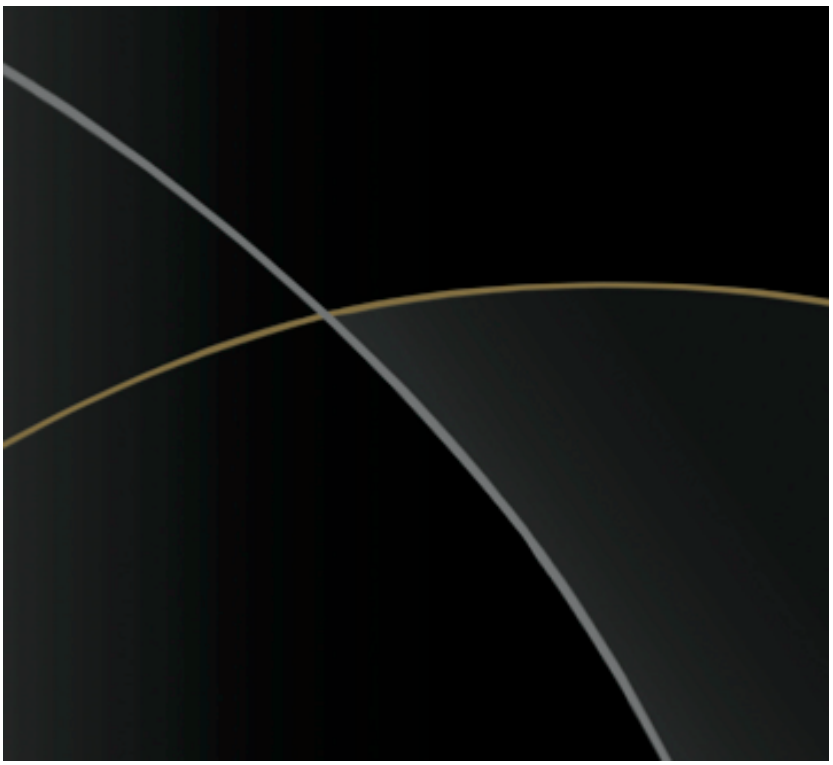
Construindo projetos de vida com criatividade[1]



Ana Rosa de Andrade
Gilda Maria Giovannone[2]

Relatamos aqui o trabalho comunitário, que vem se desenvolvendo desde o ano de 2009 num bairro da capital de São Paulo, indicando que mesmo com algumas dificuldades em inovar é possível estimular os moradores para que se mobilizem e expressem suas opiniões e desejos.

Após três anos de participação na Associação de Moradores, atuando como voluntária, e desenvolvendo a função de Diretora de Educação e Cultura, a relatora desta experiência propôs um Projeto com a premissa de que fosse um trabalho *com* a Comunidade e não *para* a Comunidade, portanto, sem cunho paternalista.

Consideramos comunidade como um corpo social - membros habitando uma região determinada, com um mesmo governo, numa formação social complexa, com necessidades e interesses diversificados - com pessoas que se motivem, se reúnam e se organizem, podendo agir em grupos, e se responsabilizem no

[1]Trabalho realizado no curso *Corpo e Arte na segunda metade da vida*. COGEAE-PUCSP. Coordenadora: Profª Drª Irene Gaeta Arcuri.
[2] Relatora do Projeto

enfrentamento de algumas das necessidades locais, como propõe Gregori (1994).

O argumento entre as lideranças da Associação sempre foi que as pessoas não querem participar ou inovar, o que se pode chamar de profecia auto cumpridora, tornando difícil um levantamento de dados significativos das reais necessidades locais, para um diagnóstico de suas carências e uma efetiva participação de seus moradores.

E, assim, em 2009, estrategicamente, foi proposto um trabalho que facilitasse o envolvimento das pessoas, apenas ouvindo-as e oferecendo oportunidade para se expressarem, através dos Recursos Expressivo-Artísticos, contando com a colaboração de uma Arteterapeuta.

Denominou-se *Projeto Conviver com Arte* que contou com dez participantes: oito mulheres com idades entre 52 e 92 anos, uma professora de 32 anos interessada em ser multiplicadora dos trabalhos com recursos expressivo-artísticos, e um homem com 81 anos. O projeto foi realizado em 12 encontros semanais com 2hs de duração cada entre os meses de abril e junho do ano referido.

É importante que se registre que não foi apenas oferta de oportunidade de convívio, mas teve também o objetivo de oferecer condições para que emergissem outras lideranças.

Embora a divulgação tivesse sido realizada em jornais do bairro e circunvizinhos, em pontos comerciais, igrejas e outros locais, não houve empenho e determinação da Associação em si, a ponto dos demais diretores não se referirem nunca ao mesmo. Não havia uma visão sistêmica que permitisse um trabalho conjunto, eficiente e eficaz, resultando num número reduzido de beneficiados. Mesmo assim, possibilitou a inclusão e o convívio social, num exercício da alteridade, uma vez que idosos e pessoas com deficiências visual e mental puderam atuar de forma descontraída e amistosa.

As atividades utilizaram recursos da natureza, como sementes, terra, adubos, e artísticos como tintas, colas, glitter, fios, velas, giz de cera etc., o que permitiu aos participantes iniciar a abordagem dos cuidados com a natureza. Um deles afirma em seu depoimento que acompanha o crescimento das sementes no parque em que as plantou, embora fosse orientado a lançá-las em terreno sem vegetação e não em parque público, já com plantas planejadas e cuidadas.

Tendo em vista os resultados positivos deste projeto, o Centro Comunitário do bairro, onde se iniciaram as atividades, estendeu, neste ano, o convite para a realização de Oficinas com pessoas da comunidade em geral, originando o Projeto *Construindo Projetos de Vida com Criatividade*, também com a colaboração da Arteterapeuta.

Registram-se aqui atividades desenvolvidas entre Abril e Junho, oferecendo condições para que pessoas em processo de envelhecimento - segundo o

conceito junguiano de metanóia, como a segunda metade da vida - pudessem reconhecer-se e atuarem nessa fase do desenvolvimento.

Segundo Jung (2000) este período indica uma mudança na trajetória de vida do indivíduo - em geral após os 40 anos, fase em que o indivíduo necessita voltar ao si mesmo - e implica num alinhamento com sua totalidade, um ajustamento na relação do Ego com o Self.

Este projeto, mesmo com abertura para as diferentes pessoas, atendeu três senhoras da terceira idade:

- E.A. professora aposentada em tratamento de sequela de Acidente Vascular Cerebral (AVC), com mobilidade social reduzida, grande dificuldade de expressão oral e algumas resistências na exploração dos recursos expressivo-artísticos, embora demonstrasse interesse em participar.

- A. F. acompanhante de E.A, semialfabetizada, que se mostra participativa e atuante nas atividades propostas, descobrindo-se a cada vivência.

- A. O. M. com escolaridade básica e manifestando-se favoravelmente em todas as propostas, sempre solicitando à coordenadora do Centro que divulgue as atividades, para que mais pessoas sejam beneficiadas.

Utilizando recursos expressivo-artísticos, visou facilitar o exercício da criatividade, com produções artísticas, favorecendo a expressão inclusive das pessoas com deficiência ou sequelas. Criar, como o próprio sentido de metanóia indica, implica em que se deixe ir embora o antigo, ou que seja ressignificado, para dar lugar ao novo que, mesmo com o declínio físico, permite a aproximação com a alma, nessa possibilidade da transformação, da realização do Si-mesmo, como Arcuri (2004) se refere aos pressupostos junguianos.

Um trabalho comunitário com esse universo de pessoas possibilita que se atinjam os diferentes níveis de recursos, como profissionais, organizações não governamentais, voluntários, universidades, empresas e muito outros segmentos, para uma atenção especial a elas e suas famílias que, muitas vezes, não conseguem oferecer bom atendimento.

Além de trabalhar a identidade e as diferentes características do período de envelhecimento, o projeto tem como objetivo também possibilitar que se dimensionem como pessoas, reconhecendo talentos que permitiram a suas existências como seres sociais, mesmo com alguns possíveis déficits, ampliando conhecimentos, nas trocas com os iguais e com o acesso à tecnologia, já que o Centro oferece aulas de Informática.

Nesse período foram realizadas Oficinas, sempre com a participação/produção das facilitadoras, com músicas new age, de raiz etc., explorando materiais como tinta, glitter, lantejoulas, cola, massinhas, tesouras, revistas, sementes e grãos, papel sulfite, cartolina etc.

Possibilitando o autoconhecimento

Na proposta de trabalhar a identidade, possibilitando o autoconhecimento, os tópicos/temas, explorados a cada encontro, emergiram das conversas iniciais, após alguns exercícios de alongamento, ou mesmo comentários sobre as músicas que ouviam.

Reconhecendo a identidade

Elaboração de crachá pessoal em forma de Mandala, utilizando figuras de revistas com a imagem expressando o momento ou interesses, e considerando a proposta de Jung na afirmação que "foi a partir de si próprio e de sua constituição peculiar que o homem produziu suas ciências. Estas ciências são sintomas de sua psique" (2000, p. 339).

Expressando impressões

Produção de xilogravura em placas de isopor, com diversas figuras coloridas e redimensionadas em novas figuras, abordando-se dificuldades diante do novo, que emergiu da experiência com uma técnica que não conheciam.

Ainda, seguindo Jung "quem se protege contra o que é novo e estranho e regride ao passado está na mesma situação neurótica daquele que se identifica com o novo e foge do passado. A única diferença é que um se alheia do passado e o outro do futuro" (2000, p. 343).

O poder realizador das mãos construindo vínculos

Organizou-se um cartaz com mãos, trabalhadas individualmente utilizando giz de cera, cola, glitter, etc. permitindo o reconhecimento dos talentos e da força da união entre as pessoas.

Encontra-se em Arcuri (2004) a importância de se considerar o pensamento sistêmico, concebendo os organismos vivos como redes de células e órgãos interagindo numa verdadeira rede. Assim, as mãos simbolizando força elevam o poder de ação.

O uso simbólico das mãos, segundo Arcuri, indica que "símbolo é relação do todo psíquico com as vivências, sejam elas fatos, coisas, corpo, ideias, emoções. Toda vivência psíquica é simbólica, mesmo quando ainda não temos a capacidade consciente de percebê-lo como tal" (2010, p. 72).

Concretizando o belo

Utilizando massa de modelar, trabalhou-se a importância da concretização de ideias e projetos de vida, pois a metanóia requer que se liberte de condicionamentos, para que o período restante de vida seja em prol da auto realização.

Construindo a linha do tempo

Nesta proposta foi destacada a importância de viver o aqui agora, o cotidiano e a ideia de futuro, ressignificando o passado. O reconhecimento da importância de cada atividade desempenhada, mesmo com as dificuldades para enfrentar as tarefas do dia-a-dia; valorizar as amizades, as crianças, a espiritualidade, ficar em casa, cozinhar etc., ainda que em detrimento das atividades intelectuais ou sociais, exercidas anteriormente, com empenho e dedicação.

Trabalhando a intuição

Com o exercício de Visualização Criativa (DAY, 1997, p.92), "Nuvens de percepção" a possibilidade de, simbolicamente, livrar-se dos problemas, constatando possibilidades com o acesso ao inconsciente. Utilizou-se o fogo, derretendo giz de cera na pintura de tecidos.

Lidando com os sentimentos

Trabalhando a raiva e o medo, através da elaboração de cartazes com figuras de revistas, observou-se a expressão da dificuldade em assumir e lidar com emoções e sentimentos.

Cuidar de Si-Mesmo

Embora Arcuri (2004) proponha atividades artísticas associadas a trabalho corporal, tanto o que se refere à intuição, como o lidar com emoções e sentimentos, com essa população só se pode desenvolver as primeiras, pois a sala, oferecida para os trabalhos, não conta com macas ou espaço em que se coloquem colchonetes, mesmo no chão, impedindo a abordagem corporal.

Mesmo assim, podemos considerar os resultados como o acesso ao universo invisível, facilitando o entendimento do visível, pois em todas as Oficinas, mesmo não utilizando técnicas como a Calatonia[3] pode-se exercitar, mesmo sentadas, "o entrar em si mesmo", com a respiração profunda e relaxamento, como propõe essa autora. Esse "centrar-se em si mesmo" possibilitou trabalhar a importância de se cuidar das próprias situações difíceis, sem assumir problemas alheios, confiando que as pessoas possam resolvê-los.

Avaliação

Até o mês de Junho foram desenvolvidas Oficinas, com ênfase na formação do vínculo, nem sempre com as três participantes, mas com a frequência constante de E.O.M. que se manifestou satisfeita e registrou sua avaliação:

[3] Calatonia segundo Arcuri (2010) é "a sequência básica original [...] proposta por Sandor (1982) e consiste em nove toques suaves na área dos pés (dedos, sola dos pés e tornozelos) e nas pernas, isto é, no que chamamos de "barriga da perna" (2010, pp. 26-27).

> *Eu procurei como artesanato e encontrei uma terapia que me ajudou muito, no meu dia a dia, me dando muita tranquilidade e paz interior. Voltei até a ser criança lembrando muito da minha infância. Estou muito feliz! Estou encarando meus problemas sem me preocupar com os dos outros e confiando que eles resolvam. Obrigada. (sic)*

Quanto à E.A. pode-se tomar como referência comentários de pessoas que frequentam o espaço, em outras atividades, inclusive da psicóloga responsável pela Oficina sobre Memória, que reconhecem melhoras atribuídas às Oficinas de Arteterapia.

Já A.F. manifestou-se sempre satisfeita e surpresa, quando constatava projeções de seus sentimentos e vislumbrava um olhar diferente sobre suas dificuldades. Interessante foi seu depoimento quando, trabalhado o tema Medo, pois disse que foi um sentimento que lhe marcou muito quando se percebeu iniciada no alcoolismo e sozinha, sem ajuda profissional, abandonou o vício. Pôde reconhecer sua capacidade de superação e, assim, dimensionar ações e resultados promissores, em sua vida futura.

Ambas não registraram suas avaliações, por escrito, dadas suas condições de sequeladas e semialfabetizada, portanto, sem condições de escrita.

Considerações finais

Foi apontado, ao Centro Comunitário, a desvantagem em se denominar os encontros de Arteterapia, pois as pessoas, em geral, temem enfrentar desafios, em especial do universo artístico. Mesmo assim, é esse o nome da Oficina (Arteterapia) que consta da programação, o que pode ser um dos indicadores do baixo número de atendidos. Mesmo o termo Mandala, no imaginário da comunidade, está associado a práticas religiosas, especialmente do espiritismo, o que temem as senhoras católicas em sua maioria.

Acredita-se, que com os resultados obtidos com esses depoimentos e mais divulgação possa se ampliar o número de atendimentos e avançar em outras etapas que explorarão de recursos como o Jogo do Negócio Sustentável, orientações básicas de Saúde e o uso de exercícios do Programa de Enriquecimento Instrumental P.E.I, proposto por Reuven Feurstein, favorecendo o desempenho cognitivo e outros assuntos de interesse do grupo.

Esperamos, ainda, que o projeto fortalecendo e reconhecendo as necessidades dos participantes possa colaborar na maior adesão às causas da comunidade e uma efetiva ação comunitária.

Exemplo da Atividade
Visualização Nuvens de percepção

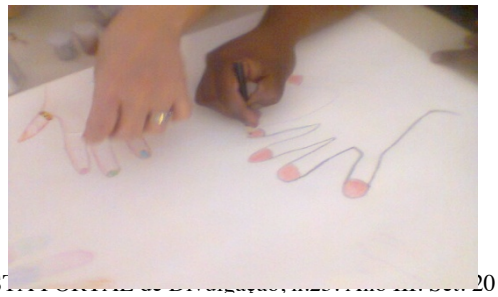
Após sugerir que se respire profundamente e relaxe, com os olhos fechados, pedir para seguir as orientações:

Veja diante de você o seu caminho em meio à natureza. Agora, caminhe até chegar à Árvore dos Problemas. Faça uma pausa e pendure aí qualquer problema que você possa ter hoje. Lembre-se de que a sua Árvore dos Problemas aceita todos os tipos de problemas!...Agora, ande ao longo do seu caminho até chegar ao portão. Hoje as flores que crescem sobre ele estão cobertas de gotas de orvalho. Elas não têm um perfume delicioso? Agora abra o portão e entre no seu jardim. Ao andar pela grama você percebe uma suave brisa acariciando a sua pele e fundindo-se com o calor do sol. A grama é seca e macia e você resolve deitar-se um pouco. Ao olhar para o céu, você vê passando algumas nuvenzinhas brancas e fofas. Você as observa e descobre que as suas formas criam diferentes imagens. Numa nuvem você pode ver a figura de uma mulher [...] enquanto olha para ela, a imagem transforma-se num coelho [...] Observe as nuvens durante algum tempo e veja quantas formas e imagens diferentes elas assumem, dependendo de como olha para elas [...] Agora é hora de deixar o seu jardim. Ao se despedir das nuvens, você agradece o jardim por estar lá e por saber que ele sempre estará lá quando você precisar dele (Retornar à seção apropriada do processo de meditação).

Registro das atividades

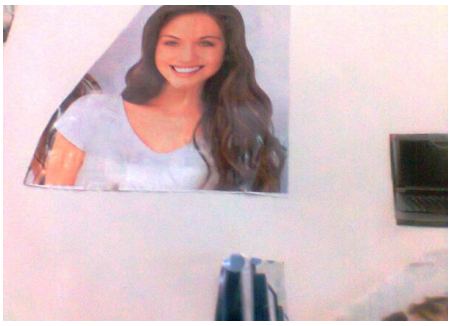
do projeto

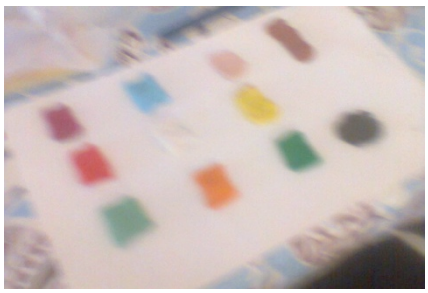
CONVIVER COM ARTE (2009)



Registro das atividades do projeto

CONSTRUINDO PROJETOS DE VIDA COM CRIATIVIDADE





Referências

ARCURI, I.G. *Memória Corporal: o simbolismo do corpo na trajetória da vida*. São Paulo: Vetor, 2004.

_____ *Psicoterapia Junguiana: novos caminhos da clínica. O uso do desenho de Mandalas e Calatonia*. São Paulo: Vetor, 2010.

DAY, J. *Visualização criativa com crianças*. Trad. Paulo Cesar de Oliveira. São Paulo: Cultrix, 1997.

FEURSTEIN, R. *Programa do Enriquecimento Instrumental*. Israel, 1992.

GREGORI, W. *Educação Comunitária*. São Paulo: Pancast, 1994.

JUNG, C.G. *A natureza da Psique*. Trad. Pe. Dom Mateus Ramalho Rocha, OSB. Petrópolis: Vozes, 2000 5ª ed.

PEREIRA, G. *Jogo do Negócio Sustentável* São Paulo, 2009.

Data de recebimento: 15/07/2012; Data de aceite: 29/07/2012

Ana Rosa de Andrade - Arteterapeuta e Terapeuta/Naturopata - (colaboradora do Projeto).E-mail: mohana_jay@yahoo.com.br

Gilda Maria Giovannone - Mestre em Educação/USP. Psicopedagoga e Psicóloga. Consultora do Jogo do Negócio Sustentável, aplicadora autorizada do P.E.I. Programa do Enriquecimento Instrumental (visando Modificabilidade Cognitiva), aluna do curso *Corpo e Arte na segunda metade da vida.* E-mail: ggiovanoni@hotmail.com

Facilitadoras (voluntárias) que atuam em Consultório, em instituições ou equipamentos que solicitem intervenção.