

**UNIVERSIDADE DE PASSO FUNDO
INSTITUTO HUMANIDADES, CIÊNCIAS, EDUCAÇÃO E CRIATIVIDADE
CURSO DE PÓS-GRADUAÇÃO EM ARTETERAPIA**

ELAINE FERRO

**PRÁTICAS ARTETERAPÊUTICAS COM ADOLESCENTES RESIDENTES EM UM
INSTITUTO FEDERAL**

Passo Fundo – RS

2024

ELAINE FERRO

**PRÁTICAS ARTETERAPÊUTICAS COM ADOLESCENTES RESIDENTES EM UM
INSTITUTO FEDERAL**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Pós-graduação em Arteterapia, Instituto Humanidades, Ciências, Educação e Criatividade, da Universidade de Passo Fundo, RS, como requisito parcial para a obtenção do grau de Arte terapeuta, sob a orientação da professora Ms. Marilei Teresinha Dal'Vesco.

Passo Fundo, RS

2024

Dedicatória

À memória do meu amado pai,
cujo amor, sabedoria e exemplos de força e
integridade guiaram cada passo do meu
caminho.

Ainda que ausente fisicamente, sinto sua
presença em cada conquista, em cada palavra
escrita e em cada sonho realizado.

Este trabalho é fruto do legado de coragem e
determinação que você me deixou.

A você, meu eterno agradecimento e saudade
infinita.

Agradecimentos

Agradeço ao meu esposo, Edson, pelo amor, paciência e apoio incondicional em todos os momentos desta jornada. Sua parceria e encorajamento foram essenciais para que eu pudesse chegar até aqui.

À minha família, que sempre acreditou em mim, oferecendo amor, compreensão e suporte em cada passo do caminho.

Aos meus amigos e colegas, que compartilharam comigo os desafios e as conquistas, tornando esta caminhada mais leve e especial.

E aos meus professores, cujos ensinamentos e orientações foram fundamentais para a realização deste trabalho. A cada um de vocês, minha mais profunda gratidão por fazerem parte desta trajetória.

Se as coisas são inatingíveis... ora!
Não é motivo para não querê-las...
Que tristes os caminhos, se não fora
A presença distante das estrelas!

Mario Quintana

PRÁTICAS ARTETERAPÊUTICAS COM ADOLESCENTES RESIDENTES EM UM INSTITUTO FEDERAL

FERRO, ELAINE¹

DAL'VESCO, Marilei Teresinha²

RESUMO

A Arteterapia é uma área de atuação profissional fundamentada principalmente nos princípios da arte e da psicologia. Utilizando diversas formas de expressão artística, tem como objetivo melhorar a saúde mental e a qualidade de vida dos indivíduos. Este trabalho investiga a aplicação de práticas arteterapêuticas com adolescentes residentes em um Instituto Federal, abordando temas como mudanças, identidade, memórias da infância e conexões interpessoais. Os resultados destacam o papel transformador da arteterapia, que proporciona um espaço seguro de expressão criativa, favorece o autoconhecimento e fortalece tanto a resiliência emocional quanto às habilidades sociais, promovendo maior integração entre os jovens.

Palavras-chave: Arteterapia. Adolescentes. Identidade. Memórias. Conexões. Sonhos

¹ Acadêmica do curso de Especialização em Arteterapia na Universidade de Passo Fundo. Graduada em Letras, pela Universidade de Passo Fundo, RS. Especializada em Interdisciplinaridade, pelo Instituto de Desenvolvimento Educacional do Alto Uruguai - IDEAU Getúlio Vargas, RS..

² Professora Orientadora. Graduada em Desenho e Plástica, pela Universidade de Passo Fundo, RS. Especializada em Arteterapia, Educação e Saúde, pela Universidade do Oeste de Santa Catarina, SC. Mestre em Arte e História da Cultura, pela Universidade Presbiteriana Mackenzie, SP.

1 INTRODUÇÃO

A Arteterapia no contexto escolar tem se destacado como uma ferramenta eficaz para o desenvolvimento integral dos adolescentes. A transição para a vida em uma residência estudantil representa um período de grandes mudanças e desafios, em que a distância da família e a intensa carga acadêmica podem resultar em elevados níveis de estresse e ansiedade. Nesse cenário, a Arteterapia desponta como uma estratégia avançada para fomentar o autoconhecimento, a expressão emocional e a criatividade. O objetivo do estudo teve como questão norteadora investigar de que modo os processos arteterapêuticos possibilitam integrar as dimensões emocionais, cognitivas e sociais de um grupo de jovens estudantes, vivendo em tempo integral em um Instituto Federal, localizado no Rio Grande do Sul. Ou seja, de que modo essa prática contribui para a formação de indivíduos mais conscientes de si mesmos e do mundo que os cerca, promovendo o desenvolvimento de habilidades essenciais para a vida?

O ponto de partida que nos motivou a desenvolver os processos de Arteterapia com jovens adolescentes reside na distinção desta abordagem em relação aos métodos tradicionais. Diferente de outras práticas, a Arteterapia se fundamenta no uso materiais e processos artísticos como meios principais para promover a reflexão e a comunicação. Ao explorar elementos como cores, formas e texturas, os jovens acessam uma linguagem única, capaz de expressar experiências e emoções muitas vezes difíceis de serem verbalizadas. Essa prática, ao integrar os aspectos emocional, cognitivo e social, contribui significativamente para o desenvolvimento de competências essenciais. Nessa perspectiva, propomos a seguinte problemática: A Arteterapia como ferramenta de desenvolvimento emocional em adolescentes residentes de instituições federais.

Este artigo apresenta experiências de práticas arteterapêuticas desenvolvidas com estudantes do Ensino Médio Técnico, de um Instituto Federal da região norte do estado do Rio Grande do Sul. Os adolescentes, que residem na instituição, participaram de diversas atividades artísticas, explorando temas como mudanças, identidade, relações interpessoais e emoções. Por meio da expressão artística, os jovens encontraram um espaço seguro para processar sentimentos complexos como a saudade, o medo e a esperança.

Os resultados deste estudo são apresentados nos escritos sob a forma de reflexões elaboradas a partir das evidências observadas durante os encontros. Essas evidências foram materializadas por meio de desenhos, textos, pinturas e falas, o que permitiu constatar o potencial da Arteterapia em promover o desenvolvimento social, emocional e pessoal dos adolescentes que vivem longe de casa. Essa prática os auxilia a lidar com as demandas da vida

estudantil e a construir uma identidade mais saudável. Diante desse cenário, a arte desempenha um papel essencial como canal de comunicação não verbal, permitindo que os estudantes expressem suas angústias de maneira segura e ampliando sua perspectiva diante dos desafios enfrentados.

Para este estudo nos apropriamos das contribuições de diversos autores que fundamentam as discussões sobre desenvolvimento humano, práticas terapêuticas e processos educacionais. Erik Erikson (1968), com sua teoria do desenvolvimento psicossocial, oferece uma visão abrangente sobre as etapas da vida e os desafios associados a cada uma delas. Edith Kramer e Margaret Naumburg (1966), por sua vez, enriquecem as análises ao integrar arte e terapia em suas abordagens inovadoras. Malchiold (2007) e Rubin (1994), contribuem com reflexões sobre vínculos e relações interpessoais, enquanto Donald Winnicott (1984), aprofunda as dinâmicas psicanalíticas relacionadas ao “self” e ao ambiente facilitador.

Além dos autores acima mencionados, Papalia e Olds (2013) também enriquecem os estudos sobre o ciclo da vida ao abordar o desenvolvimento humano de forma integrada, explorando transformações físicas, cognitivas e emocionais em todas as etapas da existência, desde a infância até a velhice. Por outro lado, autores contemporâneos como Angela Philippini (2022) e Ana Claudia Valladares (2008), ampliam o diálogo ao trazer uma perspectiva atualizada sobre o universo junguiano, conectando os conceitos tradicionais de Carl Gustav Jung (2011), como o inconsciente coletivo e os arquétipos, às demandas e desafios do mundo contemporâneo. Ambas exploram a relevância dos símbolos universais e sua ressignificação em um contexto cultural em constante transformação, apontando caminhos para a aplicação prática da psicologia junguiana em questões como identidade, espiritualidade e relações interpessoais.

2 ARTETERAPIA E O DESENVOLVIMENTO EMOCIONAL

2.1. ARTETERAPIA E OS ADOLESCENTES

A adolescência é uma etapa crucial do desenvolvimento humano, caracterizada por intensas transformações biológicas, emocionais e sociais que moldam a construção da identidade e influenciam o modo como o indivíduo se relaciona com o mundo, conforme Erikson (1968). Por outro lado, Papalia e Olds (2013) enfatizam que, além dessas inerentes à adolescência, a transição para ambientes como residências estudantis impõe desafios adicionais. Entre eles, destacam-se o afastamento do núcleo familiar, a necessidade de adaptação a novos contextos sociais e o aumento das demandas acadêmicas. Esses fatores, por sua vez, podem impactar significativamente no bem-estar emocional dos jovens, frequentemente resultando em sentimentos de insegurança, solidão e ansiedade.

Por conseguinte, é essencial reconhecer que este é um período em que os adolescentes necessitam de suporte adequado para enfrentar as mudanças e viver essa transição de forma saudável. Assim, estratégias de acolhimento, como programas de orientação e atividades que promovam a integração social e emocional, tornam-se fundamentais. Tais iniciativas são importantes não apenas para auxiliar na adaptação, mas também para contribuir no desenvolvimento de resiliência e de habilidades que favoreçam o crescimento pessoal.

Diante desse cenário, a Arteterapia surge como uma ferramenta promissora para atender essas necessidades. De acordo com Kramer (1982), essa abordagem combina expressão artística com reflexão psicológica, oferecendo um meio eficaz para adolescentes enfrentarem períodos de transição e adaptação. Além disso, como argumenta Malchiodi (2007), a expressão simbólica proporcionada pela arte possibilita que os jovens processem emoções complexas, desenvolvam habilidades como a autorregulação emocional e fortaleçam sua resiliência. Desse modo, a Arteterapia se apresenta como um recurso valioso para promover o bem-estar e a saúde emocional durante essa fase desafiadora.

Com base nessas premissas, este artigo apresenta uma experiência prática de atividades arteterapêuticas desenvolvidas com adolescentes de um Instituto Federal, abordando temas centrais como mudanças, identidade, memórias e sonhos para o futuro. A proposta foi concebida de forma a integrar os benefícios terapêuticos da Arteterapia às demandas específicas dos jovens participantes, utilizando uma diversidade de técnicas artísticas e uma abordagem que priorizou o desenvolvimento integral dos adolescentes, promovendo tanto a expressão simbólica quanto o fortalecimento emocional.

As intervenções, realizadas com adolescentes do Ensino Médio Técnico residentes em um Instituto Federal, foram organizadas em grupos heterogêneos e distribuídas ao longo de dez encontros, com duração média de duas horas cada. Inspiradas no modelo tripartite de sensibilização, prática criativa e compartilhamento/reflexão, proposto por Rubin (1984), as atividades arteterapêuticas foram estruturadas para estimular a expressão simbólica e a reflexão pessoal. Para isso, foram utilizados materiais como tinta guache, nanquim, revistas, papéis diversos, giz de cera e músicas temáticas, além de técnicas como pintura soprada, colagem, dinâmicas com espelhos e impressões digitais. Essas práticas exploraram questões relacionadas à identidade, mudanças, sonhos e conexão com a memória, proporcionando aos participantes uma vivência rica, significativa e transformadora.

No decorrer das reflexões, por questões éticas, vamos nomear os participantes por A, AL, B, C, EB, G, JP, L, S, TG, TS, VA, V e WT. Nossa intenção será de manter a identidade dos voluntários oculta em respeito a estes corajosos componentes que se expunham em suas mais profundas construções, confiando no grupo e na proposta arteterapêutica.

2.2 MUDANÇAS

2.2.1 Pedra da Lua

A primeira vivência desenvolvida com os adolescentes, denominada **Pedra da Lua**, teve como objetivo principal proporcionar um espaço seguro para a exploração do pensamento e da imaginação, fomentando a busca por tranquilidade e introspecção. A atividade, centrada na temática da mudança, visou auxiliar os participantes a processarem as diversas transformações que vivenciam em suas vidas.

O encontro foi iniciado com sensibilização por meio da música "Mudança" de Marina Aquino. A canção serviu como um ponto de partida para a reflexão sobre as diversas formas de mudança que experimentamos ao longo da vida, proporcionando um momento de conexão com as emoções e sensações relacionadas a esse tema criando um ambiente propício para a reflexão e a introspecção. Após ouvir a música foi feita uma breve introdução à temática das mudanças, destacando a importância da arte como ferramenta para a expressão de sentimentos e a construção de novos significados.

Em seguida foi explicado brevemente a técnica de pintura soprada, reforçando seu papel na expressão criativa e na exploração do pensamento e da imaginação. Cada participante recebeu uma folha de sulfite 60 com um pingote de tinta nanquim preta. A partir desse simples elemento,

foram convidadas a embarcar em uma jornada criativa, soprando a tinta e dando forma às suas percepções sobre as transformações da vida.

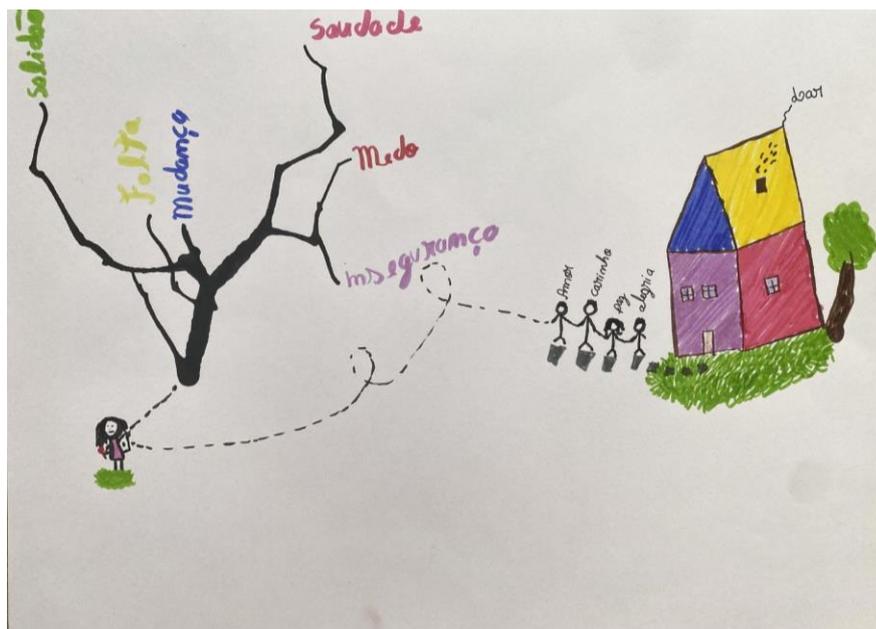
Para aprofundar o processo criativo, a atividade foi acompanhada por uma trilha sonora instrumental, que evocava sensações e emoções relacionadas ao tema central. A música, em conjunto com a técnica da pintura soprada, proporcionou uma experiência sensorial única, estimulando a expressão de emoções e a construção de significados pessoais, vivenciando a técnica de forma singular.

Após a criação inicial, foi solicitado aos participantes que utilizassem lápis de cor e canetinhas coloridas para ampliar a criação e dar novos significados às suas produções. Esse momento permitiu um aprofundamento da conexão com a criação e com o tema mudanças, além de proporcionar um espaço para a expressão individual. Ao vivenciar o seu processo de criação, os jovens tiveram a oportunidade de expressar as diferentes nuances da mudança conferindo detalhes e significados pessoais. Esse momento de finalização proporcionou um espaço de diálogo com os adolescentes, permitindo que, por meio da verbalização, expressassem suas reflexões sobre as diversas dimensões da mudança, como a incerteza, a esperança e o medo.

Ao final da atividade, foi promovido um momento de reflexão e compartilhamento sobre o processo criativo guiado por perguntas como "O que você sentiu ao criar sua obra?", "Quais foram as maiores dificuldades?", "O que a sua obra representa para você?" estimulando a autoconsciência e a compreensão do processo criativo. O diálogo entre as participantes permitiu uma ampliação das perspectivas sobre a mudança e um enriquecimento mútuo das experiências. Nesse momento (EB, 2024) relatou:

Enquanto eu desenhava, fiquei pensando em como é difícil estar longe de casa. Sinto muita saudade e, às vezes, tenho medo de não dar conta de tudo sozinha. Mas, ao mesmo tempo, sei que preciso me adaptar e seguir em frente. Acho que o que me ajuda é lembrar das coisas boas da minha casa e tentar encontrar algo parecido aqui, como amigos que me apoiem e coisas que me façam sentir bem.

Fotografias 1 - Processo criativo.



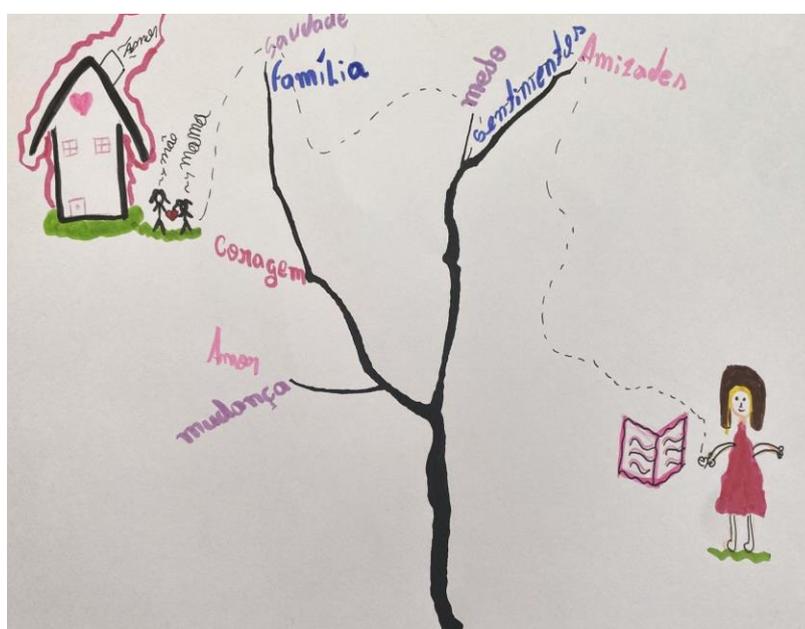
Fonte: Fotografias pertencentes ao acervo particular, 2024.

Essa expressão artística reflete de forma sensível e profunda os sentimentos de transição vivenciados pela adolescente. A casa colorida, que representa o lar de origem, cercada por elementos como “amor”, “carinho”, “paz” e “alegria”, simboliza o conforto e a segurança que ficaram para trás. A linha pontilhada que conduz à árvore com galhos secos e palavras como “falta”, “medo”, “solidão” e “saudade” parece expressar o caminho de desafios emocionais enfrentados na nova etapa de sua vida. A árvore, com suas ramificações, pode sugerir as escolhas e as mudanças que surgem ao longo deste caminho. Apesar disso, há um equilíbrio entre sentimentos de vulnerabilidade e o crescimento pessoal que a jornada proporciona. A conexão visual entre a casa e a nova realidade demonstra o impacto dessa transição e a importância de ressignificar o que é lar, pertencimento e segurança.

As criações de (B e TG, 2024), (imagem 2 e 3) também refletem o impacto das mudanças vivenciadas pelos jovens em um contexto de transição para a vida adulta e de convivência em uma instituição estudantil, destacando a importância das relações familiares e afetivas como pilares de sustentação emocional. Os elementos como a árvore, que simboliza crescimento e ramificações da vida, e os desenhos da família, da casa e das palavras “saudade” e “amor” revelam o peso das conexões com o lar e os desafios emocionais de lidar com a distância. Ao mesmo tempo, elementos como o livro, a bola e a quadra apontam para a busca de equilíbrio e adaptação, mostrando que o processo de mudança é acompanhado por

momentos de lazer, aprendizado e desenvolvimento pessoal. Essas obras expressam um diálogo entre as saudades do passado e as expectativas de um futuro em construção.

Fotografias 2 e 3 - Processo criativo.



Fonte: Fotografias pertencentes ao acervo particular, 2024.

Essas criações artísticas se apresentam como uma rica fonte de diálogo em uma abordagem arteterapêutica, permitindo que o adolescente expresse e reflita sobre seus sentimentos enquanto trabalha no fortalecimento emocional e na adaptação ao novo contexto de vida. A técnica da pintura soprada foi utilizada para explorar transformações internas e externas, alinhada ao conceito de Winnicott (1971), de “espaço transicional”, a qual possibilita

aos participantes projetar emoções e conflitos internos. A atividade promoveu introspecção e criatividade, permitindo aos adolescentes expressarem sentimentos de incerteza e esperança.

2.3 MINHA ESSÊNCIA

2.3.1 Turmalina Rosa

A segunda vivência nominada como **Turmalina Rosa**, teve como objetivo promover a autorreflexão e a valorização da identidade pessoal dos adolescentes por meio de dinâmicas criativas e introspectivas, incentivando-os a explorar suas características únicas, reconhecer suas qualidades e lidar com aspectos desafiadores de sua percepção sobre si mesmos. O encontro começou com um momento de relaxamento por meio de exercícios de respiração profunda, acompanhados por música suave com intuito de ajudar os jovens a se desconectarem das preocupações externas e se concentrarem no momento presente. A proposta envolveu dois momentos principais: uma dinâmica com espelho dentro de uma caixa para promover autorreflexão e uma atividade criativa com impressões digitais, que possibilitou aos participantes explorarem suas características únicas.

A dinâmica foi realizada em um ambiente acolhedor e tranquilo, com a caixa posicionada sobre uma mesa no centro da sala, chamando a atenção para o momento individual de cada participante. Um por vez, os adolescentes foram convidados a se aproximar da mesa e abrir a caixa, que continha um espelho no interior. Ao olharem para dentro da caixa, os participantes eram conduzidos a um momento de autorreflexão.

Durante esse processo, foram incentivados a observar a própria imagem refletida e refletir sobre a importância da pessoa que estavam vendo. Questões norteadoras foram sugeridas, como: “O que você vê em si mesmo que considera especial?”, “Quais características dessa pessoa são importantes para você?” e “Como você acredita que essa pessoa contribui para o mundo ao seu redor?”. Esse momento foi conduzido de forma individual e respeitosa, garantindo que cada participante tivesse seu tempo e espaço para introspecção. A atividade enfatizou a valorização pessoal e a conexão com a própria essência, permitindo que os adolescentes pensassem sobre como se percebem e sobre os aspectos de sua identidade que enxergam com maior ou menor clareza.

No segundo momento cada participante recebeu uma folha com uma impressão digital ampliada, a proposta foi preencher os espaços entre as linhas da impressão digital com palavras, frases ou desenhos que respondessem a perguntas, entre elas: “Quem sou eu?” “Quais são

minhas melhores características?” “O que mais gosto em mim?” “O que menos gosto em mim?”. A atividade buscou incentivar a introspecção, permitindo que cada participante explorasse sua identidade de maneira criativa e única.

Em seguida, os adolescentes foram convidados a compartilhar, de forma espontânea, suas percepções e reflexões sobre a experiência. O espaço foi conduzido com respeito, valorizando a escuta ativa e criando um ambiente seguro para trocas emocionais. Por fim, foi realizado um breve exercício de respiração para ajudar os participantes a se desconectarem gradualmente da atividade, reforçando as mensagens de valorização pessoal e aceitação.

Fotografias 4 e 5 - Processo criativo.



Fonte: Fotografias pertencentes ao acervo particular, 2024.

As imagens 4 e 5 abordam a identidade pessoal dos adolescentes utilizando a impressão digital. Esse elemento visual funciona como uma metáfora para reforçar que, assim como as linhas da impressão digital, as características e vivências de cada pessoa formam algo exclusivo, simbolizando a singularidade de cada indivíduo. A introdução da atividade com a observação do próprio reflexo no espelho proporciona um momento íntimo e direto de encontro consigo mesmo. Olhar para si no espelho não é apenas ver o rosto, mas também refletir sobre a própria essência, valores e sentimentos.

O ato de preencher os espaços entre as linhas da impressão digital é profundamente significativo, pois permite que os adolescentes explorem diferentes aspectos de quem eles são, como gostos, talentos, emoções, conquistas e sonhos. Os conteúdos preenchidos revelam

valores emocionais importantes, expressos em palavras como “amor”, “saúde” e “coragem”. Além disso, referências a família e amigos destacam a relevância dos vínculos afetivos, mesmo em um período de busca por independência.

Durante a atividade, os participantes refletiram sobre diversos aspectos de sua identidade, emoções e relações, compartilhando pensamentos que revelaram suas vivências e valores. Muitos perceberam a singularidade de quem são, comparando suas características e experiências às linhas únicas da impressão digital. (JP, 2024) afirmou: “percebi que, assim como minha impressão digital, ninguém é exatamente como eu. Cada parte de quem eu sou é única.” (AL, 2024) relatou: “enquanto preenchia as linhas, percebi o quanto minha família é importante para mim, mesmo quando estamos distantes.” A reflexão também trouxe à tona sonhos e objetivos futuros, como descrito por (B, 2024): “preencher com meus sonhos me ajudou a enxergar o que eu realmente quero para o futuro.” Além disso, a observação do próprio reflexo no espelho promoveu momentos de aceitação e autoconhecimento. A participante (WT, 2024) compartilhou: “foi estranho no início, mas me ajudou a aceitar mais quem eu sou.” Essas falas mostram como a atividade proporcionou um espaço seguro para explorar a própria essência e fortalecer a autoestima.

Inspirada na teoria do desenvolvimento psicossocial de Erik Erikson (1968), que enfatiza a construção da identidade como um dos principais desafios enfrentados durante a adolescência, essa abordagem arteterapêutica oferece benefícios que vão além da expressão criativa. Por meio dela, os jovens passam a compreender melhor quem são, o que valorizam e quais são seus objetivos. Reconhecer suas qualidades e emoções fortalece a autoestima e promove uma relação mais compassiva consigo mesmos. Assim, a prática contribui significativamente para o fortalecimento emocional, oferecendo um espaço seguro para o autoconhecimento e a valorização das histórias que compõem suas identidades únicas.

2.4 RESGATANDO MINHA CRIANÇA

2.4.1 Ametista

A abordagem “Resgatando Minha Criança”, nominada como **Ametista**, foi aplicada em dois grupos diferentes, em momentos distintos, com o objetivo de promover a reconexão com memórias e sentimentos da infância por meio de desenho, recorte e colagem.

No primeiro grupo, a atividade iniciou com uma breve sensibilização, na qual foi explicada a proposta de criar uma composição visual que representasse elementos marcantes

da infância, como brincadeiras, objetos ou emoções. Para ambientar os participantes, foi utilizada uma playlist com músicas nostálgicas e delicadas, incluindo “Aquarela” e “O Caderno”, de Toquinho, e “Se Essa Rua Fosse Minha”, interpretada por Ana Santos, entre outras canções suaves. Os participantes foram incentivados a trabalhar de forma intuitiva, sem pressão por resultados específicos, permitindo que suas memórias e emoções emergissem naturalmente.

O clima da sala tornou-se bastante imersivo, com momentos de concentração profunda intercalados por risadas espontâneas, quando alguém se lembrava de um detalhe engraçado ou compartilhava uma memória tocante. As produções variaram desde representações abstratas de sentimentos até imagens concretas de brinquedos, comidas, viagens e elementos familiares. Houve também momentos em que os participantes, tocados pelas lembranças, expressaram suas emoções de forma mais introspectiva, criando um ambiente de acolhimento e respeito mútuo.

Ao final, foi realizada uma roda de conversa na qual os participantes descreveram suas criações e relataram como a atividade os ajudou a acessar memórias felizes, despertando uma sensação de leveza e bem-estar. Muitos comentaram que a experiência lhes trouxe um olhar renovado sobre a infância, valorizando as pequenas coisas que marcaram sua trajetória. Além disso, a troca de histórias durante a roda fortaleceu o senso de pertencimento ao grupo, ao perceberem como memórias distintas podem gerar emoções semelhantes, promovendo empatia e conexões genuínas entre os participantes.

No segundo grupo, a atividade, realizada em um momento posterior, seguiu a mesma estrutura inicial, com uma sensibilização para explicar a proposta e a reprodução da mesma playlist nostálgica, a fim de criar um ambiente acolhedor e introspectivo.

Apesar de apresentar a mesma orientação, a dinâmica do grupo trouxe características únicas à experiência. O grupo apresentou uma interação mais introspectiva durante o processo criativo, com períodos de silêncio e concentração mais prolongados. As produções também refletiram essa particularidade, com muitas colagens voltadas para representações emocionais e abstratas, além de algumas que destacaram elementos específicos da infância, brinquedos, viagens e elementos familiares, como por exemplo, a imagem de um boneco de amigurumi que evocou memórias de proteção e carinho na infância de um dos participantes, que ao falar do seu processo de criação disse:

Quando eu estava criando esse trabalho, me lembrei muito da minha infância, especialmente do boneco que minha tia fez para mim. Ele me trouxe uma sensação de conforto, como se fosse uma lembrança física do carinho dela. Também pensei no

melão, porque minha mãe sempre cortava e deixava na mesa para mim, e isso me faz sentir falta de como tudo parecia mais simples naquela época. É como se, na infância, a gente vivesse mais conectado ao que realmente importa, e eu sinto que às vezes perco isso na correria do dia a dia. Fazer essa atividade foi como voltar um pouco para essa essência, para as coisas que realmente me fazem feliz. (L, 2024)

Fotografia 6 - Processo criativo.



Fonte: Fotografias pertencentes ao acervo particular, 2024.

Este trabalho artístico parece dialogar diretamente com a memória afetiva e o desejo de reconexão com a essência pessoal. As imagens escolhidas simbolizam elementos importantes da infância, como objetos, alimentos e sentimentos de aconchego.

No encerramento, a roda de compartilhamento revelou percepções diferentes, com alguns participantes destacando que a atividade os ajudou a refletir sobre como as memórias da infância ainda influenciam suas vidas atuais. O grupo relatou um senso de gratidão pelas lembranças resgatadas e valorização dos momentos simples vividos.

Fotografias 7 e 8 - Processo criativo.



Fonte: Fotografias pertencentes ao acervo particular, 2024.

As colagens elaboradas pelas adolescentes (VA e TS, 2024), (imagens 7 e 8) representam um profundo retorno às memórias afetivas da infância, trazendo à luz elementos que despertam alegria, nostalgia e pertencimento. Por meio de imagens que retratam paisagens naturais, flores, alimentos e momentos prazerosos, é possível identificar uma tentativa de reconectar-se com experiências que proporcionaram segurança e felicidade. As escolhas visuais e os recortes revelam a valorização de detalhes marcantes na formação de suas identidades emocionais, destacando a relevância dos laços afetivos, do ambiente familiar e das vivências sensoriais na construção de suas histórias.

As cores vibrantes e as formas descontraídas presentes nas colagens expressam tanto a espontaneidade característica da infância quanto o desejo de resgatar a simplicidade e a leveza

desse período. Cada componente visual traz consigo uma narrativa pessoal, que, ao ser externalizada, permite uma reflexão sobre como as experiências do passado influenciam o presente. Nesse processo, a prática arteterapêutica se mostra valiosa, promovendo o autoconhecimento, a valorização das próprias histórias e a criação de um espaço seguro para a expressão emocional e a ressignificação de momentos significativos.

Essa abordagem evidencia como o resgate de memórias infantis pode servir de ferramenta para explorar emoções, reconectar-se com a própria história e reforçar o cuidado e a sensibilidade. O uso de técnicas como recortes, colagens e mensagens escritas amplia a capacidade de expressão subjetiva, permitindo que os participantes construam uma narrativa visual de suas relações com a infância. O resgate de memórias da infância é uma prática que Malchiodi (2007) associa ao fortalecimento do vínculo emocional consigo mesmo e ao estímulo de uma nostalgia saudável, ressaltando a riqueza do universo infantil e sua importância na trajetória de cada adolescente.

2.5 CONSTRUÇÃO DE UMA VIDA FELIZ E REALIZAÇÃO DE SONHOS

2.5.1 **Ágata Azul**

O quarto encontro arteterapêutico, intitulado **Ágata Azul**, teve como tema principal a construção de uma vida feliz e a realização de sonhos. A proposta buscou proporcionar um espaço de reflexão e expressão artística, incentivando os participantes a explorarem suas aspirações nas esferas profissional, financeira e emocional. Com isso, visou-se promover o autoconhecimento e auxiliar na definição de metas significativas, fundamentais para uma transição saudável e bem-sucedida à vida adulta, marcada por desafios e mudanças.

Como ponto de partida, a atividade foi introduzida por um momento de sensibilização conduzido pela música “Alegria”, do Circo do Solei. Essa escolha estratégica buscou criar um ambiente introspectivo e inspirador, convidando os adolescentes a se conectarem com suas emoções e sonhos mais profundos. Durante essa etapa, foi solicitado que os participantes fechassem os olhos e imaginassem cenários que representassem suas maiores aspirações e objetivos de vida. Esse momento inicial estabeleceu uma conexão emocional significativa, preparando os jovens para a exploração artística subsequente.

A proposta artística consistiu na utilização de tinta guache aplicada em bases circulares de isopor. Esse suporte foi escolhido por sua versatilidade e acessibilidade, permitindo a

criação de composições visuais e simbólicas representativas dos sonhos e desejos dos participantes. Cada produção refletiu elementos subjetivos e imaginários, traduzindo diferentes interpretações do conceito de felicidade e realização pessoal. As escolhas de cores, formas e texturas evidenciaram a singularidade de cada adolescente, revelando a diversidade de perspectivas sobre o futuro.

Durante a atividade, os participantes demonstraram um envolvimento expressivo e genuíno, transformando pensamentos e sentimentos em imagens simbólicas. Essa prática reforçou os princípios da arteterapia defendidos por Margaret Naumburg (1966), que enfatiza a criação artística como uma forma de acessar conteúdos inconscientes e promover reflexões significativas. Na obra *“Dynamically Oriented Art Therapy”* (1966), Naumburg argumenta que o processo artístico possibilita uma integração entre aspectos emocionais e cognitivos, alinhando-se às experiências vivenciadas nesse encontro.

A pintura destaca-se como um recurso terapêutico de grande relevância na arteterapia, devido à sua capacidade de mobilizar emoções, facilitar a expressão de afetos e promover a reorganização psíquica. Angela Filippini (2009) enfatiza a dimensão afetiva desse processo, ao destacar a pintura como um meio que favorece a fluidez emocional e a elaboração de sentimentos muitas vezes difíceis de verbalizar. Enquanto que Valladares (2008) complementa essa perspectiva ao abordar o papel do processo criativo como um espaço seguro para o indivíduo estabelecer uma relação íntima com os materiais artísticos, permitindo a ressignificação de experiências emocionais.

Sob a ótica da psicologia analítica de Carl Gustav Jung (2011), a pintura ganha ainda mais profundidade, sendo compreendida como uma manifestação simbólica do inconsciente, essencial para o processo de individuação. Nesse contexto, as imagens criadas através da pintura não são meramente decorativas, mas sim expressões arquetípicas que revelam conteúdos internos e dinâmicas psíquicas muitas vezes desconhecidas pelo indivíduo. Por meio dessa prática, o inconsciente encontra um canal de comunicação com a consciência, permitindo a integração de aspectos reprimidos ou negligenciados da psique.

Sendo assim, a técnica da pintura torna-se um instrumento terapêutico poderoso, auxiliando na identificação de conflitos internos, no reconhecimento de padrões repetitivos e no fortalecimento da conexão com o “self”, núcleo integrador da personalidade. Ao dar forma a conteúdos simbólicos, o indivíduo é conduzido a uma jornada de autodescoberta e transformação, elementos fundamentais para a realização de um equilíbrio interno e para a conquista de uma vida mais plena e autêntica. Desse modo, a expressão artística transcende o

campo do estético, consolidando-se como um caminho para o crescimento pessoal e o enriquecimento espiritual.

Nesse sentido, o encontro destacou o papel transformador da arteterapia no apoio ao desenvolvimento emocional e pessoal de jovens em transição para a vida adulta. Cada criação revelou aspectos únicos da identidade dos participantes, permitindo-lhes explorar questões internas de maneira profunda e intuitiva. A atividade artística não apenas fomentou a criatividade, mas também auxiliou os adolescentes a projetarem metas concretas para o futuro, reforçando a importância da prática para o fortalecimento da autoestima e da autonomia. Conforme relato:

Essa pintura reflete minha força interior e minha vontade de seguir meu próprio caminho. O sol e os pássaros simbolizam minha busca por autonomia e liberdade, a coragem para enfrentar os desafios sozinha. A praia representa um lugar onde me sinto em paz comigo mesma, onde posso recarregar minhas energias e me preparar para os obstáculos que a vida colocar no meu caminho. Sinto que estou pronta para trilhar meu futuro com confiança, sem depender sempre de alguém ao meu lado, mas sabendo que sou capaz de construir minha própria segurança e felicidade. (SP, 2024)

Fotografia 9 – Processo criativo



Fonte: Fotografias pertencentes ao acervo particular, 2024.

No conjunto (imagens 10, 11, 12 e 13), as criações refletem sonhos de felicidade, segurança, equilíbrio emocional e conexões humanas e com a natureza. Cada peça projeta não apenas desejos individuais, mas também valores essenciais para um futuro pleno, como a busca pela paz, a superação de desafios e a valorização de momentos simples e significativos.

Fotografias 10, 11, 12 e 13 - Processo criativo.



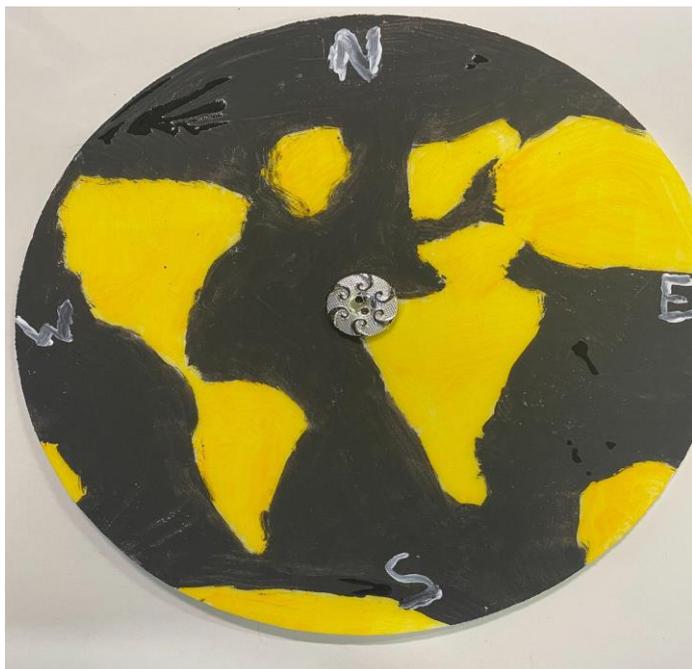
Fonte: Fotografias pertencentes ao acervo particular, 2024.

Na criação de (AL, 2024), (imagem 10), a escolha da palavra “Feliz”, centralizada em um fundo vibrante, simboliza um desejo claro de buscar a felicidade como meta principal para o futuro. As pérolas ao redor indicam preciosidade e cuidado, sugerindo que essa felicidade é valorizada como algo essencial e que requer dedicação. A simplicidade da composição reforça a ideia de que, apesar de sonhos futuros poderem parecer complexos, o foco em algo genuíno e básico, como ser feliz, é primordial. A pintura feita por (TS, 2024) (imagem 11), traz um barco navegando em águas tranquilas que reflete uma metáfora para a jornada da vida, com o sonho de um futuro repleto de calma, aventura e realização. A moldura em strass e o laço remetem à ideia de que essa jornada não apenas será significativa, mas também bela e gratificante. Essa criação parece representar um sonho de exploração e crescimento, em um contexto de serenidade e equilíbrio.

Na sequência temos na produção de (G, 2024) (imagem 12), a composição com a casa em preto contrastando com a paisagem azul e verde pode simbolizar um sonho de segurança e pertencimento, ainda que envolvido por desafios ou incertezas (representadas pelas árvores secas). Pode-se interpretar que, para o futuro, existe o desejo de encontrar estabilidade e paz, mesmo em meio a dificuldades. A escolha de uma casa como elemento central reforça o anseio por um lar, tanto físico quanto emocional.

A composição (imagem 13) traduz o desejo por um futuro de harmonia, contemplação e relações verdadeiras, onde pequenos momentos e conquistas subjetivas ganham protagonismo. A figura sentada acompanhada por dois animais sob um céu estrelado, traduz sonhos e aspirações profundamente ligados a momentos de simplicidade, paz e conexão. Em seu relato (VA, 2024) diz: “meus sonhos para o futuro estão profundamente ligados a momentos de simplicidade e paz”. Essa frase revela um anseio por equilíbrio entre as exigências da vida cotidiana e a necessidade de pausas para contemplação e reconexão com o essencial. (VA, 2024) continuou: “eu desenhei os gatinhos porque amo gatos, eles são meus companheiros, me trazem conforto e cumplicidade”. A escolha da figura do gato carrega um significado emocional e afetivo, além dos aspectos universais atribuídos ao animal.

Fotografia 13 – Processo criativo



Fonte: Fotografias pertencentes ao acervo particular, 2024.

Ao falar sobre seu processo de criação, (V, 2024) declarou:

[...] essa peça representa minha busca por direção na vida. O fundo preto simboliza as dúvidas e os desafios que enfrento, enquanto o amarelo representa a esperança e os caminhos iluminados que desejo seguir. Os pontos cardeais mostram que há várias opções e escolhas, mas o centro prateado é o meu ponto de equilíbrio, algo que me guia nas decisões. Durante a atividade, percebi que mesmo em meio às incertezas, sempre há luz e possibilidades. Esse processo me ajudou a refletir sobre o que realmente importa para mim e sobre os passos que quero dar no futuro.

Diante do exposto, pode-se afirmar que a proposta ofereceu aos adolescentes um espaço para explorar suas aspirações e desafios na transição para a vida adulta, utilizando a pintura como veículo de autoconhecimento e expressão simbólica. Alinhada aos princípios de Carl Gustav Jung (2000), a atividade permitiu que os participantes externalizassem conteúdos inconscientes por meio de imagens arquetípicas, criando uma ponte entre o inconsciente e a consciência. Essa prática não apenas reforçou a autoestima e ajudou na definição de metas concretas, como também promoveu uma integração psíquica essencial para o processo de individuação, conforme proposto por Jung. Complementada pelas ideias de Naumburg (1966) e Filippini (2022), a abordagem demonstrou o papel transformador da arteterapia na construção de um futuro equilibrado, conectado aos valores e símbolos que estruturam a identidade de cada indivíduo.

3 REFLEXÕES FINAIS

As práticas arteterapêuticas desenvolvidas com adolescentes residentes no Instituto Federal destacaram-se como um importante recurso de suporte emocional e desenvolvimento integral. Fundamentadas em abordagens teóricas robustas, como as propostas de Erik Erikson (1968), sobre o desenvolvimento psicossocial, as práticas artísticas ofereceram aos jovens um espaço seguro para a expressão de sentimentos, o fortalecimento da identidade e a construção de vínculos afetivos. Atividades baseadas na psicologia analítica de Carl Gustav Jung (2011) e nos princípios de Margaret Naumburg (1966), enfatizaram a relevância da expressão simbólica como caminho para acessar conteúdos inconscientes, promovendo a integração psíquica e o autoconhecimento.

O uso da arte como linguagem não verbal permitiu que os participantes externalizassem emoções complexas e ressignificassem experiências marcantes, alinhando-se à visão de Angela Filippini (2009) sobre a dimensão afetiva da criatividade. Além disso, a proposta de técnicas diversificadas, como pintura, colagem e dinâmicas reflexivas, demonstrou eficácia na

promoção de autorregulação emocional, conforme sugerido por Malchiodi (2007), que associa a arteterapia ao fortalecimento da resiliência e da saúde mental.

Os encontros abordaram temáticas centrais, como mudanças, memórias da infância e projeção de sonhos, possibilitando aos adolescentes compreenderem melhor suas trajetórias e planejarem o futuro de forma mais consciente. Conforme apontado por Winnicott (1971), o ambiente facilitador proporcionado pela arteterapia foi essencial para o desenvolvimento de um espaço transicional, onde os jovens puderam explorar suas emoções em um ambiente acolhedor e seguro.

Diante desses resultados, reforça-se a importância de implementar a Arteterapia como uma estratégia consistente em programas educacionais e de bem-estar estudantil. A integração da arte com fundamentos psicológicos, conforme proposto por autores como Kramer (1982) e Valladares (2008), mostrou-se uma abordagem eficaz para enfrentar os desafios emocionais, sociais e acadêmicos vivenciados pelos adolescentes. Assim, este estudo contribui para consolidar a Arteterapia como uma prática transformadora, capaz de promover o equilíbrio emocional, o fortalecimento da identidade e a construção de um futuro pleno de significado.

4 REFERÊNCIAS

CIRQUE DU SOLEIL. Alegria. **Composição de René Dupéré**. Intérprete: Francesca Gagnon. Álbum: *Alegria*. Montréal: Cirque du Soleil Musique, 1994. Disponível em: <https://open.spotify.com>. Acesso em: 07 dez. 2024.

ERIKSON, Erik. H. *Identity: Youth and crisis*. Norton, 1968. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?lng=pt>. Acesso em: 30 de nov., 2024

JUNG, Carl. G. **A psicologia do inconsciente**. Petrópolis: Vozes, 2011.

JUNG, Carl. G **O homem e seus símbolos**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2000.

KRAMMER, Edith. (1982). *Terapia através del arte en una comunidad infantil*. Buenos Aires: Kapelusz. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/5vdgTHLvfkzynKFHnR84jqP/>. Acesso em: 07 de dez., 2024.

MALCHIODI, Cathi. A. (2007). *The art therapy sourcebook*. McGraw-Hill. Disponível em: https://scholar.google.com/scholar?hl=pt-BR&as_sdt=0,5&cluster=. Acesso em: 30 de nov., 2024.

NAUMBURG, Margaret. (1966). *Dinamically oriented art therapy: Its principles and practice*. Nova Iorque: Grune-Stratton. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/5vdgTHLvfkzynKFHnR84jqP/>. Acesso em: 07 de dez., 2024.

PAPALIA, Diane E.; OLDS, Sally Wendkos. *Desenvolvimento Humano*. 12. ed. Porto Alegre: Artmed, 2013. Disponível em: <https://archive.org/details/desenvolvimento-humano>. Acesso em: 7 dez. 2024.

PHILIPPINI, Angela. **Arteterapia: Criatividade e subjetividade**. Rio de Janeiro: WAK Editora, 2009.

PHILIPPINI, Angela **Linguagens e materiais expressivos em Arteterapia: Uso, Indicações e Propriedades**. Rio de Janeiro: WAK Editora, 2022.

RUBIN, Judith A. *Art Therapy: An Introduction*. New York: Brunner-Routledge, 1984. Disponível em: <https://archive.org/details/introductiontoar0000rubi>. Acesso em: 7 dez. 2024.

SANTOS, Ana. **Se essa rua fosse minha**. Canção tradicional brasileira. Disponível em: <https://open.spotify.com/track/12345>. Acesso em: 07 dez. 2024.

TOQUINHO. O Caderno. **Composição de Toquinho e Mutinho**. Álbum: *Casa de Brinquedos*. São Paulo: Philips/PolyGram, 1983. Disponível em: <https://open.spotify.com>. Acesso em: 07 dez. 2024.

TOQUINHO. O Caderno. **Composição de Toquinho e Mutinho**. Álbum: *Casa de Brinquedos*. São Paulo: Philips/PolyGram, 1983. Disponível em: <https://open.spotify.com/track/12345>. Acesso em: 07 dez. 2024.

WINNICOTT, Donald. W. **Brincar e a realidade**. Londres: Tavistock Publications, 1971. Disponível em: <https://archive.org/details/playingreality0000winn>. Acesso em: 7 dez. 2024.

VALLADARES, Ana. C. A. **Arteterapia: Fundamentos e práticas**. Rio de Janeiro: Wak Editora, 2008.