



**FACULDADE PRESIDENTE ANTÔNIO CARLOS DE  
CONSELHEIRO LAFAIETE  
FUPAC LAFAIETE**

Rodovia MG 482 - Gigante, Conselheiro Lafaiete - MG, 36400-000  
(0xx31) 3769-4017

e-mail: pesquisa.extensao@unipaclafaiete.edu.br



**FORMULÁRIO PARA APRESENTAÇÃO DE RELATÓRIO FINAL DE PROJETO DE PESQUISA**

ESTE FORMULÁRIO DEVE ACOMPANHAR O RELATÓRIO TÉCNICO FINAL DO PROJETO DE PESQUISA

1- IDENTIFICAÇÃO DO PROJETO	Nº DO PROJETO
Título do projeto: A Mediação Estética no manejo do sofrimento psíquico no Centro de Atenção Psicossocial (CAPSi): um estudo exploratório.	
Coordenador: <b>Michel de Rezende Costa</b>	
Curso: Psicologia	
Período: <b>Abril /2022 a Março/2023</b>	

2 – EQUIPE TÉCNICA (Pesquisadores e estudantes de Iniciação Científica)		
Nome	Titulação	Bolsista (caso seja bolsista especificar modalidade da bolsa)
<i>Rute Réus das Mercês Pinto Peixoto Divino</i>	<i>Estudante de Psicologia</i>	<i>Recebimento de desconto de R\$ 150,00 por 4 meses nas mensalidades</i>

**3 - OBJETIVOS PROPOSTOS (Máximo 15 linhas)**

Trabalhar as questões individuais e sociais de cada adolescente, tendo como possibilidade o crescimento pessoal de cada um, a partir da resolução de problemas. Permitir que o adolescente crie uma identificação com o grupo, proporcionando um sentimento de pertença, aceitação e aprovação.

Trabalhar com a arte como intervenção, com adolescentes que muitas vezes não conseguem falar, mas se expressam através da arte. O termo “artes expressivas” significa a utilização de várias formas de arte para expressar os sentimentos internos através de um meio externo que facilite o crescimento e autonomia dos adolescentes, além do fortalecimento da aliança terapêutica entre os adolescentes e o facilitador do grupo.

Em algumas situações, uma vez que o cliente já tenha explorado suas emoções e pensamentos a nível verbal, pode-se utilizar a cor ou o movimento para alcançar maior profundidade na auto compreensão. Estas expressões também são parte de uma poderosa linguagem que se estabelece entre o cliente e o terapeuta. A arte se torna uma parte natural do processo terapêutico, podem até querer começar com arte e, depois, ao ver sua própria criação, decidam falar de suas experiências. Utilizar as artes expressivas é uma forma muito eficaz para ajudar o cliente a identificar-se com seus sentimentos.



**FACULDADE PRESIDENTE ANTÔNIO CARLOS DE  
CONSELHEIRO LAFAIETE  
FUPAC LAFAIETE**

Rodovia MG 482 - Gigante, Conselheiro Lafaiete - MG, 36400-000  
(0xx31) 3769-4017

e-mail: pesquisa.extensao@unipaclafaiete.edu.br



**4 - RESULTADOS OBTIDOS E CONCLUSÕES** (Máximo 30 linhas)

A conclusão do nosso projeto, teve como objetivo alcançar as mudanças no comportamento, e em si mesmo em cada adolescente que estavam dispostos a fazer sua entrega na terapia. E essas mudanças ocorreram com a diminuição de tentativa de autoextermínio, automutilações e vínculos familiares e sociais mais fortalecidos. Quando o adolescente se aceita e acolhe seus próprios sentimentos acontece a mudança, o descobrir a si mesmo, e ter paciência nesse processo é fundamental para que a intervenção funcione, a paciência de compreender o tempo de cada um, a paciência de aguardar a mudança no olhar, no caminhar, até mesmo no jeito de se vestir, nas palavras que se tornaram mais sábias e prudentes. Quando me aceito eu mudo, quando aceito minhas vulnerabilidades estou mais perto da cura da minha ansiedade, e consigo lidar com meus sentimentos. Compreendo meus dias sombrios e meus dias de sol, e esse é meu papel compreender cada fase dos adolescentes, uma semana chega sorrindo e na outra chorando, as vezes desesperados por uma resposta de nós psicólogos, mas com muita paciência mostramos a eles que a resposta está neles mesmos, basta apenas se escutar, se sentir e a calma retorna ao coração. É muito importante ressaltar até onde as palavras são capazes de trazer mudanças principalmente em adolescente em que ainda estão na fase de desenvolvimento, quando confrontamos podemos observar certas atitudes que poderiam estar escondidas e só se manifestavam em casa onde se sentem seguros para fazê-los, muitas pessoas acreditam que a auto aceitação deve estar na origem da mudança, mas na verdade, nestas experiências de grupo, tal como em psicoterapia ela é o começo da mudança. Alguns exemplos de atitudes manifestadas, como “eu sou uma pessoa dominadora que gosta de mandar nos outros, ou se vitimizando “sou uma coitada, ninguém gosta de mim”, vê-se aqui claramente a profunda aceitação deste ser escondido como sendo ele próprio, mas também evidente o começo de uma mudança. As vezes pode doer ou demorar para essa mudança acontecer e se descobrir, mas é com profunda gratidão que podemos dizer que houveram grandes mudanças em cada adolescente em seu jeito de ser, mudanças essas que os farão crescer e amadurecer, entendendo que viver dá trabalho e não é fácil, e com cada enfrentamento que eles tiverem os transformarão, conforme Frankl:

A saúde mental está baseada em certo grau de tensão, tensão entre aquilo que já se alcançou e aquilo que ainda se deveria alcançar, ou o hiato entre o que se é e o que se deveria vir a ser. (FRANKL, 2013)



**FACULDADE PRESIDENTE ANTÔNIO CARLOS DE  
CONSELHEIRO LAFAIETE  
FUPAC LAFAIETE**

Rodovia MG 482 - Gigante, Conselheiro Lafaiete - MG, 36400-000  
(0xx31) 3769-4017

e-mail: pesquisa.extensao@unipaclaafaiete.edu.br



**5 – PRODUÇÃO BIBLIOGRÁFICA** (Listar e anexar cópia dos trabalhos gerados a partir do projeto)

**REFERÊNCIAS:**

LOPES, Rebeca Arnaud do N. **A Terapia Expressiva Centrada na Pessoa: Utilização e Limites no Contexto Brasileiro**. 2020.

FRANKL, Viktor E. **Sobre o sentido da vida**. Editora Vozes, 2022.

FRANKL, Viktor E. **Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração**. Editora Sinodal, 2013.

ROGERS, Carl R. **Tornar-se pessoa**. WWF Martins Fontes, 2017.

ROGERS, Natalie. As artes expressivas centradas na pessoa: um caminho alternativo no aconselhamento e na educação. **Revista Electrónica de Investigación Educativa**, v. 5, n. 2, 2003.

STALLARD, Paul. **Guia do terapeuta para os bons-pensamentos, bons-sentimentos**. Artmed Editora, 2007.

**6 - NA SUA AVALIAÇÃO, O PROJETO ATINGIU SEU(S) OBJETIVO(S)?** (Máximo de 15 linhas)

**Sim**

Parcialmente

Não

JUSTIFIQUE SUA AVALIAÇÃO, INDICANDO OS PONTOS POSITIVOS E NEGATIVOS:

*Sim. Compreendendo que apontado os fatos, e os dados da pesquisa que dispomos apoiam nossas hipóteses, mas ainda muita investigação se faz necessária. A relação entre psicólogo e paciente (adolescente), experienciar e compreender aspectos de si mesmo que havia anteriormente reprimido, dar-se-á conta de que está se tornando mais congruente em suas escolhas e posicionamentos, mais apto a funcionar efetivamente, tornando-se mais semelhante à pessoa que gostaria de ser. Com mais tempo, certamente as terapias grupais confirmariam nossa hipótese geral que oferece mais possibilidades empolgantes para o desenvolvimento de adolescentes mais criativos, autônomos, adaptativos, mais compreensivos, mais aceitadores com relação aos outros e principalmente com seus pais. Sendo a terapia no seu processo uma experiência pessoal e subjetiva, revelando através dessa experiência qualidades completamente diferentes das características objetivas que lhe apontam do exterior.*



**FACULDADE PRESIDENTE ANTÔNIO CARLOS DE  
CONSELHEIRO LAFAIETE  
FUPAC LAFAIETE**

Rodovia MG 482 - Gigante, Conselheiro Lafaiete - MG, 36400-000  
(0xx31) 3769-4017

e-mail: pesquisa.extensao@unipaclafaiete.edu.br



**7- DATA E ASSINATURA**

*Conselheiro Lafaiete, 16/ 03 / 2023.*

ASSINATURA DO COORDENADOR DO PROJETO

Aprovação pela Coordenação de Iniciação Científica:

Coordenação de Iniciação Científica

**FUNDAÇÃO PRESIDENTE ANTÔNIO CARLOS – FUPAC**  
**CURSO DE PSICOLOGIA**



**RUTE RÉUS DAS MERCÊS PINTO PEIXOTO DIVINO**  
**SUPERVISOR/ ORIENTADOR: MICHEL REZENDE COSTA**

**RELÁTÓRIO DE PROJETO CIENTÍFICO**  
**CENTRO DE ATENÇÃO PSICOSSOCIAL INFANTO-JUVENIL - CAPSi**

Grupos de adolescentes CAPSi

Encontros e intervenções:

- 1º Encontro 11/08/2022

Foi feita uma roda de conversa, para cada um se apresentar, e a explicação de como funcionava o trabalho da Psicologia em intervenções em grupo no CAPSi.

- 2º Encontro Pirâmide de contrato

No primeiro encontro, foi construída a Pirâmide de contrato juntamente com os adolescentes, as prioridades que deveriam ser respeitadas dentro do grupo, limites e respeito ao escutar o outro.

### **Contrato de estágio no Capsi**

**Estagiárias:** Rute Réus e Marlei Faria.

**Curso:** Psicologia

**Supervisor:** Michel

**Data início:** 18/08/2022

**Data término:** 12/2022

**Integrantes:** 15 pessoas (adolescentes)

**Psicoterapia grupal:** Semanal, toda quinta feira.

**Horário:** 14:00h às 15:30h

**Números de faltas permitidas:** três faltas consecutivas, levam ao encerramento do processo terapêutico por abandono, exceto com a apresentação de atestado médico.

**Regras do grupo:** Respeitar e manter o sigilo entre os participantes, sem julgamentos, sem práticas ofensivas, sem bullyings, e respeitar a opinião e o espaço de cada indivíduo do grupo.

**Objetivo da psicoterapia em grupo:** Trabalhar as questões individuais e sociais de cada indivíduo, tendo como possibilidade o crescimento pessoal de cada um, a partir da resolução de problemas. Permitir que o sujeito crie uma identificação com o grupo, proporcionando um sentimento de pertença, aceitação e aprovação.

- 3º Encontro 25/08/2022

Foi usada a intervenção com as caixinhas de areias coloridas, com as palavras: amor, dúvida, calma, nojo, raiva, alegria, medo, desejo, estranhamento, satisfação, perdão, paciência, respeito, perdas e tristeza.

As palavras estavam misturadas aleatoriamente distribuídas, nas caixinhas, e cada adolescente escolhia a cor e retirava uma palavra e falava sobre ela, o significado que a palavra tinha.

A adolescente B, escolheu a cor vermelha porque lembrava uma amiga. A palavra amor teve um significado diferente para uma adolescente, ela disse “amor, não consigo dizer o que é, porque nunca recebi amor, minha família sempre com muitas brigas e falta de amor” (sic). Não soube definir bem “amor”, o sentimento, por nunca ter recebido de fato, por isso não soube dizer.

A adolescente C, escolheu a cor verde por gostar da cor. A palavra tristeza, em suas falas para descrever a palavra, “quando fio triste, fico quieta, depois volto ao normal” (sic), gosta de participar do grupo porque se senti acolhida. “tem tristeza na rua, na escola, as vezes não sabe identificar bem, mas apenas fico triste”(sic).

O adolescente D, escolheu a cor roxa sem pensar. A palavra perdas, “quando perdi um amigo, um parente, já passei por muitas perdas, não consegui superar, mas não quero falar” (sic)

A adolescente F, escolheu a cor vermelha, “não gosto de vermelho, me traz desconforto” (sic). A palavra estranhamento, “me sinto estranha no meio das pessoas que não conheço, mas com o tempo vou conversando com todos” (sic).

A adolescente G, escolheu a cor verde, “gosto da cor”(sic). A palavra paciência, “não tenho paciência, participei de um encontro de jovens e fiquei muito irritada e sem paciência quando falaram sobre homossexualidade, preconceito, achei que não cabia esse assunto no debate, meu namorado conseguiu me tranquilizar” (sic).

A adolescente E, cor azul, gosta da cor. A palavra respeito, “passei por uma situação na sala de aula, onde um amigo falou sobre a sexualidade de outra pessoa, fez um comentário preconceituoso” (sic), diz ter promovido um outro olhar, mostrando que

não estava correto o seu comportamento, e no final da conversa o amigo a agradeceu por ter feito ele refletir sobre o respeito do outro.

O adolescente H, cor verde, gosta da cor, cor da natureza. Palavra ansiedade, “não gosto dessa palavra, acho que fico ansioso só de ouvir” (sic).

O adolescente J, cor vermelho, gosta da cor. Palavra raiva, “estou sempre com raiva, um dos motivos é as empresas pedirem experiências”.

A adolescente L, cor vermelho, cor favorita. Palavra ansiedade, “sinto muita ansiedade social, coração acelerado, falta de ar, o meu corpo expressa o que não consigo expressar, em outros contextos também, principalmente na escola, apresentar um trabalho” (sic).

- 4° Encontro 08/09/2022

Foi usada a arte expressiva, trabalhando o setembro amarelo, cada um fazia um objeto, chaveiro, conforme a criatividade, foi utilizado materiais como: feltros, colas, miçangas, chaveiros, etc. Colocamos músicas a escolha dos adolescentes, deixando o ambiente mais descontraído.

Essa intervenção foi muito importante para o fortalecimento de vínculos no grupo, os adolescentes interagiram uns com os outros, ajudando na montagem das artes, conversando, sorrindo, e até mesmo dizendo a quem iriam presentear com os chaveiros, almofadinhas. Esse fortalecimento os permitiu, se aproximar mais das facilitadoras do grupo, se sentiram mais seguros. Em meio as conversas uma adolescente relatou suas duas tentativas de suicídio, algo que ainda não tinha sido relatado no grupo, e outra adolescente também relatou sobre suas tentativas, e as duas começaram a interagir, conversando e dizendo que não fariam mais isso, que estavam no grupo para serem ajudadas.

- 5° Encontro 18/08/2022

Cartilha: VALORIZAÇÃO DA VIDA NA ADOLESCÊNCIA FERRAMENTAS VIVENCIAIS

Foi feita uma roda de conversa, onde trouxemos um texto para reflexão sobre “as lutas da vida” e uma intervenção com folhas de papel de seda.

Dinâmica de grupo: FlorEser Temáticas geradoras Fatores de proteção. Resiliência. Objetivos Refletir sobre a importância da resiliência em nossas vidas. Fortalecer fatores de proteção do comportamento suicida

- Distribuir uma folha de papel de seda de forma que cada participante escolha uma cor. A partir de agora a folha de papel representará a VIDA de cada um.
- Pedir que os participantes observem as características de cada lado da folha. Um lado liso e brilhante e outro mais áspero e fosco. Perguntar aos participantes como relacionar essas características com nossa vida. Comentar que a folha, como nossa vida, é composta por momentos bons, tranquilos, agradáveis e leves e outros mais duros, ruins e desagradáveis.
- Pedir que os participantes que segurem as folhas numa das pontas, fazendo-as balançar para ouvir o barulho (a vibração). Então, perguntar: “O que faz sua vida vibrar e brilhar, ter luminosidade?” Cada participante deve responder. Comentar que nem sempre tudo é tão bom, nem sempre a nossa vida vibra tanto.
- Perguntar quais são as situações ou acontecimento que fazem nossa vida perder o brilho ou a vibração (por exemplo: decepção, desrespeito, indiferença, traição, inveja, ciúme, violência etc.). Deve solicitar a ajuda dos participantes para que citem outros exemplos, e cada palavra enunciada, pedir que amassem o papel, até ficar uma bolinha. Após cada um amassar o papel e dizer a situação ou acontecimento, questionar se a mesma é particular de uma vida, isto é, se acontece somente com uma pessoa ou se em geral, todos podemos viver tais situações ou acontecimentos.

- 6º Encontro – 01/09/2022

Como intervenção de uma roda de conversa usamos a palavra “Paciência” e a música “Paciência’ de Lenine.

Foi um momento de muita descontração onde houve um envolvimento muito bom entre os adolescentes, onde foi relatado muita falta de paciência por eles em vários momentos da vida. Onde o despertar da música e da palavra os fizeram refletir o quanto é importante termos paciência para saberem lidar com seus conflitos internos e a controlar a ansiedade, sendo um fator predominante em seus transtornos afetivos, sociais e emocionais.

Aproveitamos o momento, e ensinamos as técnicas de respiração para controle da ansiedade promovendo mais paciência diante de situações que muitas vezes eles agem impulsivamente ocasionando frustrações, que são geradoras de pensamentos negativos, e autodepreciação.

- 7º Encontro – 22/09/2022

A intervenção utilizada foi “As frases com quebra-cabeças” da Cartilha: VALORIZAÇÃO DA VIDA NA ADOLESCÊNCIA FERRAMENTAS VIVENCIAIS.

Temáticas geradoras:

Fatores de proteção. Razões para viver.

Objetivos: Fortalecer fatores de proteção do comportamento suicida. Aprender sobre mitos e verdades acerca do comportamento suicida. Refletir sobre as razões para viver.

Desenvolvimento: Distribuir as peças do quebra-cabeça sobre a mesa. Os participantes devem, coletivamente, montar o quebra-cabeça.

Finalizando a montagem do quebra-cabeça, cada adolescente refletiu sobre as frases que foram montadas, explicando os pontos positivos e negativos que conseguiram trazer para sua vida pessoal, principalmente como lidar com seus pais em momentos de revoltas, raiva e falta de diálogo entre eles. Entendendo que muitas das vezes quando iniciavam uma discussão com os pais era apenas uma interpretação errada, exemplos dados pelos adolescentes: “já arrumou a sua cama?” e com aspereza respondia a mãe: “ nãooooo... vou deixar pronta para dormir novamente” (sic), reflexão da adolescente ao dizer esse relato, “tenho que me controlar ao responder minha mãe, sempre respondo gritando e com raiva a qualquer coisa que ela fala, e vejo que ela fica muito triste com minhas atitudes” (sic).

Perceber essas mudanças nas atitudes de uma adolescente movida pela impulsividade e raiva, é grandioso, pois ela mesma já consegue perceber que a mudança precisa partir dela para que melhore seu convívio com sua mãe, tornando seus dias mais suaves e tranquilos.

- 8º Encontro – 06/10/2022

Intervenção Arte expressiva foi utilizada com folhas brancas A4, lápis de cor, revistas, cola e diversos materiais onde a criatividade pudesse explorada de forma terapêutica.

A Arte Expressiva foi utilizada por Natalie Rogers, como intervenções em seus pacientes que muitas vezes não conseguiam falar, mas expressavam através da arte. O termo “artes expressivas” significa a utilização de várias formas de arte para expressar os sentimentos internos através de um meio externo que facilite o crescimento e a cura. Encorajamos a expressão pessoal sem prestar atenção ao valor comercial ou à qualidade do produto. As artes do movimento, o visual, o sonoro e a redação criativa são linguagens da alma e do espírito que podem ser aproveitadas para explorar o campo das emoções humanas e permitem desenvolver um sentido positivo do self.

A combinação das “artes expressivas” com a abordagem centrada na pessoa é um avanço natural. Em um enquadre terapêutico, as artes expressivas são o meio para aproximar-se do medo, da vergonha, da culpa e do nojo, inconscientes e não expressados, que frequentemente nos prendem a um padrão de silêncio. A expressão criativa, quando aceita e compreendida, pode ajudar o participante a enfrentar estes sentimentos obscuros e tornar-se uma ponte para a alegria, a sensualidade, o amor e a compaixão.

O terapeuta da arte expressiva centrada na pessoa explica ao cliente que, além da fala, existem outras atividades que podem facilitar a terapia. Em algumas situações, uma vez que o cliente já tenha explorado suas emoções e pensamentos a nível verbal, pode-se utilizar a cor ou o movimento para alcançar maior profundidade na auto compreensão. Estas expressões também são parte de uma poderosa linguagem que se estabelece entre o cliente e o terapeuta. A arte se torna uma parte natural do processo terapêutico. Em outras situações, os clientes podem até querer começar com arte e, depois, ao ver sua própria criação, decidam falar de suas experiências. Utilizar as artes expressivas é uma forma muito eficaz para ajudar o cliente a identificar-se com seus sentimentos.

Com respeito ao clima de segurança da atmosfera centrada na pessoa, as pessoas que tendem a ser predominantemente racionais e verbais têm a

oportunidade de permitir que aflorem seus sentimentos de maneira benigna e construtiva.

Por exemplo, quando o cliente perde um ente querido, a luta é tão dolorosa que não há palavras para expressá-la. No entanto, a cor, argila, uma colagem, o movimento e o som contribuem para expressar essa luta de maneira não verbal e é extremamente benéfico. O participante é capaz de liberar fisicamente parte dessa dor e, por sua vez, alcança um pouco de insight pessoal. No meu livro, *La conexión creativa: las artes expresivas como meio de cura*, dou um exemplo disto na “La espina de arenque Gail”. (ROGERS, 2003 apud LOPES, 2020)

Frequentemente, a raiva é profundamente reprimida. No entanto, ao utilizar o movimento e o som em uma sala terapêutica acolhedora e desprovida de ameaças, floresce a tristeza existente por detrás da raiva. Expressar a raiva através da cor e da forma também ajuda o cliente a transformá-la em uma energia útil e criativa. Quando a gente guarda a raiva, cedo ou tarde ela volta como um vulcão em erupção. Considero que essa é uma das razões de tanta violência em nosso mundo. As crianças necessitam de um ambiente onde os pais e as escolas podem dizer: “Posso compreender e aceitar todos seus sentimentos, mas deve aprender a controlar seu comportamento”. Os sentimentos de raiva são normais, aceitáveis e está tudo bem, mas não é permissível descarregar esses sentimentos sobre os outros ou sobre si mesmo.

- 9º Encontro – 13/10/2022

A intervenção foi iniciada com uma roda de conversa e com a música “Era uma vez” de Sandy.

A música trouxe uma reflexão sobre a infância e o verso que ficou marcado entre os relatos de todos os adolescentes foi “um joelho ralado dói bem menos que um coração partido” (sic). “Quando era criança ficava doida pra ser adulta, quando viramos crianças queremos ser crianças para não ter responsabilidades” (sic). “Me lembrei da minha infância quando eu não tinha nenhum transtorno, brincava de ser princesa, Rapunzel, Cinderela, Valente, era feliz e não sabia” (sic).

“Nossa essa música fala sobre lembranças sobre o que já passei em minhas histórias de criança, como Pequena Sereia, Gatos de Botas e pequenas coisas que me faziam feliz” (sic).

“Música legal, era uma vez foi, mas não é mais, agora preciso da minha cura e ser eu mesma” (sic).

- 10º Encontro – 27/10/2022

Dinâmica de grupo: Tomografia da vida

Temáticas geradoras Fatores de proteção. Razões para viver. Objetivos Identificar representações icônicas e verbais de razões para viver. Refletir sobre as razões para viver. Fortalecer fatores de proteção do comportamento suicida.

Desenvolvimento

- Distribuir um desenho dos hemisférios cerebrais para cada participante. A partir de agora o desenho representará a CABEÇA de cada um.
- Explicar aos participantes que o cérebro é formado por dois hemisférios, o esquerdo e o direito. O hemisfério esquerdo é o responsável pelas atividades racionais e analíticas como a linguagem, a escrita, a aritmética, o pensamento linear e a comunicação digital. Por sua vez, o hemisfério direito estaria ocupado pelas atividades sensoriais, emocionais e globais, como a intuição, a síntese, a compreensão da linguagem, da música, dos sonhos, dos gestos inconscientes e pela comunicação analógica.
- Pedir que os participantes identifiquem no desenho o hemisfério cerebral esquerdo e direito.
- Então, perguntar: “O que tem no hemisfério cerebral esquerdo que tem valor na sua VIDA?” “Que números, datas, nomes, frases, histórias (representação verbal ou numérica) que tem valor na sua VIDA?” Cada participante deve responder preenchendo o desenho.

- 11º Encontro – 03/11/2022

Roda de conversa com a mensagem “Tudo passa”.

Foi feita uma intervenção com uma mensagem reflexiva sobre como tudo passa, entretanto foi muito satisfatório ouvir dos adolescentes como a mensagem os tocou, saber que poderiam passar por momentos difíceis como a depressão ou uma crise de ansiedade e que poderiam passar e sobreviver. As vezes o mal que sobrevém durante uma noite impossível de dormir por

causa de um turbilhão de pensamentos culposos, que atormenta noite a dentro, ouvi de uma adolescente que ao ouvir a mensagem lhe trouxe essas lembranças de noites sombrias e intermináveis, mas que também lhe trouxe um alívio em saber que a noite iria terminar e um novo dia iria começar, e ela teria uma nova oportunidade. Atuando em grupo de adolescente nem sempre é fácil, as vezes é muito complexo encontrar uma palavra certa, mas entendi que isso também passa, e a nossa entrega profissional precisa ser por inteira para se ter uma escuta autêntica do paciente, e quando os adolescentes se sentem seguros, se sentem acolhidos tudo se torna mais fácil e suave, e o medo passa tanto para o facilitador como para os participantes do grupo.

- 12º Encontro – 10/11/2022

Intervenção com arte Conexão criativa, trabalho com argila.

Essa intervenção foi magnífica, no primeiro momento os adolescentes ficaram saber o que fazer, uma até me disse “o que eu fazer?”(sic), apenas respondi: molhe suas mãos e comece amassar a argila.

O primeiro toque das mãos na argila é gelado e endurecido, mas ao começar amassar ela vai se tornando mais maleável e aquecida, tornando mais fácil seu manuseio, e assim, a argila começa a se transformar em formas e esculturas.

E quando chegou nesse ponto, os adolescentes se alegraram e a criatividade começou a fluir, e entenderam que suas vidas também poderiam ser transformadas com a argila, entre o frio e o quente, o endurecimento dos sentimentos poderiam ser moldáveis, porque o ser humano pode ser modificado, esse foi o objetivo de trabalhar com a argila como intervenção psicológica proporcionar ricas experiências sensoriais, assim como possibilidades ilimitadas para modelar e dar forma aos elementos que habitam o imaginário e a realidade, viabilizando, dessa maneira, oportunidades de aprofundamento na relação dos adolescentes com esse material e suas possibilidades, o mover das mãos.

- 13º Encontro – 17/11/2022

Continuação da intervenção do trabalho com argila dando a sequência com pintura dos objetos fabricados pelos próprios adolescentes.

As peças já estavam secas e prontas para a pintura, a intervenção seria o término da arte. Os adolescentes usaram as tintas a base de água com cores variadas, finalizando suas peças. Foi muito gratificante observar a alegria em estavam, comentavam entre si, que nem imaginavam que poderiam ter feito algo com suas próprias mãos, me afastei um pouco e somente apreciei o momento de grande descontração e sorrisos, e algumas peças seriam dadas as pessoas que eles amavam, a importância da arte em intervenção com adolescentes é exatamente o sentimento que eles demonstraram, a satisfação de ter feito algo com suas próprias mãos, usando sua criatividade.

- 14º Encontro – 24/11/2022

Encerramento dos encontros, foi feita uma roda de conversa onde foi relatado como foi os encontros do semestre.

Esse ultimo encontro foi bastante emocionante tanto para os adolescentes como para nós facilitadores, lágrimas, sorrisos, demonstrações de afeto forma bem demarcados. A devolutiva foi satisfatória, onde os relatos foram de amadurecimento durante os 5 meses de grupos, começaram a confiar em seus próprios sentimentos, conseguiram se libertar de alguns comportamentos que lhes faziam mal. “ o grupo mudou a minha vida, hoje consigo me perceber mais, ser eu mesma, consigo entender o que me faz mal e lidar com minhas emoções, e compreender mais os meus pais, meus dias com eles se tornaram mais tranquilos” (sic). “ Quando entrei no grupo tinha tentando me matar, porque sou muito sensível, sentimental, não conseguia demonstrar o que sentia direito, mas com grupo me senti acolhida, percebi que tem mais adolescentes sofrendo como eu, e os ouvindo me senti mais forte para lidar com meus problemas, o grupo é muito importante pra mim, é dia que me sinto mais feliz, porque sei que sempre que participo me sinto melhor” ( sic).

pode abrir portas, janelas, pontes, ou seja, grandes possibilidades de Entre relatos como os acima e muitos outros que presenciei com meus colegas de estágio, que me motivam a não desistir do ser humano, a compreender que a psicologia mudanças nas vidas. Rogers em uma de suas citações disse:

Descobri que sou mais eficaz quando posso ouvir a mim mesmo aceitando-me, e quando posso ser eu mesmo.... Julgo que aprendi isto com meus clientes, bem como através da minha experiência pessoal - não podemos mudar, não podemos afastar do que somos enquanto não aceitarmos profundamente o que somos. (ROGERS, 2017)

Quando o adolescente se aceita e acolhe seus próprios sentimentos acontece a mudança, o descobrir a si mesmo, e ter paciência nesse processo é fundamental para que a intervenção funcione, a paciência de compreender o tempo de cada um, a paciência de aguardar a mudança no olhar, no caminhar, até mesmo no jeito de se vestir, nas palavras que se tornaram mais sábias e prudentes. Quando me aceito eu mudo, quando aceito minhas vulnerabilidades estou mais perto da cura da minha ansiedade, e consigo lidar com meus sentimentos. Compreendo meus dias sombrios e meus dias de sol, e esse é meu papel compreender cada fase dos adolescentes, uma semana chega sorrindo e na outra chorando, as vezes desesperados por uma resposta de nós psicólogos, mas com muita paciência mostramos a eles que a resposta está neles mesmos, basta apenas se escutar, se sentir e a calma retorna ao coração.

Durante algumas sessões aconteceu situações de confronto, onde a adolescente se alterou com a voz mais alta e com expressões de raiva em suas falas, logo após escutá-la, a confrontei apenas repetindo uma de suas palavras, ela me olhou com um olhar assustado e permaneceu em silêncio por alguns segundos, eu também me silencieei, aguardando a reação dela, não suportando o silêncio ela me disse: “porque você falou assim comigo?(sic), respondi que apenas repeti uma palavra da mesma maneira e potencia de voz usada por ela. Ela começou a chorar e a pedir desculpas, e a confrontação a fez refletir sobre suas atitudes e comportamentos, da maneira como ela trata as pessoas, que na maioria das vezes ficam em silêncio e fazem o que ela ordena, como não a respondi como ela queria, ela assustou. Porque trouxe esse relato, é muito importante ressaltar até onde as palavras são capazes de trazer mudanças principalmente em adolescente em ainda estão na fase de desenvolvimento, quando confrontamos podemos observar certas atitudes que poderiam estar escondidas e só se manifestavam em casa onde se sentem seguros para fazê-los, muitas pessoas acreditam que a auto aceitação deve estar na origem da mudança, mas na verdade, nestas experiências de grupo, tal como em

psicoterapia ela é o começo da mudança. Alguns exemplos de atitudes manifestadas, como “eu sou uma pessoa dominadora que gosta de mandar nos outros, ou se vitimizando “sou uma coitada, ninguém gosta de mim”, vê-se aqui claramente a profunda aceitação deste ser escondido como sendo ele próprio, mas também evidente o começo de uma mudança. As vezes pode doer ou demorar para essa mudança acontecer e se descobrir, mas é com profunda gratidão que podemos dizer que houveram grandes mudanças em cada adolescente em seu jeito de ser, mudanças essas que os farão crescer e amadurecer, entendendo que viver dá trabalho e não é fácil, e que com cada enfrentamento que eles tiverem os transformarão, conforme Frankl:

A saúde mental está baseada em certo grau de tensão, tensão entre aquilo que já se alcançou e aquilo que ainda se deveria alcançar, ou o hiato entre o que se é e o que se deveria vir a ser. (FRANKL, 2013)

Pode-se compreender que a psicopatologia é uma ciência que aborda as possíveis causas dos transtornos mentais no ser humano, ou seja, uma pessoa mentalmente doente é uma parte do saber clínico, mas não um único saber ou conhecimento, há ao lado da ciência, a arte do trabalho clínico, as habilidades, intuições que compõe o encontro clínico com o paciente. De acordo Jaspers:

“Em todo indivíduo, oculta-se algo que não se consegue conhecer, pois a ciência requer um pensamento conceitual sistemático, o qual cristaliza e torna evidente, mas também aprisiona e limita o conhecimento. Quanto mais reconhece que, em todo indivíduo, se oculta algo que não se pode conhecer”. (JASPERS 1979)

Os fenômenos psicológicos e psicopatológicos em partes semelhantes e em partes diferentes, eles se sobrepõem. São fenômenos que o ser humano comum experimenta, mas que apenas em parte são semelhantes aos vivenciados pela pessoa com transtorno mental. Assim, todo indivíduo comum pode sentir tristeza, mas a alteração profunda, avassaladora, que um paciente com depressão psicótica experimenta é apenas parcialmente semelhante à tristeza normal.

Os fenômenos são semelhantes em todas, ou quase todas as pessoas, sendo fisiológicos, psicológicos, exemplo, todo ser humano sente fome, sede ou sono. Aqui inclui-se também o medo de um animal perigoso, a ansiedade perante desafios difíceis, o desejo por uma pessoa amada são todos fenômenos que acontecem com os adolescentes também, embora haja uma qualidade pessoal própria para cada ser humano, certas experiências são basicamente para todos. Buscando a

sobrevivência, prazer, segurança, controle sobre si e sobre os outros, ser reconhecido pelos demais, são medos frequentes relatados pelos adolescentes. E os encontros grupais que ocorreram nesse semestre, foram de grande valia, para saberem lidar com esses medos, e, em entre tantos relatos que se tornariam enfadonhos repeti-los aqui, trago um resumo do que realmente os adolescentes sentem falta ou medo, os pais, vejo-os como órfãos de pais vivos, onde moram na mesma casa mas não se comunicam, não se veem, e o vínculo entre eles se enfraquecem cada dia mais. E nas inúmeras intervenções que fizemos sempre tentamos ressuscitar esses pais na vida dos adolescentes que sentem tão sozinhos e amedrontados.

Quando eu escuto, eu compreendo-a-dor.

## **REFERÊNCIAS:**

LOPES, Rebeca Arnaud do N. **A Terapia Expressiva Centrada na Pessoa: Utilização e Limites no Contexto Brasileiro.** 2020.

FRANKL, Viktor E. **Sobre o sentido da vida.** Editora Vozes, 2022.

FRANKL, Viktor E. **Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração.** Editora Sinodal, 2013.

ROGERS, Carl R. **Tornar-se pessoa.** WWF Martins Fontes, 2017.

ROGERS, Natalie. As artes expressivas centradas na pessoa: um caminho alternativo no aconselhamento e na educação. **Revista Electrónica de Investigación Educativa**, v. 5, n. 2, 2003.

STALLARD, Paul. **Guia do terapeuta para os bons-pensamentos, bons-sentimentos.** Artmed Editora, 2007.

DALGALORRONGO, Paulo. Psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais. **Porto Alegre: Artmed**, 2008.