desejos do próximo, entre outros.

Para Slade (1978, p. 18):

O jogo dramático é parte essencial na vida do jovem. Não é apenas uma atividade de ócio, mas antes a maneira da criança pensar, comprovar, relaxar, trabalhar, lembrar, ousar, experimentar, criar e absorver. O jogo é na verdade a vida. A melhor brincadeira teatral infantil só tem lugar onde oportunidade e encorajamento lhe são oferecidos por uma mente adulta.

Isso é um processo de “nutrição” e não é o mesmo que interferência. É preciso construir a confiança por meio da amizade e criar a atmosfera própria por meio de consideração e empatia.

Por fim, jogos teatrais e outras expressões artísticas permitem às crianças a concretude dos seus próprios sentimentos, saindo do âmbito imaginário para o aqui e o agora, utilizando o corpo, o papel ou a escultura e facilitando, assim, o diálogo com o que se sente, abrindo possibilidades para integração e fluidez.

O trabalho arteterapêutico desde a infância auxilia no protagonismo das crianças perante sua história, desenvolvendo a seu tempo infinitas possibilidades ancoradas pela confirmação do arteterapeuta e estruturação da sua *psique*.

Referencial Teórico

Muito se fala sobre amor nos tempos atuais, mas foi com Beatriz Helena Paranhos Cardella, no livro **O amor na relação terapêutica**, que o tema ganhou foco e conduziu as pesquisas deste artigo. Para Cardella (1994, p. 11): “Precisamos permitir que algo ou alguém nos toque com suavidade, para que as cores do amor adquiram novamente o significado em nossas vidas”. A autora discorre sobre o amor na relação cliente e terapeuta, por meio da Gestalt-terapia, abordando o amor como alicerce e instrumento primeiro do trabalho terapêutico.

A importância do estado amoroso no desenvolvimento da criança é fundamental e seus conceitos conduziram as trinta e três sessões, buscando trazer autoconfiança e senso de merecimento, auxiliando a troca amorosa, e oferecendo a essas crianças a possibilidade de receber amor, cuidado e contorno simplesmente por ser quem se é, sem a necessidade de atingir qualquer expectativa. Quando habitamos o estado amoroso não há julgamento ou amor condicionado, neste estado pode haver a troca sincera e fluida.

Vários tipos de amor são citados no livro da autora, entre eles: amor fraterno, amor materno, amor erótico, amor romântico, amor a Deus e, finalmente, amor terapêutico. Ao escrever sobre as manifestações de amor, Cardella (1994, p. 23) traz a importância do amor a si mesmo, construído a partir da confirmação: “Nós confirmamos a nós mesmos se recebemos a confirmação dos outros, e se os outros podem nos confirmar é porque aceitamos sua confirmação”. Dentro do emaranhado de sentimentos que as crianças traziam consigo, a confirmação de que era permitido sentir o que estivesse presente em seu ser, incluindo raiva, tristeza e ciúme, teve papel fundamental no bom resultado obtido ao final da prática, pois o sentimento de inadequação, aos poucos, passou a dar lugar ao sentimento de auto valia, pois dentro da condição de humanos, todos os sentimentos são válidos.

Para Cardella, (1994, p. 22), “o amor manifesta-se, então, como uma atitude diante da vida, do mundo, da humanidade, do desconhecido e do mais próximo”. Quanto mais

amor e confirmação recebiam, mais encorajados se sentiam a amar e manifestar gestos de carinho em relação ao grupo.

Irene Gaeta Arcuri, em seu livro **Arteterapia e o corpo secreto**, traz luz às técnicas expressivas coligadas ao trabalho corporal. O corpo reage e guarda informações, muitas vezes inconscientes, de tudo que vivemos: feridas antigas, não cicatrizadas, que impedem um desenvolvimento pleno.

Segundo Arcuri (2006, p. 15), “as experiências vividas deixam sinais em nosso corpo que ficam em estado de latência, de forma que algo acontecido há muito tempo possa ser revivido como se houvesse acabado de acontecer”.

A concretude presente no livro da autora também se faz presente na dinâmica dos cinco sentidos, que foi significativa para a elaboração deste artigo. Ao trabalhar o corpo trabalhamos, também, o aqui e o agora e os sentimentos de uma forma mais palpável.

Para Arcuri (2006, p. 16):

Os medos podem estar ligados às funções corporais e eles reaparecem por meio do corpo. A escultura permite reexperimentar o medo, dar-lhe forma e assim, estabelecer um diálogo com ele. Revivendo o passado por meio da escultura é possível percebê-lo de forma mais objetiva em proporções reais. Você pode transformar o medo, que é um estado passivo em um estado ativo.

Esses conceitos foram fundamentais para que as crianças observassem seus sentimentos sob uma nova perspectiva: trazê-los para o concreto por meio de desenhos, práticas teatrais, experiências sensoriais e massinha, colaboraram para que fosse possível dialogar com o que elas sentiam. A partir desse diálogo da aceitação e da confirmação, os sentimentos fluíram com muito mais facilidade e a inteireza passou a ser mais presente em cada um dos participantes do grupo.

A autora ainda traz a importância e o poder da presença. A presença em habitar seu próprio corpo, em dialogar com o que se sente e em trocar com o outro. Para Arcuri, (2006, p. 27), “pelo atendimento à criança é possível devolver a ela a capacidade daquilo que a prende a uma representação ilusória de si mesmo: o imaginário”.

Com base nessa citação fica claro o porquê os cinco sentidos foram de suma importância para a evolução das crianças. Ao dar mais foco para o corpo físico - olfato, paladar, tato, audição e visão - foi possível trazer as crianças mais facilmente ao aqui e agora e trabalhar com o palpável, olhando para seus sentimentos de uma forma nunca antes olhada. Muitos *insights* ocorreram durante as dinâmicas sensoriais, o que, conseqüentemente, auxiliou o processo de aceitação, acolhimento e autoamor.

Desenvolvimento

A prática foi iniciada dia 17 de fevereiro de 2022, no Lar do Alvorecer Cristão, na cidade de São Paulo. O centro de acolhimento escolhido abriga crianças e adolescentes em horário de contraturno da escola pública Tenente, localizada nos arredores do CCA.

Os atendimentos foram realizados em parceria com a também pós-graduanda em Arteterapia, A. S. Formou-se um grupo de seis crianças de seis anos e quatro adolescentes de onze a doze anos. Os atendimentos do grupo infantil eram realizados por mim, enquanto ela observava e me auxiliava quando necessário; já os atendimentos do grupo dos adolescentes eram realizados por A. S. e eu fazia o papel de observadora e, também, de auxiliar – o que proporcionou um amplo aprendizado, uma vez que foi possível visitar tanto o mundo das crianças quanto o dos adolescentes.

O artigo em questão foi elaborado com base nos trinta e três encontros com o grupo de crianças, cada encontro com uma hora e meia de duração. O ponto inicial para a criação de um espaço de intimidade e conexão foi a caixinha de segredos, atividade na qual as crianças embarcaram com muito entusiasmo e abertura, enchendo-as com muitas artes elaboradas em todo o período da prática.

Os métodos Oficinas Criativa® (ALLESSANDRINI, 1996) e O jogo dramático infantil (SLADE, 1978) foram o foco de nossos encontros. A oficina criativa é uma metodologia que foi elaborada em um processo de intervenção psicopedagógica com a Arteterapia e consiste em cinco etapas: sensibilização, que pode estabelecer uma conexão diferenciada com o mundo e com o si-mesmo por meio de recursos como música, respiração, contos; expressão livre, onde sentimentos, emoções e percepções são livremente expressos no material selecionado; elaboração de expressão, momento de distanciamento reflexivo, onde é possível elaborar melhor dando mais contorno e forma no que foi expresso anteriormente; transposição de linguagem, momento mais diretivo e estruturado onde é possível perceber que as formas estão cheias de símbolos e significados, nesse momento, também sugere-se escrever sobre o processo ou fazer a transposição para outro material; por fim, a avaliação, que é quando a distância reflexiva se completa para que possamos, segundo Alessandrini (2004, p. 85) realizar a “recomposição das etapas processuais, o que permite que a aprendizagem produzida seja tornada consciente.” Já o jogo dramático de Slade é uma brincadeira teatral infantil onde a caracterização e a situação emocional é tão nítida que foi dado o nome de jogo dramático. Segundo Slade (1978, p. 17), “O jogo dramático infantil é uma forma de arte por direito próprio; não é uma atividade inventada por alguém, mas sim o comportamento real dos seres humanos.”

Muitos materiais foram usados durante esses nove meses: tintas guache, lápis de cor, giz de cera, tintas apropriadas para pintar camisetas, massinha, papel higiênico, revistas, papel EVA de *glitter*, muitos adesivos, lantejoulas, penas, cristais, fitas, forminhas de doces, folhas, pedras e elementos da natureza no geral.

O fio condutor do trabalho foi o filme **Divertida Mente**, disponível em Disney+, no qual Railey, a protagonista, se vê em um misto de emoções ao ter que mudar de cidade por conta do trabalho de seu pai. Em um novo ambiente, ela sente falta de suas amigadas, sua antiga escola e a dinâmica familiar que tinha no passado; com isso, a “sala de controle” de sua mente, onde ficam alojados os sentimentos personificados - Alegria, Medo, Raiva, Tristeza e Nojo -, entra em pane, ganhando grandes proporções, e a cada momento um deles assume o controle de forma exacerbada.

O filme também retrata o quão perigoso pode ser excluir um sentimento, negando-o e evitando o diálogo com ele. Alegria, um dos sentimentos presentes na sala de controle, não queria a Tristeza por perto, porém quando a Tristeza acaba por acidente, deixando a sala de controle e se perdendo, as memórias de Railey vão se apagando e os sentimentos percebem que a Alegria não pode existir sem a Tristeza.



Figura 1. Exibição do filme **Divertida Mente** (Disney+): Nojo, Raiva, Alegria, Tristeza e Medo. Fonte: Acervo pessoal da autora.

Após ser exibido em sessão notou-se a necessidade de explorar o emaranhado de sentimentos dessas crianças.

Segundo Cardella, (1994, p. 24), “o amor e a confirmação incondicionais recebidos na infância são essenciais para o desenvolvimento da capacidade do indivíduo de amar a si mesmo e de se autossustentar”. Dessa forma, com o objetivo de explorar os sentimentos emaranhados, foram tecidos cuidadosamente os afetos, fazendo com que a prática fosse ancorada por um vínculo fortalecido. É na estabilidade da relação que é possível mostrar-se como realmente é, trazer ao mundo sua singularidade e beleza. A presença do estado amoroso possibilita que as crianças se sintam seguras para mergulharem em suas emoções

e debruçarem em suas inteirezas, o amor e a validação não estão condicionados em um padrão a ser seguido. Para Cardella, (1994, p. 24)

O amor condicional é buscado e aceito pela criança, pois a ausência de amor acarreta uma “ferida” muito maior. Quando uma criança não se sente digna de amor pelo que ela é, desenvolve uma autoimagem negativa, e conseqüentemente, baixa autoestima. Como pode amar a si mesma se não é digna de amor?

O Complexo Mundo dos Sentimentos

“A Arteterapia me ensinou a acreditar em meus sonhos”. L., seis anos, surpreende com essa frase em sua última sessão. A esperança aparecia fortalecida em sua fala depois de um processo profundo de elaboração e acolhimento dos seus sentimentos, os quais transbordavam intensidade desde o primeiro dia de prática.

Os sentimentos surgem como primeiro plano neste artigo juntamente com o vínculo, pois foi possível notar um grande desafio das crianças perante o amplo e potente mundo dos sentimentos.

A dualidade estava muito presente em quase todos os seus trabalhos e na maneira de se comunicar, fazendo com que as emoções não se misturassem, como se não fosse permitido ou possível sentir mais de um sentimento simultaneamente. No início da prática era comum no início da prática, ao serem questionados como se sentiam, trazerem sempre a mesma resposta “estou feliz”. Entretanto, muitas vezes, eram retratados outros tipos de sentimentos em suas expressões artísticas, ora pela incapacidade de reconhecer e até mesmo nomear alguns sentimentos, ora pelo medo em admitir o que se sentia quando os sentimentos eram vistos como “ruins” e negativos. Era nítido que temiam a repreensão ou o desamor, a inteireza não parecia uma opção. Possivelmente passaram por situações em que “não cumprir a expectativa” trouxe a sensação de desamor e inadequação.

Segundo Cardella (1994, p. 24),

A crença de não ser digna de amor encontra-se no cerne do indivíduo que manifesta dificuldades para amar. A criança confirmada condicionalmente, aos poucos vai perdendo a espontaneidade por sentir-se ameaçada de perder o amor dos pais caso não se comporte, não sinta e não pense como eles desejam.

Como citou o professor do curso Jung e a criança, Alex Rocha, o pequeno é Dom Quixote e o terapeuta é Sancho Pança. É viável embarcar no que as crianças trazem; elas, com suas necessidades e demandas apontam o caminho a ser seguido corajosamente pelo arteterapeuta. Foi assim que as atividades passaram a ser voltadas para desmistificar os sentimentos conflitantes. Muitas dinâmicas ajudaram nesse objetivo, como o jogo da memória das emoções, que possibilitou reconhecê-las e nomeá-las, o jogo dramático infantil,

usando o corpo e a voz para expressar os sentimentos, a contação de histórias com fantoches, saco de socos, e, em especial, a vivência dos cinco sentidos.

A história de L. terá maior ênfase neste artigo, pois pôde-se perceber como um espaço seguro, juntamente com um vínculo bem estabelecido, sem ameaça de abandono e a expressão dos sentimentos por meio da Arteterapia o tirou de um lugar de medo e raiva dominantes para um estado de maior acolhimento e esperança, permitindo-o a integralidade e a fluidez.

L. chegou em sua primeira sessão muito animado, com uma energia criativa grande e muito desejo de experimentar a vida, os homens-aranhas ocupavam diversas posições no espaço. Seu trabalho tinha muito brilho, L. adorava tudo que brilhava. Logo de início, percebeu-se que trazia sentimentos muito intensos, que ocupavam praticamente todo o papel, pois os elementos de seus desenhos não tinham respiro ou espaços entre si.



Figura 2. Crachá de L. Fonte: Acervo pessoal da autora.

Nota-se que dentro do crachá havia poucos espaços de respiro - ele foi uma das crianças com maior dificuldade na respiração consciente e meditação guiada, não sentia confiança em fechar os olhos e a permissão de entrar em contato com o mundo interno foi se estabelecendo gradualmente ao longo do processo, aos poucos se entregou ao relaxamento e à conexão que essa prática traz.

Em uma segunda sessão foi perguntado sobre os medos que traziam em seus corações e pedido que uma bexiga fosse enchida visualizando esse medo e logo depois estourada, entre respostas como “baratas” e “monstros”, L. trouxe o medo de que sua mãe morresse - não demorou para que chegasse a essa resposta, trazida com naturalidade, estourando a bexiga com força e o mais rápido possível. Foi surpreendente que esse medo

tão profundo emergisse logo na segunda sessão, uma vez que nenhuma das crianças tinha trazido um medo relacionado à morte. Conseqüentemente, ao abandono como L., notou-se que algo o colocava em constante estado de alerta.

Foi nos dada a informação de que seu pai estava na cadeia desde que L. tinha três anos de idade, mas ele não sabia disso e acreditava que o pai estava trabalhando. Ora dizia que ele trabalhava em uma fazenda, ora sua fantasia ia mais longe e, para tentar preencher ele dizia que seu pai estava salvando o mundo e por isso não poderia estar ali com ele. Mas, mesmo longe fisicamente, seu pai estava presente em quase todas as sessões: tanto nas lembranças de L. quanto em seus sentimentos conflitantes.

Era nítido a dor profunda de L. e, também, seu medo do abandono; por muitas vezes relatou as brigas que os pais tinham antes do pai ser preso, e o quão triste ele ficava ao ver sua mãe chorando. Além da falta do pai, L. também precisava lidar com a dor de perceber a tristeza na mãe. A impossibilidade de passar as datas comemorativas com o pai também o afetava, manifestando-se na forma de raiva de si mesmo e do mundo ao seu redor.

Em sua quarta sessão, logo após as crianças assistirem ao filme **Divertida Mente**, perguntei qual sentimento L. gostaria de desenhar e seu primeiro impulso foi dizer que gostaria de desenhar o medo, mas logo em seguida disse que era melhor não, que preferia desenhar a raiva. Talvez essa raiva fosse a máscara que escondesse o profundo medo de ser abandonado por não ser suficientemente amado ou alguma parte dele acreditasse que seu pai foi embora por culpa dele ou pela falta de amor por ele, dirigindo a raiva a si mesmo e, por vezes, a outros a sua volta.

Por não ter recursos que a capacitem perceber a incapacidade dos pais de amar incondicionalmente, a criança dirige sua hostilidade e frustração para si mesma, desenvolve culpa, vergonha, sentimentos de inferioridade e menos valia, inibindo gradativamente o seu potencial para amar a si mesma, os que a cercam, e também para sentir-se amada (CARDELLA, 1994, p. 24)

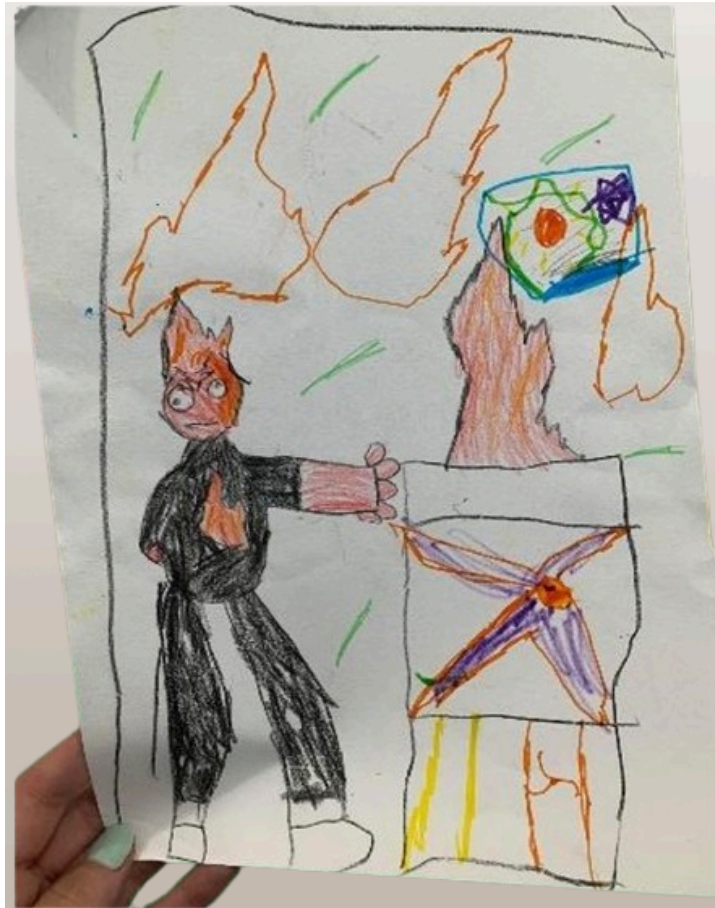


Figura 3. Raiva (personagem do filme **Divertida Mente**). Fonte: Acervo pessoal da autora.

L. tinha uma postura um pouco mais hostil com seus amigos quando não se sentia aceito e constantes atitudes defensivas, sentindo-se culpado ou repreendido por ser quem era.

Na nossa sexta sessão a arteterapeuta A. S. não conseguiu me acompanhar e fiquei sozinha com as crianças. Uma delas, V., sentiu que me ajudaria “tomando conta” da sala. L. estava feliz, cantando e brincando enquanto fazia seu desenho, mas V. o repreendeu dizendo que a alegria dele estava tumultuando a sessão. Em seguida, a água da tinta dos trabalhos caiu no chão, fazendo com que L. se sentisse muito inadequado; supondo que a culpa era dele, sentiu raiva, correu pela sala, subiu nos móveis e se afastou dos colegas.

Chamei L. para uma conversa e ele imediatamente se fechou; olhava-me bravo, acredito que esperava por uma bronca. Ao perguntar o que tinha acontecido, ele me disse que V. o culpou pela água que havia caído. Questionei como ele se sentia nessa situação e ele pegou a cadeira e colocou na minha frente, olhou-me nos olhos e disse: “Como você acha que eu me senti?”. Naquele momento, ele dirigiu sua raiva a mim, talvez imaginando que eu também poderia estar culpando-o. Respondi que só poderia saber caso ele me contasse, e que estava muito interessada em entender. Ele insistiu: “Como é que você acha?”. Ele precisava que eu o permitisse sentir o que ele sentia e a resposta veio de forma

sutil: “Acho que você estava com raiva e triste. É assim que você se sentiu?”. Ele assentiu quando percebeu que os seus sentimentos não eram um problema e a conexão continuava presente. A arteterapeuta continuava ali, disposta a ouvi-lo, acolhendo toda a raiva e a tristeza que ele trazia. Seu corpo relaxou, ele se aproximou ainda mais e contou-me de um cachorro que tinha sido doado - na mesma época em que o pai foi preso, e pôde-se perceber que houve mais de uma ocasião em que perdeu o objeto de seu afeto. Contou-me também sobre outras situações de sua vida, agora situações leves e alegres. O vínculo foi se estabelecendo e ele passou a se sentir mais seguro durante a conversa; ao final da sessão, expressou sentimentos de carinho pelas palavras e pelos gestos e me deu um grande abraço. Passar pela experiência de dizer o que sentia sendo acolhido sem o menor julgamento trouxe a ele uma maior aceitação de si mesmo.

Para Cardella, (1994, p.23), “Confirmar é um ato de amor, é reconhecer a outra pessoa como alguém que existe em sua forma singular e que tem o direito de fazê-lo”.

Continuamos o nosso percurso e percebia-se na fala das crianças sentimentos de saudade em relação a amigos que mudaram de escola. A. foi uma colega que participou do grupo com eles, mas trocou de escola logo no início e, às vezes, as sessões faziam com que as crianças se recordassem dela.

Foi decidido, então, trabalhar o sentimento de falta e de separação. A dinâmica da vez foi a de pintar um dia muito gostoso que eles tiveram, passar tinta preta por cima e com um palitinho tirar um pouco da tinta, recontando essa história, percebendo em o que ela havia se transformado.

L. se animou para fazer o dia feliz, lembrou de um passeio que fez para fazenda, junto com seus pais. Colocou no papel, além de árvores, sol e elementos da natureza, uma vaquinha, chamada Jaqueline. No momento de jogar a tinta preta percebia-se como ele a jogava com muita raiva e intensidade: “Adeus, Jaqueline, adeus.” Segundo Slade (1978, p. 20) “Assim o drama – sempre presente, sempre vital, sempre belo – progride lentamente do menos óbvio para o mais óbvio.”

Podia-se notar a dor dele ao se despedir, a despedida tinha que ser rápida e a tinta precisava cobrir o desenho o quanto antes, era muito desafiador para ele lidar novamente com o fim.

L. jogou tinta demais no papel, fazendo com que seu desenho ficasse mais espesso que o dos outros, dificultando o uso do palitinho para recontar a história. Ele se frustrou com essa situação, como se a intensidade da sua raiva resultasse no uso demasiado da tinta, como se a potência do seu sentimento o impedisse de encontrar o que estava embaixo. Quando começou a raspar o papel, quis imediatamente reencontrar Jaqueline - há reencontros em sua vida que ele anseia há tempos. Quando viu que não era possível, recriou a história da seguinte maneira: um casal de bois que perdeu o filho. Entre muitos

elementos, ele trouxe a seguinte reflexão: “Criança precisa de cuidado, se não tiver cuidado ela morre.”



Figura 4. Adeus Jaqueline, adeus. Fonte: Acervo da autora.

Era perceptível que L. buscava o reencontro com o pai, com o cachorro e com tudo que ele amava e se foi; sentia falta de carinho e cuidado. Sentia-se sozinho pois, além de não ver o pai há três anos, a mãe trabalhava o dia inteiro para sustentar três filhos. A intensidade de seus sentimentos era tão grande que ele se frustrava ao lidar com ela. Para Arcuri (2006, p. 23), “A construção do corpo começa com a concepção e os fatos ocorridos em nossas vidas ou ao nosso redor; deixam marcas psicológicas por vezes imperceptíveis impregnando-nos de sensações muitas vezes inexplicáveis.”

As sessões dos cinco sentidos tiveram uma importância significativa no processo de L. para lidar com tantas emoções que haviam aflorado nele. Segundo Arcuri (2006, p. 66), “Em termos psicológicos, o corpo está associado à terra e ao aqui-e-agora. A sensação é a percepção dos sentidos no momento da personificação da vida”. O tato o ajudou a permitir a troca, a ser contornado e cuidado; era necessário que alguém o acolhesse, que seus limites entre o interno e o externo fossem transpostos a partir do amor e da delicadeza do tato.

Ao receber a massagem nas mãos com o óleo essencial de lavanda, ele se entregou à troca; era perceptível sua alegria ao ser tocado. Deu-se continuidade com o tato explorando outras partes do corpo e permitindo que a brincadeira se aprofundasse. As crianças se deitaram no chão e foi feita uma “pizza” em suas costas, trazendo o lúdico para a vivência. No início L. teve receio, mas quando percebeu que era seguro, relaxou e se entregou, sentindo vontade de auxiliar-me em fazer a “pizza” no restante da turma. Ao receber cuidado, L. quis demonstrar seu afeto e cuidar de seus amigos. Segundo Slade

(1978, p. 18), “As experiências são emocionantes e pessoais e podem se desenvolver em direção a experiências de grupo.”

A vitalidade começou a ganhar mais espaço, desenhou abraços em uma folha de papel, também se desenhou abraçando os amigos e contou-me que não sabia que abraço era tato. A alegria foi tanta que disse que daquele momento em diante gostaria sempre de usar o tato no dia a dia.

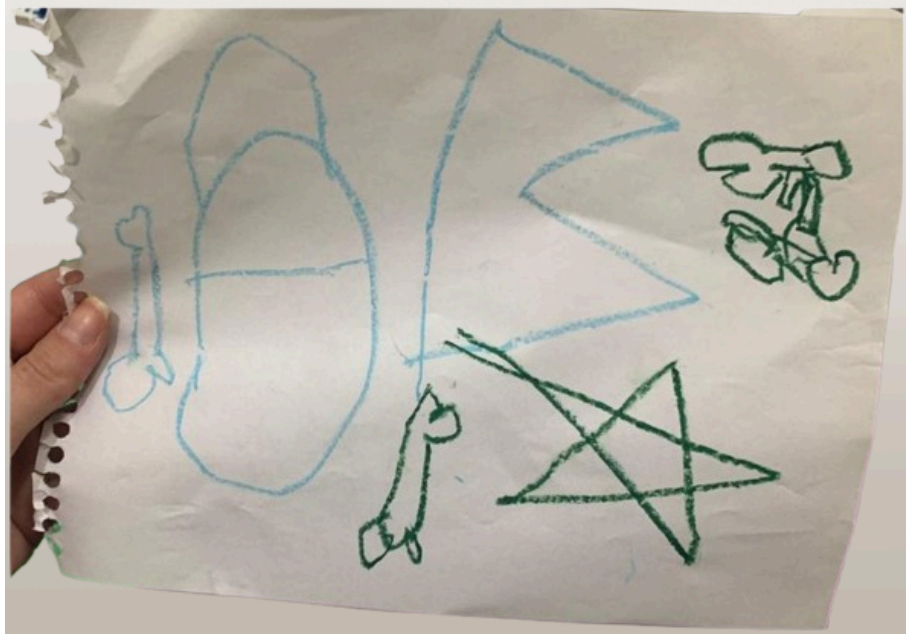


Figura 5. Desenho de L. (tato). Fonte: Acervo da autora.

O carinho palpável, não apenas por meio das palavras, mas integrando o corpo físico foi essencial no processo. A partir dessa dinâmica, L. passou a expressar mais carinho pelos amigos, pois talvez o toque tenha diminuído a sensação de solidão. Para Arcuri, (2006, p. 72), “a pele é o nosso limite que se interpõe ao mundo que nos cerca e é também através dela que estamos ligados ao mundo exterior [...] ser tocado é essencial para o desenvolvimento humano.”

Ao trabalhar a audição, L. trouxe novamente a ausência do pai. Colocou tanta tinta em seu trabalho que o papel se partiu, o que gerou agitação e aflição. L. subiu nas cadeiras e buscou o tempo todo meu olhar, disse que queria ser ouvido, apesar de ter sido ouvido anteriormente, existia mais alguma coisa a ser dita: “Tinta demais mata o papel. Agora o papel está partido, parece meu coração”, desabafou.

Essa sessão ocorreu logo após o Dia dos Pais, e, mais uma vez, notou-se a falta e a solidão que ele sentia por não ter o pai presente. Em muitos momentos durante a sessão ele comentou sobre seu sentimento de saudade e sobre como gostaria de passar o Dia dos Pais junto de seu pai. Poder trazer esse sentimento para o concreto, para o papel e a tinta, e ter a

possibilidade de dialogar com ele, além de receber o apoio e a confirmação que precisava, trouxe a L. uma percepção diferente.



Figura 6. Pintura – Audição. Fonte: Acervo pessoal da autora.

Ele contou a todos que embaixo do coração partido havia uma representação do que ele chamava de um “dia de sorte” e apesar de haver dias tristes também havia dias de sorte e quando ele estava nesses dias ele não se lembrava tanto da tristeza. Ainda afirmou que as sessões de Arteterapia eram consideradas dias de sorte para ele.

Com o vínculo fortalecido, as experiências de acolhimento, de toque, contorno e a concretude ao lidar com o que sentia, L. foi desenvolvendo um espaço seguro dentro de si, percebendo que havia algo a mais e permitindo-se ancorar suas faltas na paciência das arteterapeutas e no carinho das outras crianças do grupo.

Segundo Cardella (1994, p.16), “o amor pode ser recebido apenas em estado de amor, para ser percebido, sentido ou vivido.” Esse amor o ajuda a caminhar, a encontrar suas potencialidades e outros sentimentos que pulsam dentro de si, mesmo com esse pequeno buraco em seu coração.

Por fim, a sessão do sentido visão aprofundou ainda mais o processo de L.; essa sessão consistia em se olhar no espelho e se desenhar da exata maneira que se via - diferente de todas as outras crianças, ele se desenhava como adulto, de máscara e sincronicamente a profissão que ele disse que seu desenho tinha era a de advogado.

L. experimentava com facilidade cores e elementos em seus desenhos, porém nessa sessão, em específico, ele disse que não queria errar. Desenhou bem devagar e usou a borracha algumas vezes enquanto desenhava.

Foi perguntado sobre as sobrancelhas que ele representava em seu desenho, e questionado se a figura que estava no papel estava brava por algum motivo, ele olhou, analisou, virou o papel, respirou fundo e finalmente apagou as sobrancelhas. Decidido e com alguma tristeza disse: “Não quero ser furioso, eu sou um pouco feliz.”

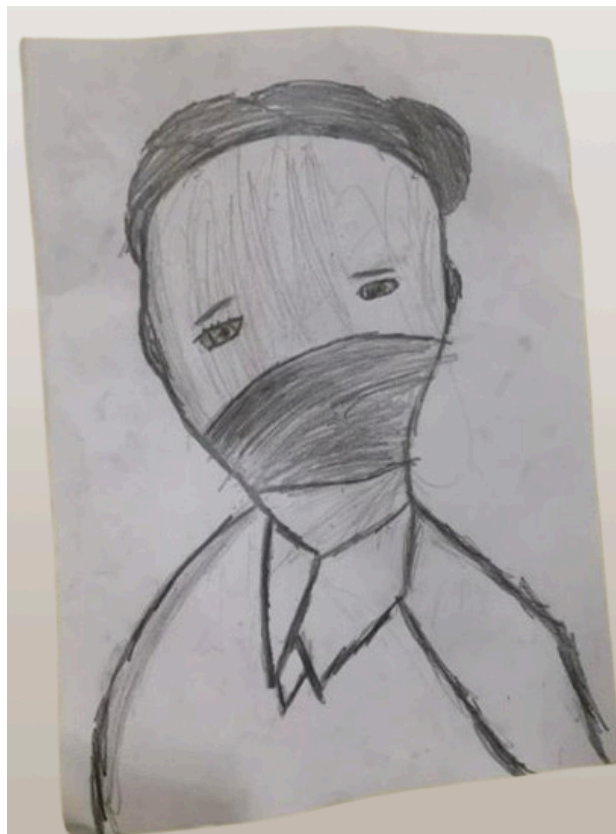


Figura 7. L. advogado. Fonte: Acervo pessoal da autora.

L. reconhece sua inteireza ao lidar com sua raiva, aceitá-la e expressá-la, identificar que o sentimento em questão ocorria de forma mais rápida e mais leve do que foi percebido na última sessão. Esses sentimentos passam a não dominá-lo mais com tanta intensidade e, apesar de o seu desenho estar em preto e branco, ele decide que não quer ser só furioso, percebendo que também existem outros lados de si mesmo, percebendo a beleza em si mesmo: “*Eu sou um pouco feliz.*” Segundo Allessandrini (2004, p. 84), “Observa-se a partir de um ângulo novo, localizam-se novas formas nas figuras que emergem e que saltam aos nossos olhos.”

Nessa sessão, foi possível perceber que ele se permitiu sentir felicidade ao reconhecer que ela existe dentro dele. Ao lidar com a dor do abandono e ao ser contornado e amado como é, a culpa pela partida do pai foi diminuindo e ele pode, enfim, viver mais

momentos felizes e leves, como os dias de sorte que ele cita anteriormente, cada vez mais frequentes.

A partir do momento em que seus desenhos não rasgaram mais o papel, suas criações passaram a caber na folha e ele conseguiu se ver por inteiro. Para Allestrandini (2004, p. 83), “É um constante alimentar-se, uma constante descoberta e redescoberta de algo que não aparecia nesse espaço externo e visível”.

Nas atividades seguintes já pudemos notar o acolhimento que ele trazia no seu desenho, além de um pouco mais de cor. Em uma contação de história com fantoche, o palhaço não cumpriu a expectativa, pois não conseguiu “ajudar” a bailarina, que caiu e se machucou. A história também poderia servir como projeção da dor e da impotência que ele sentia perante o sofrimento da mãe, trazido algumas vezes em sessão, porém, diferente de outras sessões, seu primeiro instinto foi o de cuidar do palhaço e de fazer carinho nele. L. escolheu acolher o palhaço e representou em seu desenho uma sopa quente e saborosa - pode-se notar que a sopa não vaza do recipiente, o contorno da vasilha estava bem definido, o que foi um ganho importante pois ele precisava de um contorno maior. Dessa vez a raiva não foi o primeiro sentimento a surgir, não houve nenhuma tentativa de “culpar” o palhaço por sua impotência perante uma situação que não lhe cabia. Ao invés disso, ele cuidou e nos contou que quando ele ficava triste sua mãe fazia sopa para ele. Por isso, ele também queria acalmar o coração do palhaço, ajudando-o a se sentir melhor. Segundo Boni (2022, pg.03), “A empatia é poderosa para favorecer transformações sociais e políticas, assim como para provocar uma revolução nas relações humanas.”

L. encontrava-se mais calmo, alegre e carinhoso com seus amigos. Notou-se também que as atitudes defensivas diminuíram, ele se permitia agora tocar com mais segurança e menos receio de não ser suficientemente amado ou de sua singularidade ser motivo de desamor. Segundo Tognetta (2015), as virtudes desejadas são função de um processo de legitimação conferido pelo sujeito e que se dá progressivamente e em relação ao meio no qual este sujeito convive.

Podemos notar os espaços livres ao redor do desenho, suas expressões artísticas finalmente ganharam respiro, possivelmente porque ele também pôde respirar.



Figura 8. Sopa para o palhaço. Fonte: Acervo pessoal da autora.

Segundo Cardella (1994, p. 18), “o estado de amor determina a maneira como nos relacionamos com a vida em geral, desde o cuidado com uma planta até a gentileza e o respeito por um estranho”.

A penúltima sessão também foi surpreendente. O conto trabalhado chamava-se “O pote vazio”, que retratava a história de um imperador que pediu para algumas crianças que gostariam de suceder o império regassem uma semente diariamente, cuidando dela com carinho para que ela crescesse. A criança que conseguisse a planta mais bonita e bem cuidada seria o novo imperador. No entanto, a semente não crescia em nenhum dos potes pois era estéril e algumas crianças compraram plantas de exuberante beleza para levar ao imperador. Ping, foi o único que levou o pote vazio. Todos riram dele, mas ele não se importou, pois trazia com integridade sua verdade. Dessa forma, tornou-se o mais novo imperador.

L. ficou fascinado por essa história; foi uma de suas favoritas durante toda a prática, contou-nos que na vida dele era assim também: muitas coisas tristes aconteciam, mas ele não iria desistir, continuaria “regando” seus sonhos. Na sessão seguinte fez um vaso de massinha, unindo diferentes cores em seu trabalho - diferente do desenho em preto e branco de algumas sessões atrás. No fim, muito animado disse: “Acho que vou colocar areia nesse vaso, vai que nasce outra flor.”

Foi comovente perceber que a esperança estava ganhando espaço em meio a tantos desafios e sentimentos conflitantes. Notava-se maior vitalidade no dia a dia de L. e mais confiança no amanhã. Com contorno e confirmação, L. se sentia cada vez mais aberto para experimentar o mundo e aproveitar as surpresas que poderiam chegar a ele.



Figura 9. Vaso de flor – colorido e com areia. Fonte: Acervo pessoal da autora.

Essa confiança no amanhã apareceu nitidamente na última sessão, quando foi perguntado qual era a melhor qualidade que ele tinha reconhecida nas sessões de Arteterapia e a resposta foi a que iniciou esse artigo: “A Arteterapia me ensinou a acreditar em meus sonhos.”

Dessa maneira, notou-se que os resultados foram muito significativos. L. tem maior protagonismo perante sua história, olha para o futuro com olhos de esperança e se acolhe com mais amor e paciência - frutos de um trabalho arteterapêutico focado na expressão genuína do ser, no estado amoroso, no vínculo não condicionado. A partir da inteireza é possível trabalhar o emaranhado de sentimentos que pulsam por dentro; todos os sentimentos coexistem e ao aceitá-los e expressá-los passam a caber. A prática abriu portas não apenas para L., mas para que todas as crianças do grupo se sentissem mais autoconfiantes, amadas, inteiras, amorosas e empáticas com seus afetos. Para Boni (2022, pg.10), “A empatia pode ser um caminho para transformar vidas e promover mudanças sociais.”



Figura 10. L. preparando sua coroa. Fonte: Acervo pessoal da autora.

Considerações finais

Foi possível observar ao final do processo uma grande evolução não apenas em L., mas em todas as crianças: sentimentos muito mais elaborados, habilidade em nomear o que se sentia e uma naturalidade ao admitir sentimentos como raiva e tristeza.

Notou-se uma maior fluidez ao sentir: trazer a concretude para os sentimentos e dialogar com eles obtendo acolhimento trouxe também a sensação de que os sentimentos passam, como ondas do mar vem e vão tirando-os do imaginário; eles não precisavam mais ficar presos no que se acreditava ser e sim viver o que se era, sabendo que sentimentos - e os seres humanos - estão em constante transformação. Dessa maneira ficava mais fácil o convívio social entre eles, notando-se que ficaram mais carinhosos uns com os outros - as brigas ainda existiam, mas de uma maneira diferente.

Pôde-se perceber uma facilidade maior no diálogo quando algo não os agradava, além de uma habilidade maior ao entrar em um consenso. Os abraços, que no início da prática eram quase simbióticos, quase “agressivos”, passaram a ser mais suaves e com maior cuidado com o outro. Além de se comunicarem melhor, também aprenderam a ter consciência sobre o corpo do outro e de que maneira se tem a permissão de tocá-lo.

Por fim, outra área que evoluiu com as práticas foi a criatividade. As crianças por si só já eram criativas e inventivas, porém, algumas tinham receio de inovar, de experimentar e de errar. Lidar com a arte, com a expressão, com tintas e com todas as ferramentas que lhes foram apresentadas trouxe maior fluidez para as atividades do dia a dia. As crianças perceberam que não existe apenas uma maneira de realizar algum tipo de atividade ou de se expressar, pois cada ser humano é singular e é neste lugar que se encontra a beleza de cada um. Dessa maneira, o estímulo por meio da arte serviu para que as crianças fossem conhecendo um pouco mais da sua própria assinatura no mundo, colocando, aos poucos, menos peso e mais liberdade no seu criar, se apropriando cada vez mais de si e exercitando a autoconfiança.

Foi nítida a ampliação de mundo que as crianças tiveram durante o processo. E não apenas as crianças; nota-se que essa ampliação ocorreu de ambos os lados. A troca entre a arteterapeuta e os clientes reverberou em uma transformação profunda. Talvez não fossem apenas os braços das crianças que fossem pequenos e permitir a troca nesse estado amoroso, reconhecendo o outro como é, percebendo sua completude e singularidade, fizeram crescer os braços de todos os envolvidos a ponto de se juntarem em um grande abraço final.

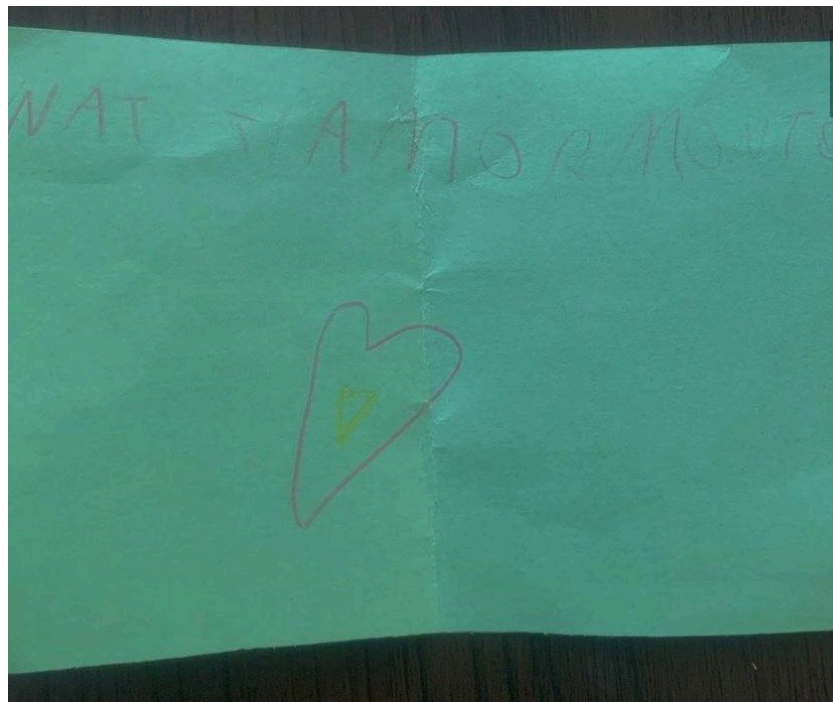


Figura 11. Desenho de B. – Nat t/amor monte. Fonte: Acervo pessoal da autora.

Data de recebimento: 07.11.2023

Data primeiro aceite: 03.07.2023

Data segundo aceite: 03.07.2023

Referências Bibliográficas

ALLESSANDRINI, C. D. **Oficina criativa e psicopedagogia**. 3ª ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1996.

ARCURI, I. G. **Arteterapia e o corpo secreto**. 1ª ed. São Paulo: Vetor, 2006.

BONI, L.; FARHAT, F.; MORENO, C. A empatia - A capacidade de iluminar as relações interpessoais: Um estudo entre crianças de escolas públicas paulistas. **Revista on-line de Política e Gestão Educacional**, Araraquara, v. 26, n. esp.3, p. e022098, 2022. Disponível em: <https://periodicos.fclar.unesp.br/rpge/article/view/16958>. Acesso em: 1º jul. 2024.

CARDELLA, B. H. P. **O amor na relação terapêutica: uma visão gestáltica**. 4ª ed. São Paulo: Summus, 1994.

EDINGER, E. F. **O ego e o arquétipo**. 2ª ed. São Paulo: Editora Pensamento Cultrix, 2020.

SLADE, P. **O jogo dramático infantil**. 8ª ed. São Paulo: Summus, 1978.

TOGNETTA, L.; JOÃO, T. **O ambiente escolar e a construção de uma virtude**. Unifran/GPEM – Unesp, 2015. Disponível em: https://www2.assis.unesp.br/encontrosdepsicologia/ANAIS_DO_XIX_ENCONTRO/156_LUCIENE_REGINA_PAULINO_TOGNETTA.pdf. Acesso em: 1º jul. 2024.