



Tema Livre

ECOS DO FUTURO – ARTETERAPIA REPENSANDO PARADIGMAS, CRIANDO IDENTIDADE E INCLUINDO SOCIALMENTE

Jacqueline dos Santos Lima Telles

Resumo: Esta proposta de tema livre tem por objetivo apresentar o trabalho realizado com arteterapia, que acontece há 4 anos, junto ao projeto de capacitação de jovens adultos que vivem em comunidades e em situação de vulnerabilidade social, da ONG Ecos do Futuro.

Há no mundo atual ocidental, uma tendência incansável do ensino do controle das emoções, da não curiosidade, do não arriscar para evitar perdas, fracassos e frustrações, da não reflexão e da massificação, Assim sendo, se promove uma incapacitação do expressar-se em sua individualidade. Neste contexto, comum é a crença de que o talento, a inspiração e a criatividade são privilégios de alguns. Desta forma, lenta e gradualmente, através de restrições ao acesso de estímulos, das proibições e recriminações, instala-se o processo de anulação de ideias, crenças positivas, desejos, iniciativas, que leva ao limitar das experiências e ao desacreditar e sufocar das próprias habilidades e potencialidades. Acaba-se por criar comportamentos de conformismo, passividade, insegurança, isolamento e inferioridade entre outros. Esta crença quase inabalável e patológica das próprias limitações pode ser tal que chegue ao ponto de resistir a qualquer tentativa ou sugestão de mudança.

É no viabilizar desta viagem ao reencontro com o potencial criador, com o que há de verdadeiro em si mesmo, de reconexão e expressão que a Arteterapia apresenta-se como valioso instrumento.

Arte é vida e para vivê-la livre, com sentimento de plenitude e inteireza, há que se ter coragem e tempo para reconhecer-se em sua história de vida, para com autonomia se permitir escolher o próprio caminho, orientando-se por suas próprias ideias, para encontrar prazer e alegria no realizar de seu projeto de vida no mundo.

Desta forma, o que se busca com a arteterapia com o grupo de jovens adultos, é o descortinar de todas estas possibilidades. Busca-se, inicialmente, estabelecer uma relação de respeitosa afeto na consolidação do grupo, o resgate do contato com o fazer artístico (há muito esquecido), desbloqueando, explorando e expandindo o potencial criativo. Este processo, cuidadosamente, leva os participantes à possibilidade de entrarem em contato com algumas questões existenciais, que muito comumente os tornam incapazes de verem toda a potencialidade adormecida.

A dinâmica arteterapêutica traz a possibilidade de reflexão sobre si-mesmos, bem como do grupo e nele as relações estabelecidas através da intensa troca de experiências, desenvolvendo recursos emocionais para a transformação na



forma de lidar com situações adversas da vida, proporcionando gradativamente maior autoconhecimento e conseqüente “empoderamento”, através do reconhecimento de quem realmente são, levando-os a um movimento mais consciente em direção à concretização de seus projetos.

Nos trabalhos realizados em arteterapia com os jovens adultos, foi possível observar que estes chegavam muito quietos, com olhares curiosos e aflitos e extremamente mobilizados com variadas questões que aos poucos, a medida que a relação no grupo ia sendo construída, começavam a aparecer em suas produções. Eles trazem na maior parte das vezes, uma avalanche de sentimentos e relatos sobre experiências vividas, angústias, medos, convicções muitas vezes distorcidas, crenças limitantes, insatisfações, inquietudes, muitos desejos, profundas reflexões e muita potencialidade.

Nos encontros, então, sempre focando positivamente nestas potencialidades, vai sendo trilhado um caminho que busca a autoconfiança, a melhora da autoestima, autoimagem e um ajuste no olhar; trabalhando a criatividade, a adaptabilidade, a responsabilidade por si e suas escolhas, o respeito as escolhas dos outros e a importância de cada um e de seus diferentes papéis na sociedade, buscando sempre uma crescente consciência de si mesmos e de suas relações com e na vida. .

Com o trabalho que é realizado com os grupos, percebe-se claramente que a arteterapia tem um papel importante de apoio e sustentação aos jovens que dela se beneficiam, por ser um espaço no qual podem falar abertamente (verbalmente e imageticamente), sem medos ou julgamentos, sobre suas questões emocionais estruturais e existenciais, possibilitando o ver e rever de seus posicionamentos e atitudes diante das dificuldades que enfrentam no dia a dia (agressão, profunda carência afetiva, abandono, drogadição, agressão familiar, necessidades básicas, dificuldade de relacionamento, etc). Desta forma, procura-se “esvaziá-los” de crenças que os desvalorizam e limitam o desenvolvimento de suas potencialidades, fortalecendo a atuação positiva dos jovens no mundo.

Objetivo: Resgatar e estimular os processos criativos, que buscam um novo olhar sobre si, trabalhando a autoestima, a autoimagem, a valorização da história de vida de cada um, reavaliando as questões relacionais familiares e sociais, sempre fazendo um paralelo entre o que acontece durante as sessões com os acontecimentos cotidianos e como cada um se apresenta e comporta diante destes. Busca-se sempre uma nova possibilidade, mais criativa, de pensar e agir, a partir de um novo modo de olhar a vida, buscado principalmente um novo paradigma a partir do qual os jovens possam expressar toda sua potencialidade.
Metodologia: Trabalho realizado no período de oito meses, em grupos mistos de jovens com idades entre 18 e 23 anos, com encontros semanais de duas horas e meia cada.



Durante a primeira fase o convite é a experimentação de técnicas e materiais, abordando conteúdos simbólicos afetivos, através de propostas que mobilizem a percepção de si mesmos e sua situação relacional com a vida.

Após a primeira fase, já com algumas informações sobre os participantes do grupo, torna-se possível sugerir propostas mais específicas às demandas e vivências, lançando mão de estímulos pertinentes aos temas por eles trazidos.

Na terceira fase tem-se o trabalho de fortalecimento da autonomia do grupo, que passa a escolher os materiais e técnicas que desejam utilizar, para se apropriem da possibilidade de darem continuidade aos seus processos criativos de autoconhecimento e crescimento.

Há na vida da maioria destes jovens uma crença muito forte de que não podem, devem e mesmo não conseguem romper com o padrão de vida de sua família, seu entorno e realidade social. Esta mudança interna de paradigma pode, para alguns, ser bastante dura. Para conduzi-los através das vivências e reflexões arteterapêuticas, há que ser ter o foco na construção de novas crenças e no estímulo ao potencial de cada um dos jovens.

Esse potencial é extremamente forte, bastando ajuste no foco, pois eles são egressos de uma realidade adversa social e familiar, que exige deles uma enorme capacidade criativa para sua sobrevivência emocional.

Estes jovens buscam um novo olhar sobre si, a partir do olhar da sociedade sobre eles, para que eles possam olhar a si próprios positivamente, e assim se estabelece uma retroalimentação construtiva, que faz mudar, crescer e expandir, não só os jovens, mas todos envolvidos neste processo, descortinando para todo uma nova e mais plena possibilidade de ser e estar no mundo.